Una reflexión sobre la psicología moderna y la cuestión de las relaciones familiares

Hace varios años tuve el privilegio de formar parte del público ante el que habló Peter Steinglass, director del Instituto Ackerman de Nueva York. El tema que abordó Peter fueron las cuestiones relacionadas con el capital financiero en las familias adineradas. Peter me hizo tomar conciencia de algo que dijo Sigmund Freud y que concretó mi comprensión de lo difícil que resulta, en realidad, integrar de forma saludable el capital financiero en la vida. Peter explicó que Sigmund Freud afirmaba que las dos fuentes más importantes para una vida humana feliz e integrada eran que el individuo aprendiera a amar y a trabajar —entendiéndose el trabajo como una vocación—, y que los dos mayores obstáculos para su felicidad eran los problemas relacionados con el sexo o el dinero, siendo estos últimos los más difíciles de abordar. Peter continuó sugiriendo que nosotros, los modernos, hemos avanzado mucho en la segunda mitad del siglo XX con respecto a las opiniones de Freud del siglo XIX y principios del XX, al ser capaces de hablar de sexo e integrarlo con cierto éxito en nuestras vidas adultas, mientras que el dinero sigue siendo, para la mayoría de nosotros, un gran problema. Entre otras cosas, sugirió, porque el dinero sigue siendo el único tema en todas las culturas sobre el que ninguna persona de buena educación puede hablar. Es el único tema que sigue siendo tabú. ¿Cómo —cabe preguntarse— puede la gente aprender a lidiar

con un tema complejo que, como dice Freud, pone en peligro tu felicidad, cuando no puedes hablar de él? Todos somos extremadamente afortunados de contar con personas como Peter Steinglass y otras grandes voces, vivas y fallecidas, en este campo, que ahora nos están ayudando a iniciar un diálogo sobre el tema del dinero y su integración en una vida sana. ¡Gracias, Peter! Así pues, siendo el dinero el gran tema, ¿qué aportaciones ofrece la ciencia de la psicología para guiar a una familia en su intento de integrarlo con éxito en su vida?

TEORÍA DE LOS SISTEMAS FAMILIARES: LAS MÚLTIPLES INTERACCIONES DE RELACIONES

Comencemos nuestro recorrido analizando aquellos sistemas familiares que se componen de relaciones dentro de las familias y en los que la parte más significativa del capital que poseen los miembros de la familia se hereda de generaciones anteriores, ya sea en forma de una empresa en funcionamiento o de activos financieros invertidos. Por lo tanto, se tratará de familias que se encuentran, como mínimo, en su segunda o tercera generación. Permítanme añadir que las ideas que aquí se exponen también resultarán útiles para las familias con patrimonio de primera generación, siempre que las utilicen para ayudar a configurar los sistemas de gobernanza familiar que necesitarán para evitar los problemas que voy a explicar y que proporcionen a los miembros de sus familias la formación necesaria para que dichos sistemas funcionen. ¿Cómo son, en general, estos sistemas de relaciones? Según mi experiencia, suelen consistir en dos conjuntos de

redes interconectadas. Un primer conjunto de relaciones que vincula a los miembros individuales de la familia entre sí como miembros de una familia de afinidad y un segundo que los conecta como copropietarios del capital financiero. En el ámbito individual, los miembros de la familia desempeñan roles que defino como «roles del yo», por ejemplo, como padres, hijos, cónyuges, suegros, abuelos, bisabuelos, hermanos, tías, tíos, primos —a menudo de primer, segundo y tercer grado— y padrinos, así como relaciones de tipo «padrastral» de diversos tipos.

En lo que respecta a la propiedad conjunta del capital financiero, los miembros de la familia desempeñan roles que defino como «nosotros», por ejemplo, beneficiario, fideicomisario, protector, titular de una participación en una sociedad fiduciaria privada familiar, miembro del consejo de administración de una sociedad fiduciaria privada, empleado de una sociedad fiduciaria privada, accionista o gestor de una sociedad anónima, socio (comanditario o colectivo) de una sociedad familiar, o de una sociedad de responsabilidad limitada o sociedad colectiva, miembro y/o gestor de una fundación filantrópica familiar, miembro del comité de subvenciones de dicha fundación, etc., etc. A menudo, el número de estas funciones que desempeña un miembro concreto de la familia se incrementa significativamente debido a la multiplicación de ciertos tipos de entidades que exige el sistema de gestión financiera de la familia para sus activos financieros.

Una de las cosas que hago cuando me uno al recorrido de una familia es representar gráficamente para ellos el panorama de todas estas relaciones. Si puedes, imagina que la mayoría de estos miembros de la familia tienen entre 18 y 21 conjuntos de relaciones entre sus roles de «yo» y «nosotros», que en conjunto conforman sus redes individuales de relaciones dentro de sus sistemas familiares. Si eres miembro de una familia así, haz este ejercicio

sobre tus relaciones familiares actuales antes de seguir leyendo. Para vosotros, lectores profesionales, por favor, haced ahora un gráfico de este tipo para una familia a la que representéis y en la que actuéis como su «personne de confiance». Tened en cuenta que el resultado debería parecerse a unos platos de espaguetis entrelazados. Bien, continuemos. Supongo que cada uno de vosotros ha llegado rápidamente a entre 18 y 21 relaciones distintas y que luego no habéis ido más allá para añadir las múltiples personas que hay en cada una de esas categorías, como los múltiples hermanos y hermanas, los primos individuales, etc.; o las sociedades limitadas familiares, por poner algunos ejemplos, simplemente porque habéis «captado la idea» de que la complejidad de las relaciones humanas y financieras dentro de las familias con un capital financiero significativo es extraordinaria, realmente impresionante. Si a esto le sumamos, tal y como enseña la Psicología 101, que gestionar cada relación de nuestra vida requiere toda una vida de práctica, nos damos cuenta de por qué la gestión de las relaciones familiares es realmente tan difícil como siempre hemos pensado. Ahora también disponemos de una forma de expresar nuestra sospecha sobre la complejidad de nuestras relaciones familiares de manera concreta y sin emociones. Además, nos damos cuenta de por qué la gobernanza familiar —el arte de tomar decisiones conjuntas— resulta tan sorprendentemente difícil, al comprender, quizás por primera vez, cuántas relaciones se activan cada vez que una familia tiene que tomar una decisión.

A esta toma de conciencia se suman ahora otras dos realidades que hacen que los problemas para una buena toma de decisiones conjunta en familia resulten aún más difíciles.

