

DISCIPULADO

PASTORAL

DISCIPULADO N° 21.

EL APEGO EMOCIONAL.

Hemos aprendido hasta ahora varias cosas importantes en cuanto al apego. Una de ellas es la de no apegarnos a las cosas materiales o terrenales; porque el hacerlo quitaría nuestra mirada de lo que en verdad importa, lo celestial, lo espiritual y lo otro es poner mucho cuidado en el uso de nuestros móviles; porque bien comprobado está, que si no prestamos atención, éste nos roba el valioso tiempo que tenemos y nos lleva a tener una vida devocional mediocre. Dios quiere que nosotros nos apeguemos a Él, Él debe ser nuestro mayor y más grande tesoro.

APEGO EMOCIONAL.

La teoría del apego parte de la idea de que todas las personas podemos sentir apego por las cosas o las personas si recibimos eso durante nuestra educación de niños.

De acuerdo con esta propuesta creada hace más de 50 años por el psicoanalista británico John Bowlby, el apego es consecuencia natural del trato que recibimos por parte de nuestros padres o cuidadores y de la manera en que vimos a nuestros padres relacionarse entre sí.

Es decir, si nuestros padres manifestaron cierto apego por nosotros cuando fuimos niños, nosotros seremos apegados como adultos, ya sea a las personas o a los objetos. La teoría del apego considera que esto ocurre porque cuando somos pequeños aprendemos a imitar todo lo que vemos, con el propósito de sobrevivir.

DISCIPULADO PASTORAL

La sorpresa es que la teoría El apego emocional es un nueva realidad familiar libre del apego considera que tipo específico de vínculo de muchos inconvenientes. existen dos tipos de dentro de los vínculos apego: el seguro y el afectivos, de naturaleza Por supuesto, no hay que inseguro. ¿Puede existir, social y supone la búsqueda abandonar ni desentenderse entonces, una forma de de protección, cuidado, de ellos. Al iniciar una vida apego que no sea negativa? seguridad y bienestar dentro conyugal, la pareja debe de la relación. Se da en dejar a sus familias de Te contamos más. parejas, niños, familiares y origen para concentrarse en la construcción de su propia y nueva realidad familiar.

El apego seguro ocurre en general personas la construcción de su propia cuando nuestros padres, cercanas. y nueva realidad familiar.

cuidadores o cualquier otra persona nos hace sentir A lo largo de nuestra vida Con los padres y los suegros, seguros y con la confianza vamos formando vínculos es conveniente establecer, en de que podemos contar con afectivos con distintas la medida de las su apoyo cada vez que personas. Algunas de estas posibilidades, una relación tenemos un problema. El vinculaciones son la relación cercana, saludable, positiva, apego seguro ayuda a que de padres e hijos, abuelos y cordial, afectuosa y de los individuos aprendan a nietos, amistad, vínculo respeto recíproco. En las confiar y sean capaces de fraternal, amor romántico. familias de origen, la nueva brindar apoyo a quienes lo necesitan. Veamos a continuación un amor, apoyo, consejo, orientación y solidaridad.

Por otro lado, el apego manera considerable a los El problema surge cuando, inseguro o negativo sucede matrimonios de la por un lado, uno o ambos cuando las primeras actualidad. cónyuges no rompen el

experiencias de una persona fueron bajo un régimen **APEGO EMOCIONAL CON "cordón umbilical" con sus distraído o autoritario e, LOS PADRES EN EL padres y mantienen la incluso, cuando los padres o MATRIMONIO. dependencia en las cuidadores fueron relaciones, que impiden el**

despectivos y poco Existe un principio desarrollo saludable de la confiables o estaban fundamental cuando un nueva familia. Este apego ausentes. Cuando existe hombre y una mujer deciden emocional tiene que apego inseguro, la gente no unir sus vidas para iniciar un resolverse, si se quiere una se siente con la suficiente proyecto común mediante el familia feliz.

autoestima como para matrimonio. Se trata del Pero, además, puede bastarse a sí misma, y suele precepto bíblico de "Dejar a suceder que los padres o los conformarse con relaciones su padre y madre y de suegros no se comprendan ni en donde pueden tratarla unirse a su cónyuge para ser mal, pero vive con la uno solo" (Génesis 2:24). Al se respeten, sino que impresión de que el otro entender este precepto en su también se cuenta con la satisface sus necesidades. verdadero sentido, se autonomía de los nuevos posibilita el inicio de una cónyuges, y se pretenda

DISCIPULADO PASTORAL

Estos padres, aunque tengan buenas intenciones, al intervenir, terminan por obstaculizar el desarrollo de la nueva familia; quienes la nueva familia; quienes tendrán por seguro, sus propias características, sus propias normas, sus propias dinámicas, que podrían, incluso ser muy diferentes a las de sus familias de origen. Cuando la presencia y la intervención de padres y suegros es ya prolongada, nueva familia. Mientras tanto, los activos físicos, los afectivos y los emocionales, los resultados no están disponibles. Pero cuando se acuerdan nuevas formas de transmitir con amor, respeto y transparencia a sus cercanas y desmedidas, estas se vuelven muy dinámicas, y pueden llegar a amenazar la vida familiar y familiar. Una vez más, para este tipo de relaciones, conviene aplicar la frase "cercanía necesaria con distancia saludable".

Desde este punto de vista, la nueva pareja debe ser una relación adecuada con la situación resulte con distancia saludable".

relación entre los padres y resentimientos y / o conflictos entre ellos o sus respectivas familias de origen. En efecto, los cónyuges deben reconocer y aplicar los límites de afecto, interés, respeto y prudencia que deben existir en la pareja con otros familiares, amigos, compañeros de trabajo y vecinos.

cercano, pero a una distancia apropiada para permitir el desarrollo autónomo de las decisiones y acciones de la nueva pareja. Sin embargo, la participación excesiva y el inconveniente de "terceras personas" en el matrimonio, también puede ser proveniente de otros familiares, de amistades, compañeros de trabajo o vecinos. Al igual que en el caso de padres o suegros, para estas otras personas, el establecimiento de límites es fundamental.

El establecimiento y el respeto de estas fronteras físicas y los emocionales el aprendizaje y la disminución los riesgos de los intentos de comunicación. Las fronteras aquí también deben estar muy bien definidas, para que no sucedan inconvenientes y sorpresivas confusiones o excesos de confianza que puedan afectar la relación conyugal.

El limitar de manera clara y temprana, estas fronteras, ayuda a los nuevos cónyuges, porque no tienen que pasar por indisposiciones, incomodidades innecesarias, afectivas y cercanas con provocadas por el excesivo involucramiento -consciente o inconsciente- de padres y suegros. El matrimonio no es una realidad en los esposos en el mundo que circundan. Por el contrario, es sano para la pareja desarrollar y entre dos personas que se unen para ser una sola con unidad.

El matrimonio es un lugar para desarrollar un vínculo estrecho, íntimo, único, unen para ser una sola con unidad. A partir de esta hermosa realidad conyugal se construye la nueva familia.

DISCIPULADO PASTORAL

Con las "terceras personas" - vecinos-, la pareja debe pero con una clara y sean padres, suegros, otros mantener una necesidad y saludable distancia física y familiares, amigos, favorable proximidad que Emocional que les permita compañeros de trabajo y ayude a crecer y disfrutar, resguardar su intimidad,

