

# **EL ESTRÉS EN LA FAMILIA**

**Ps. Esther de Castro**

**MP 60.127**

**Directora del Posgrado de Clínica Sistémica. Parejas y Familias. C. de Psicólogos D XII**

La familia es un sistema en permanente evolución, relacionada a los factores políticos, sociales, económicos y culturales.

La familia constituyó y constituye un elemento fundamental de la persona. Ya que la identidad se construye a partir de modelos humanos.

La sociedad se encuentra en estado de transición permanente y la familia debe acomodarse a dichos cambios. La tarea psicosocial de la familia es apoyar a sus miembros en dicha adaptación.

La familia se encuentra sometida a presiones internas originadas en la evolución de sus propios miembros y la presión externa originada por los requerimientos para acomodarse a las instituciones significativas.

El sistema familiar debe ser capaz de adaptarse cuando las circunstancias cambian. La continuidad del sistema depende de su capacidad de flexibilidad ante los cambios. Cuanto más flexible es una familia, más adaptativa será y por lo tanto más funcional. Esto permitirá a cada uno de sus miembros desarrollarse encontrando su lugar en el mundo.

Por eso, la familia, es y será importante en el desarrollo de los seres humanos.

En momentos de tensión la familia atraviesa diversas crisis, de desvalimiento, de desarrollo, estructurales o de sucesos inesperados y sus miembros deben adaptarse a los cambios a los cuales estas crisis los expongan.

- Cuáles son los distintos tipos de crisis?
- Cómo se adapta la familia a dichos momentos de crisis?
- Qué papel juegan los valores y creencias de cada familia en dicho proceso?