Se trata, por un lado, de la necesidad de que los miembros de la familia sean capaces de distinguir los límites que definen cada relación y, por otro, de la necesidad de que cada

miembro de la familia reciba formación sobre los roles y responsabilidades que definen cada una de esas relaciones, así como sobre su puesta en práctica.
Una de las principales enseñanzas de la psicología se refiere a la importancia de unos límites adecuados para unas buenas relaciones. Me viene a la mente la advertencia de Robert Frost en uno de sus poemas: «que los altos muros de piedra hacen buenos vecinos». Imagino que todos sabemos, y tenemos ejemplos en nuestras familias, de relaciones importantes en las que había límites adecuados y que funcionaban bien, y de otras en las que los límites eran deficientes y funcionaban igual de mal. ¿Te imaginas, sin embargo, cómo es tener entre 18 y 21 relaciones con familiares cercanos e intentar gestionar bien los límites de cada una de ellas sin que ninguno se desborde hacia otras relaciones con la misma persona y acabe confundiendo ambas relaciones? Por ejemplo, un progenitor que habla con su hijo al tiempo que es el administrador de un fideicomiso del que el hijo es beneficiario, y el propietario de una sociedad en la que el hijo es empleado. Seguro que te das cuenta enseguida de que los problemas de límites dentro de las familias del tipo que estamos comentando son muy difíciles de gestionar. Más adelante en este capítulo hablaré de una práctica que te ayudará a gestionarlos adecuadamente.
Ahora, al mismo ejemplo añadamos el hecho de que la mayoría de nosotros no tenemos una forma real de formarnos para ser buenos padres, salvo el aprendizaje sobre la marcha. No hay cursos a los que asistir para convertirnos en excelentes
beneficiarios, porque no existen; hay pocos para convertirnos en excelentes fideicomisarios; no hay cursos para convertirnos en excelentes propietarios-accionistas de empresas familiares; y hay pocos para convertirnos en excelentes gestores de

empresas. Así pues, cuando sumamos la falta de formación que tienen la mayoría de los miembros de familias con gran patrimonio sobre cómo desempeñar de forma excelente los múltiples roles que se les exige en la toma de decisiones financieras familiares a la dificultad que la mayoría de los seres humanos tienen con los límites, a menudo nos encontramos con caos o inercia a la hora de llevar a cabo la gobernanza familiar.

La última dificultad para las familias con un capital financiero significativo a la hora de gestionar sus múltiples relaciones es que muy pocos de sus asesores comprenden lo verdaderamente complejos que son sus sistemas de toma de decisiones familiares. La mayoría de los asesores provienen de profesiones en las que el estudio de la teoría de la complejidad, la psicología y la dinámica organizativa no son materias obligatorias, por lo que su aprendizaje sobre los sistemas familiares proviene de su propia formación en el puesto de trabajo. Esto supone una tragedia para las familias a las que prestan servicio, ya que, sin estos estudios, muy pocos están preparados para los problemas de las relaciones familiares con los que se encontrarán.

La falta de esos conocimientos les deja sin la preparación necesaria para comprender los problemas de límites que ellos mismos crean dentro de estas redes de relaciones cada vez que establecen una nueva entidad para gestionar la

propia titularidad y administración del capital financiero de la familia. Esta última realidad suele ser la gota que colma el vaso y rompe la relación familiar, ya que los miembros de la familia se enfrentan a una nueva entidad que conlleva un conjunto completamente nuevo de relaciones familiares sin la formación necesaria para comprender sus funciones y responsabilidades a la hora de gestionarla, y sin entender los nuevos problemas de límites que la nueva entidad exige que se gestionen para que pueda prosperar.

Entonces, ¿qué es lo que solemos encontrar con demasiada frecuencia en el sistema de gobernanza de una familia? Un conjunto increíblemente complejo de relaciones humanas con poca o ninguna formación de los miembros de la familia sobre cómo desempeñar los roles y responsabilidades de cada una de sus relaciones dentro del sistema, lo que conduce a límites muy difusos con toda la confusión —en el mejor de los casos— que ello conlleva. Los sistemas familiares con estas deficiencias acaban mostrando un enorme agotamiento a medida que los miembros de la familia intentan tomar las decisiones que exige cada relación y que son necesarias para el bienestar de la familia. La entropía, en forma de un proceso de toma de decisiones agotado en los sistemas de gobernanza de estas familias, se manifiesta en el seno de las mismas a medida que se impone.

Así pues, para las familias que se encuentran en esta situación de increíble complejidad, ¿qué puede hacer la psicología para ayudar?

MURRAY BOWEN

Comencemos con la obra fundacional de Murray Bowen y su Teoría de los Sistemas Familiares. [1] Murray Bowen fue un psicólogo clínico especializado en el trabajo con familias. Ejerció activamente desde 1940 hasta la década de los 70. Antes de esa época, había muy pocos psicólogos cuya práctica se centrara casi exclusivamente en la familia. Bowen vio, de forma pionera, que las familias eran sistemas. Se dio cuenta de que, al aplicar las teorías científicas emergentes —sobre sistemas y sobre la complejidad— a las relaciones familiares, podía determinar cómo funcionaban sus complejas redes de relaciones. Observó que, en aquellos casos en los que las familias necesitaban terapia, podía aplicar ideas de esas

disciplinas que les ayudaran a alcanzar el bienestar. A continuación, Bowen creó un laboratorio para desarrollar sus ideas. A través de una serie de descubrimientos, basándose en un minucioso interrogatorio a cada miembro de la familia y en la observación detallada de sus comportamientos entre sí, logró elaborar definiciones y descripciones de muchos comportamientos familiares nocivos y, posteriormente, ofrecer sugerencias terapéuticas para mejorarlos. Aunque sus contribuciones a la psicología y la salud de las familias y a sus sistemas de toma de decisiones son fundamentales y múltiples, y deberían ser estudiadas en su totalidad por todos los líderes familiares y sus personas de confianza, hay un aspecto de su obra que voy a abordar aquí porque resulta especialmente útil para lograr familias sanas. Bowen introdujo el concepto de triangulación en la teoría de los sistemas familiares [2]. Lo que Bowen sugiere es que, mientras que en el universo el triángulo es la forma más sólida, el triángulo en las relaciones familiares es la más débil. Percibió de forma brillante que, si lograba identificar a la tercera parte en lo que, en apariencia, era una relación entre dos personas, y si conseguía determinar cómo esa tercera parte interactuaba para obstaculizar la relación entre las otras dos, a menudo podía trabajar para «desmantelar» el triángulo malsano creado de ese modo. Lo hizo ayudando a las dos partes a darse cuenta de que su relación se veía obstaculizada por la tercera. Esta nueva conciencia del «triángulo» cambió para siempre la comprensión que tenían los terapeutas familiares de cómo podía surgir una forma de comportamiento disfuncional en una familia. Esta teoría también contribuyó a dar vida a la idea de un sistema «familiar», ya que la interacción entre tres partes es una de las definiciones de un sistema inicial. Hoy en día, las ideas de la triangulación y los sistemas familiares se han

adoptadas en la práctica clínica de todos los terapeutas familiares, lo que ha dado lugar a una reducción real del sufrimiento en muchas familias. Además, estas ideas se han extendido a todo tipo de trabajo sobre las relaciones humanas, ya que los triángulos son tan frecuentes en todos los sistemas humanos como lo son en los sistemas familiares. Aunque es posible que muchos lectores deseen ahora un ejemplo de triangulación, he decidido no ofrecer ninguno. He tomado esta decisión principalmente porque un ejemplo de un caso en el que se necesitara terapia podría ser malinterpretado por un lector, cuya situación pareciera similar al caso analizado, como si de alguna manera se le definiera a él o ella como enfermo, cuando solo un profesional clínico puede realizar tal diagnóstico. Espero, en cambio, que el
el concepto de triangulación resulte tan potente que se te ocurran ejemplos inmediatos en tu hogar, tu trabajo, tus actividades benéficas y cívicas o tus organizaciones deportivas, y que tu propia experiencia con la «triangulación» te ofrezca todos los ejemplos que necesitas para comprenderlo.
Ver a tu familia como un sistema complejo de relaciones humanas y, a continuación, aprovechar los conocimientos sobre el sistema familiar mencionados anteriormente y adaptar su sabiduría a tu familia te ayudará significativamente en el proceso de toma de decisiones conjunta de tu familia. Te ayudará a comprender en qué consiste tu sistema familiar, cómo funcionan realmente las relaciones en su interior y, a partir de esos elementos fundamentales, cómo funciona su proceso de toma de decisiones.

---

1. Para quienes deseen profundizar en la teoría de Bowen, los libros que deben leer son su *Family Theory in Clinical Practice* y *A Failure of Nerve, or, the education to have*, de su discípulo Edwin

Friedman, *A Failure of Nerve*; o bien, la formación más recomendable es estudiar en el Georgetown Family Center, en Georgetown, DC.

2. Como no soy especialista en la obra de Bowen, espero que mis limitados conocimientos expliquen adecuadamente estas ideas. Ningún lector debería basarse en mi explicación para analizar su propia situación, sino que debería buscar la orientación de un profesional cualificado en esta materia.

ALIADOS, AMIGOS, OTROS: UN SISTEMA DE CLASIFICACIÓN DE LAS RELACIONES

Un segundo ámbito en el que la psicología me ha proporcionado una herramienta útil para ayudar a las familias es un sistema que aprendí para clasificar las diferentes relaciones cuando estamos a punto de tomar una decisión. Este proceso nos pregunta, al adentrarnos en nuestros propios sistemas de toma de decisiones intrafamiliares, o al iniciar dicho proceso con otra familia o sistema social, quiénes son nuestros «aliados», quiénes son nuestros «amigos» y quiénes son los «otros».

Te darás cuenta enseguida de que en este proceso no hay enemigos a los que etiquetar, ¿por qué? Porque a lo largo de los muchos, muchos años del recorrido de una familia, aquellos que hoy puedan parecer enemigos bien podrían ser nuestros aliados mañana. Para que una familia de afinidad tome una decisión intrafamiliar que sea positiva para la séptima generación, todos los individuos y miembros de la familia deben salir ganando. Por lo tanto, no puede haber enemigos en una familia de afinidad. Podemos dialogar y discrepar; eso resulta útil para una buena toma de decisiones, ya que garantiza que se pongan sobre la mesa todos los argumentos; pero tener enemigos en la familia… no, eso no es una posibilidad para una familia de afinidad si quiere tener éxito.

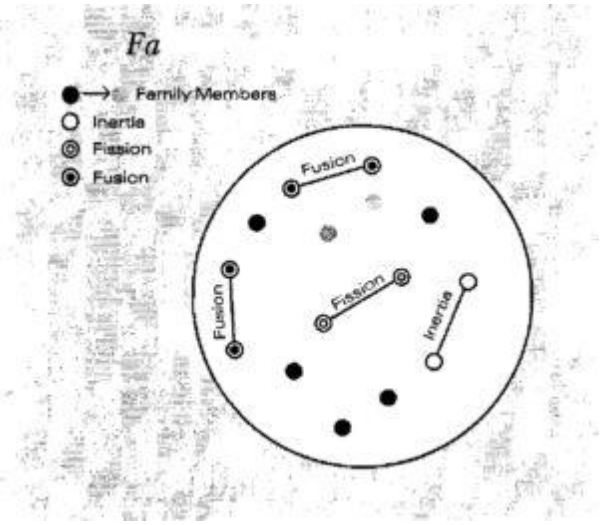
Este sistema ofrece una herramienta muy útil para el proceso de toma de buenas decisiones, ya que nos ayuda a ver los diferentes puntos de vista que probablemente se plantearán a la hora de tomar una decisión. Nos ayuda a identificar a todas las personas que participarán en el proceso de toma de decisiones, clasificando a quienes probablemente no estén a favor de nuestra postura como «otros», a quienes sean neutrales como «amigos» y a quienes, como «aliados», probablemente estén de acuerdo con nuestra postura. Al contar con este conocimiento de las posibles opiniones de todos los participantes en el proceso, deberíamos ser capaces de identificar a quienes tienen más probabilidades de ayudarnos a alcanzar el resultado que buscamos. Además, según mi experiencia, este proceso suele revelar la existencia de «amigos» que no sabíamos que teníamos y que se convierten en «aliados», al tiempo que nos obliga a valorar plenamente las opiniones de los «otros», que podrían llegar a convertirse en «amigos». Analizar en profundidad los puntos de vista de cada uno de los responsables de la toma de decisiones mejora nuestra capacidad para determinar dónde es probable que surja el consenso, al tiempo que nos ayuda a preguntarnos si nuestros argumentos y los de nuestros aliados son realmente los mejores para toda la familia o si los «amigos», o incluso posiblemente los «demás», tienen argumentos más sólidos. Como dije en mi libro «Family Wealth»[3] al abordar las normas para las reuniones familiares, escuchar de forma afirmativa, expresar la propia verdad sin temor a ser culpado o juzgado, y no tener una postura preestablecida respecto a los resultados son herramientas fundamentales para que las familias logren una toma de decisiones satisfactoria. Prepararse para las reuniones utilizando el proceso de «aliados, amigos y otros» no solo agudiza la percepción de dónde reside una buena decisión, sino que nos ayuda a prepararnos para participar en el diálogo de la toma de decisiones durante la reunión de una manera que potencie nuestra

capacidad para utilizar estas otras tres técnicas de reunión con el fin de alcanzar las mejores decisiones posibles para el bienestar de nuestras familias y su futuro.

ILUSTRACIÓN DEL SISTEMA FAMILIAR

Una tercera técnica que utilizo para ayudar a las familias que se enfrentan a la toma de una decisión importante combina la psicología, la teoría de la complejidad y mi visión de que las familias experimentan transiciones y no transacciones.

Así es como funciona. Ilustro el «sistema» familiar de la siguiente manera



* Nota

Con esta imagen de una familia y su sistema en mente, la aplico a cada familia con la que trabajo al entrar en su sistema. Mi primer paso, partiendo de un círculo vacío, consiste en traer a mi conciencia el nombre de cada persona de la familia y, a continuación, colocar un punto con el nombre de esa persona dentro del círculo. De esta forma, voy incorporando gradualmente a mi conciencia a toda la familia que existe dentro del círculo. En segundo lugar, imagino las conexiones entre los puntos y la intensidad con la que el principio de

fusión actúa en las relaciones humanas representadas por esas conexiones. En tercer lugar, asigno a los nombres y relaciones los títulos específicos que describen los roles que desempeñarán los distintos miembros de la familia a la hora de decidir sobre la cuestión que se plantea. Por ejemplo, si se trata de una decisión sobre un fideicomiso, ¿quiénes son los beneficiarios y quiénes los fideicomisarios dentro del círculo que se verán afectados por la decisión? [4] En cuarto lugar, valoro si alguien de los dos círculos exteriores participará en el proceso de toma de decisiones y con quién se relacionará. En quinto lugar, analizo en qué transiciones se encuentra la familia y cómo la decisión que se va a tomar se integrará en esas transiciones de la forma más suave y evolutiva posible.

En sexto y último lugar, hago una lista de los miembros de la familia que se verán más afectados por la decisión y me pregunto: de los tres o cuatro objetivos que cada persona pueda tener respecto al resultado de la decisión, ¿cuál de ellos es probable que sea la máxima prioridad para esa persona? [5] Intento adentrarme en la psique de esos miembros de la familia para ayudar a comprender cuál será probablemente su postura respecto a la decisión, tratando de entender qué es lo que más probablemente deseen obtener personalmente del resultado de dicha decisión. Al partir de lo macro —el ámbito global del sistema familiar—, pasar a sus relaciones, incluir luego sus transiciones y, finalmente, las aspiraciones de quienes forman parte del sistema, obtengo una visión profunda de cómo su sistema puede funcionar mejor para lograr el resultado óptimo para el bienestar de la familia en relación con la decisión concreta que se está tratando. Por supuesto, este conocimiento no me sirve de nada a menos que pueda comunicárselo a los mayores de la familia y ayudarles a aprender y aplicar esta técnica a la familia que dirigen. Me parece que esto no es difícil, ya que el mejor resultado para la

familia que sugiere mi proceso suele coincidir con la respuesta intuitiva a la que los mayores han llegado por sí mismos; por eso son los mayores.

---

3. «Patrimonio familiar: mantenerlo en la familia»
4. Ten en cuenta que los fideicomisarios son siempre miembros de la familia de afinidad dentro del círculo, independientemente de si
5. Los objetivos, por ejemplo, pueden ser de carácter egóico, de autoestima, un objetivo financiero personal, el estatus dentro de la familia y el estatus fuera de ella.

SISTEMAS PSICOLÓGICOS QUE POTENCIAN EL DESARROLLO HUMANO

Paso ahora de las cuestiones sistémicas de la psicología a los temas sobre los que la psicología ofrece sabiduría para acelerar los caminos individuales hacia la felicidad de cada miembro de la familia. Comencemos con los gigantes de la psicología moderna que han dedicado su mente y su espíritu a la cuestión de las etapas de desarrollo de la vida de un ser humano. Sin embargo, antes de comenzar, rindamos homenaje a sus antecesores: los sabios hindúes y budistas y los filósofos griegos, en particular Aristóteles, cuya obra sobre las etapas de la vida he tratado en otros escritos, especialmente en mi libro «Familia» [6]. Los menciono aquí con la esperanza de que, a medida que el lector avance por esta sección, recuerde que, para comprender a fondo todo lo dicho sobre la cuestión del

el desarrollo completo de la mente, el cuerpo y el espíritu de un ser humano individual, hay mucho que aprender del pensamiento oriental y occidental, tanto antiguo como moderno.

Los psicólogos modernos cuya obra más me ha influido son Carl Jung, Jean Piaget, Erik Erikson, Daniel Levinson, Jeffrey Jansen Arnett, Alexandra Robbins y Abby Wilner, James Hollis, Abraham Maslow, Helen L. Bee, James Hillman, Alan Jones y John O'Neil. A continuación enumeraré las obras de cada uno de estos autores que recomiendo leer para descubrir sus brillantes reflexiones sobre las etapas de desarrollo de la mente y el espíritu del ser humano [7]

De Carl Jung: *«Recuerdos, sueños, reflexiones»; «La psicología y Oriente»; «Los arquetipos» y «El inconsciente colectivo»*

Jean Piaget y Barbel Inhelder, **La psicología del niño**

Erik Erikson, **La infancia y la sociedad*, *Identidad y ciclo vital* y *El ciclo vital completado*.*

Jeffrey Jansen Arnett, **La edad adulta emergente**,

de Alexandra Robbins y Abby Wilner, **La crisis de los veintitantos*;* de Daniel Levinson, **Las etapas de la vida de un hombre* y *Las etapas de la vida de una mujer*;*

James Hollis: **El paso intermedio: de la miseria al sentido en la mediana edad** y **Crear una vida: encontrar tu camino individual**

Abraham Maslow: **Hacia una psicología del ser**

«El viaje hacia la edad adulta», de Helen L. Bee

James Hillman, **La fuerza del carácter** (Este es el libro sobre la

tercera etapa de la vida. La metáfora de Hillman de que las arrugas de nuestro rostro son las historias del desarrollo de nuestro carácter es preciosa.)

Alan Jones y John O'Neil, **Seasons of a Man's Grace**

Dado que considero que no resultaría útil para el lector analizar en detalle la obra de cada uno de estos autores, aquí solo resumiré los trabajos de Abraham Maslow y Erik Erikson. Abordaré una sección concreta de las obras de Carl Jung y James Hollis en otro apartado más adelante.

---

6 «La familia: el pacto entre generaciones»

7 Dejo las etapas de desarrollo del cuerpo a los estudiantes de biología, salvo en la medida en que sean un reflejo del crecimiento o el deterioro de la mente y el espíritu de uno. Esta última etapa de deterioro es abordada por algunos de estos autores y define la cuarta etapa de la vida según la tradición hindú: la disipación del cuerpo.

ABRAHAM MASLOW

Abraham Maslow, en su libro *Hacia una psicología del ser*, postula que los seres humanos pasan por diversas etapas de desarrollo en su evolución hacia la autorrealización. Maslow postula, además, que un ser humano tiene necesidades diferentes en las distintas etapas de la vida y que, a medida que estas necesidades avanzan desde las más básicas hacia las más complejas, forman una jerarquía de necesidades. Estas son las palabras de Maslow: [8]

HACIA UNA PSICOLOGÍA DEL SER – Páginas 199, 200 La

La satisfacción de las necesidades básicas se asocia con demasiada frecuencia a objetos, cosas, posesiones, dinero, ropa, automóviles y similares. Pero estos no satisfacen por sí mismos las necesidades básicas que, una vez cubiertas las necesidades corporales, son: (1) protección, seguridad y protección; (2) pertenencia, como en una familia, una comunidad, un clan, una pandilla, la amistad, el afecto y el amor;

(3) el respeto, la estima, la aprobación, la dignidad y el respeto por uno mismo, y (4) la libertad para el pleno desarrollo de los propios talentos y capacidades, la autorrealización. Esto parece bastante sencillo y, sin embargo, pocas personas en cualquier parte del mundo parecen capaces de asimilar su significado. Dado que las necesidades más básicas y urgentes son materiales —por ejemplo, la comida, el alojamiento, la ropa, etc.—, se tiende a generalizar esto a una psicología de la motivación principalmente materialista, olvidando que también existen necesidades superiores de carácter no material que son igualmente «básicas».

Ibíd., página 172

Hay que recordar que las motivaciones básicas proporcionan de por sí una jerarquía de valores que se relacionan entre sí como necesidades superiores e inferiores, más fuertes y más débiles, más vitales y más prescindibles.

Estas necesidades se organizan en una jerarquía integrada más que de forma dicotómica; es decir, se apoyan unas en otras. La necesidad superior de autorrealización de talentos especiales, por ejemplo, se sustenta en la satisfacción continua de, digamos, las necesidades de seguridad, que no desaparecen ni siquiera en un estado inactivo. (Por «inactivo» me refiero a la sensación de hambre tras una buena comida.)

Ibíd., pág. 17, 3

Por lo tanto, estas elecciones de valores sanamente regresivas deben considerarse «normales», naturales, saludables, instintivas, etc., al igual que los denominados «valores superiores». También está claro que mantienen una relación dialéctica o dinámica entre sí (o, como prefiero decir, están jerárquicamente integradas en lugar de ser dicotómicas). Y, por último, debemos abordar el hecho claro y descriptivo de que las necesidades y los valores inferiores prevalecen sobre los superiores la mayor parte del tiempo para la mayor parte de la población, es decir, que ejercen una fuerte fuerza regresiva. Solo en los individuos más sanos, maduros y evolucionados se eligen y se prefieren los valores superiores de forma sistemática con mayor frecuencia (y eso solo en circunstancias de vida buenas o bastante buenas). Y esto probablemente sea cierto en gran medida debido a la sólida base que constituyen las necesidades inferiores satisfechas, las cuales, al permanecer latentes e inactivas tras su satisfacción, no ejercen una fuerza regresiva que empuje hacia atrás (y es igualmente obvio que esta suposición sobre la satisfacción de las necesidades presupone un mundo bastante bueno).

Una forma anticuada de resumir esto es decir que la naturaleza superior del ser humano se asienta sobre su naturaleza inferior, necesitándola como fundamento y derrumbándose sin este fundamento. Es decir, para la mayoría de la humanidad, la naturaleza superior del ser humano es inconcebible sin una naturaleza inferior satisfecha como base. La mejor manera de desarrollar esta naturaleza superior es satisfacer primero la naturaleza inferior. Además, la naturaleza superior del ser humano se asienta
también en la existencia de un entorno bueno o bastante bueno, tanto en el presente como en el pasado.

Maslow continúa explicando la naturaleza del crecimiento de un ser humano hasta la etapa más elevada de su desarrollo, la autorrealización —un proceso que él

define como el paso de «llegar a ser» a «ser», así como cuáles son las características de la etapa de autorrealización.

AUTORREALIZACIÓN: CRECIMIENTO. Ibíd., página 155

He publicado en otro lugar un análisis de todas las pruebas que nos llevan a adoptar un concepto de crecimiento saludable o de tendencias de autorrealización.....Se trata, en parte, de pruebas deductivas en el

sentido de que, a menos que postulemos dicho concepto, gran parte del comportamiento humano carece de sentido. Se basa en el mismo principio científico que condujo al descubrimiento de un planeta hasta entonces invisible que tenía que estar ahí para dar sentido a muchos otros datos observados.

También hay algunas pruebas clínicas y personológicas directas, así como una cantidad cada vez mayor de datos de pruebas que respaldan esta creencia… Sin duda, ahora podemos afirmar que, como mínimo, se ha presentado un argumento razonable, teórico y empírico a favor de la presencia en el ser humano de una tendencia hacia —o una necesidad de— crecer en una dirección que puede resumirse, en general, como autorrealización o salud psicológica, y, específicamente, como crecimiento hacia todos y cada uno de los subaspectos de la autorrealización, es decir, que el ser humano tiene en su interior una presión hacia la unidad de la personalidad, hacia la expresividad espontánea, hacia la plena individualidad e identidad, hacia ver la verdad en lugar de estar ciego, hacia ser creativo, hacia ser bueno y muchas otras cosas. Es decir, el ser humano está construido de tal manera que tiende hacia un ser cada vez más pleno, lo que significa tender hacia lo que la mayoría de la gente llamaría buenos valores: hacia la serenidad, la amabilidad, el valor, la honestidad, el amor, el altruismo y la bondad.

Ibíd., página VI

Un término mucho más adecuado es «autorrealización», tal y como yo lo he utilizado. Este término hace hincapié en la «plena humanidad», el desarrollo de la naturaleza biológica del ser humano, y por lo tanto es (empíricamente) normativo para toda la especie, más que para momentos y lugares concretos; es decir, es menos relativo desde el punto de vista cultural. Se ajusta al destino biológico, en lugar de a modelos de valores históricamente arbitrarios y culturalmente locales, como suelen hacer los términos «salud» y «enfermedad». Además, tiene un contenido empírico y un significado operativo.

Sin embargo, además de resultar torpe desde un punto de vista literario, este término ha demostrado tener los inconvenientes imprevistos de parecer: a) que implica egoísmo en lugar de altruismo; b) que menosprecia el aspecto del deber y de la dedicación a las tareas de la vida; c) que descuida los vínculos con otras personas y con la sociedad, así como la dependencia de la realización individual de un «buen

«sociedad», d) pasar por alto el carácter exigente de la realidad no humana, así como su fascinación e interés intrínsecos, e) pasar por alto la ausencia de ego y la autotranscendencia, y f) hacer hincapié, de forma implícita, en la actividad más que en la pasividad o la receptividad. Así ha sido a pesar de mis cuidadosos esfuerzos por describir el hecho empírico de que las personas que se autorrealizan son altruistas, dedicadas, autotranscendentes, sociales, etc.

Ibíd., página 210

36. La autorrealización no significa una trascendencia de todos los problemas humanos. El conflicto, la ansiedad, la frustración, la tristeza, el dolor y la culpa pueden encontrarse en seres humanos sanos. En general, a medida que aumenta la madurez, se produce un movimiento desde los pseudoproblemas neuróticos hacia los problemas reales,

inevitables y existenciales, inherentes a la naturaleza del hombre (incluso en su mejor momento) que vive en un tipo concreto de mundo. Aunque no sea neurótico, puede sentirse atormentado por una culpa real, deseable y necesaria, en lugar de por una culpa neurótica (que no es ni deseable ni necesaria), por una conciencia intrínseca (en lugar del superyó freudiano). Aunque haya trascendido los problemas del Devenir, siguen existiendo los problemas del Ser. No sentirse preocupado cuando uno debería estarlo puede ser un signo de enfermedad. A veces, hay que asustar a las personas engreídas «hasta que recobren el sentido común».

Ibíd., página 157

Entre las características objetivamente describibles y medibles del individuo humano sano se encuentran:

1. Una percepción más clara y eficaz de la realidad.
2. Mayor apertura a la experiencia.
3. Mayor integración, integridad y unidad de la persona. 4. Mayor espontaneidad y expresividad; pleno funcionamiento; vitalidad.
5. Un yo auténtico; una identidad firme; autonomía y singularidad.
6. Mayor objetividad, distanciamiento y trascendencia del yo.
7. Recuperación de la creatividad.
8. Capacidad para fusionar lo concreto y lo abstracto.
9. Estructura de carácter democrática.
10. Capacidad para amar,

etc. Ibíd., página 157

Además, existen confirmaciones o refuerzos subjetivos de la autorrealización o de un buen desarrollo hacia ella. Se trata de los sentimientos de

entusiasmo por la vida, de felicidad o euforia, de serenidad, de alegría, de tranquilidad, de responsabilidad y de confianza en la propia capacidad para manejar el estrés, la ansiedad y los problemas. Los signos subjetivos de la traición a uno mismo, de la fijación, de la regresión y de vivir movido por el miedo en lugar de por el crecimiento son sentimientos como la ansiedad, la desesperación, el aburrimiento, la incapacidad para disfrutar, la culpa intrínseca, la vergüenza intrínseca, la falta de rumbo, la sensación de vacío, la falta de identidad, etc.

10. Ibíd., página 194

Esta naturaleza interior, por lo que sabemos hasta ahora, definitivamente no es principalmente «mala», sino más bien lo que los adultos, en nuestra cultura, llamamos «buena», o bien es neutra. La forma más precisa de expresarlo es decir que es «anterior al bien y al mal». Esto no ofrece apenas dudas si hablamos de la naturaleza interior del bebé y del niño. La afirmación es más compleja si hablamos del «bebé» tal y como sigue existiendo en el adulto. Esta conclusión está respaldada por todas las técnicas de revelación y descubrimiento de la verdad que tienen que ver con la naturaleza humana: la psicoterapia, la ciencia objetiva, la ciencia subjetiva, la educación y el arte. Por ejemplo, a la larga, la terapia de descubrimiento reduce la malicia, el miedo, la codicia, etc., y aumenta el amor, el valor, la creatividad, la bondad, altruismo, etc., lo que nos lleva a la conclusión de que estos últimos son «más profundos», más naturales y más intrínsecamente humanos que los primeros; es decir, que lo que llamamos comportamiento «malo» se atenúa o se elimina mediante el descubrimiento, mientras que lo que llamamos comportamiento «bueno» se refuerza y se fomenta gracias a él.

Ibíd., página 204

25. El crecimiento no solo conlleva recompensas y placeres, sino también muchos dolores intrínsecos, y siempre será así. Cada paso adelante es un paso hacia lo desconocido y puede ser peligroso. También implica renunciar a algo familiar, bueno y satisfactorio. A menudo supone una despedida y una separación, incluso una especie de muerte previa al renacimiento, con la consiguiente nostalgia, miedo, soledad y duelo. A menudo también implica renunciar a una vida más sencilla, más fácil y que requiere menos esfuerzo, a cambio de una vida más exigente, más responsable y más difícil. El crecimiento hacia adelante se produce a pesar de estas pérdidas y, por lo tanto, requiere valor, voluntad, elección y fortaleza por parte del individuo, así como protección, permiso y ánimo por parte del entorno, especialmente en el caso del niño.

Ver cómo podríamos alcanzar nuestro yo más elevado y vivir nuestras vidas con las características que enuncia Maslow sería estar verdaderamente vivos, despiertos y viviendo con la mente del principiante. Imaginar a cada miembro de nuestras familias de afinidad con su capital humano e intelectual desarrollado hasta este nivel es un hermoso cuadro de mentes, cuerpos y espíritus en trascendencia. Esperemos que cada una de nuestras familias cuente con todos sus miembros en tal estado.

---

8 Todas las citas aquí incluidas proceden de «Toward A Psychology of Being», segunda edición, de Abraham Maslow, Nueva York, Van Nostrand Reinhard, 1982.

ERIK ERIKSON

Erik Erikson, en el capítulo siete de su libro *Infancia y sociedad*, postula que los seres humanos tenemos ocho etapas definidas de la vida. Erikson las denomina las «ocho edades del hombre». Postula que en cada uno de los niveles de desarrollo, o etapas, de nuestro recorrido, existe una dicotomía de opciones de desarrollo —una positiva y otra negativa— que define cada etapa. También demuestra que, si somos capaces de desarrollar e integrar el aspecto positivo de la etapa de la vida en la que nos encontramos y lo trasladamos a la siguiente etapa, desarrollaremos plenamente nuestras capacidades a lo largo de toda la vida. Lamentablemente, si nos vemos dominados por el aspecto negativo —a menudo a raíz de una crisis que se produce en esa etapa de nuestro desarrollo— y lo arrastramos a las etapas posteriores, ello afectará gravemente a nuestra capacidad para desarrollarnos en las futuras etapas de nuestra vida. Las ocho etapas y sus dos aspectos, que comienzan con el recién nacido y continúan hasta los ochenta años y más allá, son:

1. Confianza básica frente a desconfianza básica [9]
2. Autonomía frente a vergüenza y duda [10]
3. Iniciativa frente a culpa [11]
4. Esfuerzo frente a inferioridad [12]
5. Identidad frente a confusión de roles [13]
6. Intimidad frente a aislamiento [14]
7. Generatividad frente a estancamiento [15]
8. Integridad del yo frente a desesperanza [16]

Erikson nos ofrece un modelo de desarrollo psicológico y antropológico-cultural para la evaluación del yo y de cómo ese yo

se expresa en la sociedad en cada etapa o «edad» del desarrollo vital del ser humano. Erikson nos presenta la psicología como una herramienta evolutiva que busca definir lo que debemos esperar a medida que nuestra mente y nuestro espíritu evolucionan a lo largo de la vida. En su séptima etapa, desarrolla el concepto de
«generatividad». Esta etapa parece estar estrechamente relacionada con la etapa más elevada de autorrealización de Maslow, en la que el altruismo es una de sus características más destacadas. Como he señalado en diversos escritos, en particular en «Familia», creo que los seres humanos sí poseemos un gen del altruismo y, por lo tanto, no somos simplemente seres genéticos egoístas. Maslow y Erikson, en sus trabajos sobre nuestro desarrollo psicológico, coinciden claramente e indican que sus estudios sobre los miembros de nuestra especie más plenamente individualizados y autorrealizados expresan esta cualidad como una característica definitoria. No me sorprende que todas las tradiciones religiosas lleguen prácticamente a la misma conclusión a la hora de definir para sus miembros el desarrollo espiritual más elevado al que pueden aspirar. Para mí, esto queda representado en el budismo por el bodhisattva, que encarna, como ser humano plenamente evolucionado, la compasión pura al tratar de ayudar a todos los seres sintientes a poner fin a su sufrimiento. Me alegra pensar que nuestros más grandes maestros espirituales del pasado y nuestros más destacados pensadores modernos sobre el desarrollo del ser humano actual coinciden en cómo nosotros, los homo sapiens, expresamos nuestras etapas más elevadas del ser humano. [1
7] Coinciden en que buscamos convertirnos en altruistas para expresar, a través del amor y de la alegría que este genera, nuestro deseo de ayudar a los demás y, al hacerlo, nos ayudamos a nosotros mismos a alcanzar la felicidad.

CRISIS DE LA MEDIA EDAD – Pasemos ahora de la dicha de la plena autorrealización y la generatividad a la cuestión de la crisis de la mediana edad, su realidad y sus posibilidades de desarrollo para alcanzar la verdadera felicidad humana en la segunda mitad de la vida.

PERSONAL – En «Patrimonio familiar» y en «Familia» hablé de mi crisis de la mediana edad y profundicé en su contribución a la segunda etapa de mi vida, orientada a servir mejor a los demás, así como en su contribución a mi bienestar mental, físico y espiritual. También comencé la parte autobiográfica de «Familia» con la descripción que hace Dante de la crisis de la mediana edad como «encontrarse a sí mismo en la mediana edad en un bosque oscuro sin ningún lugar adonde ir», porque describía a la perfección cómo viví el comienzo de mi crisis de la mediana edad. Tal y como se ha comentado, el gran poema de Dante narra el viaje de su espíritu desde las profundidades de la desesperación total —ejemplificada por el «bosque oscuro»— pasando por la purga de su antiguo yo para alcanzar el vacío necesario que le permitiera recibir los nuevos conocimientos imprescindibles para la siguiente etapa del desarrollo de su espíritu, y finalmente la dicha de alcanzar un yo recién despertado. Tales son las penurias y las tareas de la crisis de la mediana edad, y tal es su promesa. Creo que la descripción de Maslow sobre el proceso de crecimiento mencionada anteriormente es una elucidación moderna de este proceso y su resultado. Creo que tanto él como Dante describen un proceso que se corresponde con el camino y el propósito del ritual para llevar a cabo nuestros pasos a través de las transiciones de nuestra vida. Este es el camino que sigue todo ritual: la ruptura psicológica con una etapa de la vida que, una vez completada, nos ofrece una oportunidad para recibir e incorporar la nueva información que necesitaremos para la siguiente etapa de la vida.

para vivirla plenamente y, a continuación, reincorporarnos a la corriente de nuestras vidas con esa información plenamente integrada, para poder aprovecharla al vivir la siguiente etapa de nuestras vidas.
Aunque probablemente ninguno de nosotros espera con ilusión la profunda purga que supone una crisis de mediana edad, de la obra de estos grandes hombres y de muchos otros se desprende claramente que, para nuestro pleno desarrollo, debemos aceptar sus retos en aras de nuestro bienestar.

---

9 Páginas 147-251

10 páginas 251-254

11 Páginas 251-254

12 Páginas 258-261

13 Páginas 261-163

14 Páginas 263-266

15 Páginas 266-268

16 Páginas 268-269

17 Para aquellos mayores sabios que estén interesados en cómo podría manifestarse la séptima etapa de Erikson en sus vidas y en la sociedad en general, existe una notable recopilación de ensayos sobre este tema en un libro titulado **The Generative Society**, editado por Ed de St Aubin, Dan P. McAdams y Tae-Chong Kim. ¡Ojalá pudiéramos vivir todos en un mundo basado en las características de la séptima etapa de la vida de Erikson!

CARL JUNG

Paso ahora a la obra de dos autores: Carl Jung y su discípula, Gail Sheehey. Considero que la obra de Jung constituye el esfuerzo moderno más profundo por describir el proceso del desarrollo humano, y que la explicación que Sheehey hace de la obra de Jung es el medio para acercarla al lector no especializado de una forma extraordinariamente accesible[18].

Empecemos por Carl Jung [19]. Jung nos advierte de que, en la mediana edad, a los hombres se les pedirá que se enfrenten a su lado femenino oculto, su ánima, y a las mujeres que se enfrenten a su lado masculino oculto, su ánimus. Jung sugiere que estos son los momentos más importantes de oportunidad para nuestro desarrollo personal. Que si las crisis que estas confrontaciones suelen generar se acogen con agrado y si el trabajo de integración de nuestras facetas de la sombra se lleva a cabo adecuadamente, entonces, en la segunda mitad de nuestras vidas, alcanzaremos el máximo desarrollo personal y los altos niveles de felicidad que de ello pueden derivarse. En esta explicación moderna de las dos facetas de nuestro ser humano —lo masculino y lo femenino— y de la necesidad de su integración, descubrimos el camino para convertirnos en un ser humano íntegro. Estoy totalmente de acuerdo con Jung, basándome en mi propia experiencia vital, en que esta es la labor más crucial que realizamos. Si eludimos esta labor reprimiendo las crisis que nos la plantean al llegar a los cuarenta y tantos, nos perdemos el aprendizaje más profundo sobre quiénes somos y la felicidad que nos aporta esa conciencia. Como he dicho a lo largo de este libro, la exhortación de Sócrates «Conócete a ti mismo» es la tarea de nuestro viaje individual, y es en esta labor donde tenemos más posibilidades de descubrirnos plenamente a nosotros mismos.

Aceptar las crisis cuando se presentan, adentrarnos en lo más profundo de nosotros mismos y de nuestra psique para descubrir sus dones, y luego regresar con la nueva comprensión de nosotros mismos que hemos adquirido, es la historia clásica que nos relatan tantos famosos viajes míticos de desarrollo del espíritu. Jung se vio profundamente influido por estos mitos, tanto orientales como occidentales, y por sus estudios sobre los viajes al yo inconsciente. Se dio cuenta de que estos mitos narraban precisamente los caminos hacia la plenitud más necesarios para nuestro bienestar más profundo. El viaje hacia el interior para descubrirse plenamente a uno mismo es la tarea de todo ser humano. El momento óptimo para ese viaje llega cuando, en la mediana edad, nos encontramos en un bosque oscuro sin ningún sitio adonde ir.

Otro aspecto de la obra de Carl Jung que se deriva de la crisis de la mediana edad la vincula con las enseñanzas espirituales del budismo y el judaísmo sobre cuál es la tarea que el espíritu masculino y el femenino deben tratar de alcanzar como su vocación más elevada.

El budismo y el judaísmo enseñan que la perfección del espíritu masculino reside en convertirse en pura compasión y la del femenino, en pura sabiduría. Los lectores occidentales sentirán rápidamente que esto resulta, de alguna manera, muy extraño, ya que la visión occidental general es que los hombres se definen como sabios y las mujeres como compasivas. Sí, esta visión es correcta en cuanto a cómo Occidente ha definido el pleno logro del desarrollo. Sin embargo, como ahora puedes ver, gran parte de la tradición de sabiduría del mundo discrepa.

¿Cómo encaja Jung en este debate? Jung sostiene que el hombre que ha integrado plenamente su lado femenino busca, en la segunda etapa de la vida, aprender e integrar la compasión, primero hacia sí mismo

y, a continuación, hacia todos aquellos con quienes mantiene una relación. La mujer que ha integrado plenamente su lado masculino avanza, en la segunda etapa de la vida, hacia la búsqueda de su vocación y el descubrimiento de quién es a través del trabajo, para convertirse en una guerrera por la paz. Se convierte en sabiduría a medida que integra plenamente todas las partes de sí misma en ese proceso.

Jung sabía que los griegos representaban a Atenea como la diosa de la sabiduría, que los judíos representaban la energía femenina como Sofía (Sabiduría) y que los budistas, en sus thangkas, representaban la energía femenina como sabiduría y la energía masculina como compasión, al mostrar la unión de ambas energías para formar un todo.

Quizás al observar cómo las tradiciones de la sabiduría entendían el desarrollo más elevado de nuestra naturaleza, y al combinar sus puntos de vista con lo que revelaban sus propios estudios, Jung llegó a comprender que la definición de la segunda etapa del trabajo de los hombres residía en las relaciones que conducen a la compasión, mientras que la de las mujeres residía en el trabajo como vocación que conduce a la sabiduría. Ambos son los opuestos de sus recorridos en las primeras etapas de sus vidas.

Al igual que tantas otras ideas de esta Reflexión, se trata de un pensamiento ancestral sobre la condición humana, tal y como es en realidad, basado en las observaciones que personas reflexivas han realizado durante miles de años sobre cómo nos comportamos los seres humanos y en qué nos convertimos cuando alcanzamos nuestro yo más elevado.

Personalmente, encuentro que la idea de que mi trabajo en esta etapa de mi vida consiste en aprender a ser plenamente compasiva es exactamente lo que anhela mi corazón. También me doy cuenta de que las mujeres a las que más respeto (en particular a Jacqueline) son aquellas que poseen verdadera sabiduría.

---

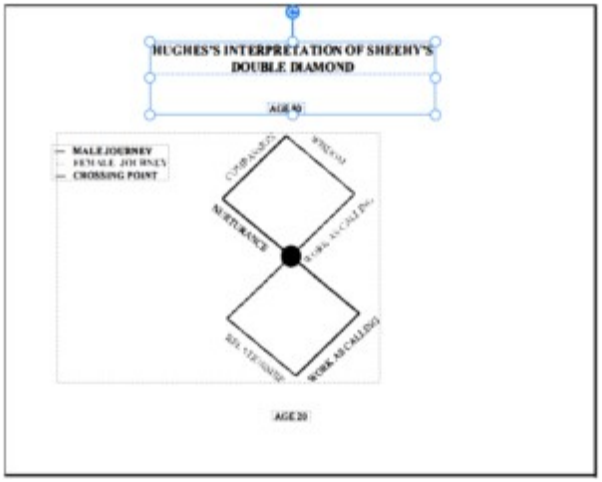
18 Gail Sheehy, *Passages* y *New Passages*

19 Nota de la autora: Casi toda la psicología moderna se basa en la obra de Jung. Jung fue el mejor discípulo de Sigmund Freud hasta que rompió con él. Jung llegó a refutar gran parte de la obra de Freud y a desarrollar su propia filosofía y práctica sobre el funcionamiento de la mente y el inconsciente. Los libros de Jung que he mencionado ofrecen una introducción a su obra para quienes deseen profundizar en ella.

GAIL SHEEHY

Gail Sheehy, discípula de Jung, en sus libros «Passages» y «New Passages», nos guía a través de cada una de las etapas de nuestra vida y de las preguntas que estas plantean, tal y como la mayoría de nosotros las percibimos y caracterizamos. La síntesis que hace Sheehy de las exhaustivas entrevistas que realizó a numerosas personas con el fin de definir la naturaleza de cada etapa nos ayuda a comprender cada una de ellas, así como los comportamientos que las definen, de una forma muy amena y accesible. Para aquellos lectores que busquen una explicación no académica de por qué parecen sentir y actuar de forma diferente en las distintas etapas de su vida, los libros de Sheehy son la puerta de entrada a verdades antropológicas y sobre el desarrollo que explican esos sentimientos y por qué actuamos como lo hacemos, tanto si somos adolescentes como si tenemos ochenta años.

Hay un aspecto de la obra de Sheehy que quiero introducir en nuestro debate sobre la crisis de la mediana edad. En «Passages», Sheehy ofrece una visión extraordinariamente útil.



Observarás que, en el rombo inferior, el recorrido masculino se define como el camino del trabajo como vocación y el recorrido femenino como el camino de las relaciones. También observaréis que, en la parte superior del rombo inferior, las líneas masculina y femenina se cruzan y luego continúan fluyendo hacia lo que yo defino como el rombo superior, pero ahora con el camino masculino como el de las relaciones y el femenino como el del trabajo como vocación. En esta hermosa imagen, Sheehy ilustra la gran observación de Jung sobre el camino del hombre en la primera y segunda etapas de la vida y el camino recíproco de la mujer en sus primera y segunda etapas de la vida. El punto de la primera intersección es donde se produce la crisis de la mediana edad, a medida que tanto el hombre como la mujer avanzan hacia la integración de sus lados de sombra femenino y masculino, y hacia los viajes que siguen. También se me ocurre que, si ambas partes llegaran a los 80 años y volvieran a reunirse en la parte superior de lo que, en mi opinión, formaría un diamante superior como segunda intersección, qué historias tendrían que compartir sobre sus viajes vitales hacia la plenitud: una de compasión y otra de sabiduría.

He aquí un ejemplo de lo que describen Jung y Sheehy. En un maravilloso librito de Robert Fisher, *«El caballero de la armadura* oxidada»*,*

encontramos la descripción de un hombre que comienza con una armadura reluciente, admirado por su amada. Un hombre cuya armadura, en la mediana edad, se oxida a los ojos de su amada a medida que ella pasa de centrarse en la relación a integrar su lado masculino relacionado con el trabajo y, finalmente, vuelve a ver su armadura en buen estado cuando ambos se reencuentran tras haber completado su trabajo individual. Apuesto a que muchos lectores estarán diciendo: «Vaya, he recorrido este camino en mi vida con mi gran amor; ojalá él o ella me hubiera regalado este libro».
Me sentí increíblemente bendecida por el amor de la segunda etapa de mi vida, que me regaló este libro con el amor y el cariño que le proporcionó haber completado su propio trabajo de transformación. Eso no significa que no reciba listas de «cosas que hacer», que no consiga cumplirlas y que no reciba la reprimenda sobre mi armadura oxidada. Pero podemos reírnos de ello y eso es lo que marca toda la diferencia. Espero que el «doble diamante» de Sheehy os ofrezca a cada uno de vosotros una vía de acceso al regalo que Jung nos ha hecho sobre la naturaleza probable de nuestros viajes psicológicos y hacia dónde conducen nuestros espíritus. Espero que cada uno de vosotros se despierte gracias a él.

ROBERT JOHNSON

Como ayuda adicional para nuestra comprensión de los viajes junguianos de hombres y mujeres, existe una serie de notables libros breves de Robert Johnson, quizás el mayor de los discípulos de Jung y un gran psicoterapeuta y humanista. Guardo varios ejemplares de estos libros y se los regalo a amigos y amigas más jóvenes que se encuentran en las primeras etapas de sus viajes. Se titulan **He** y **Understanding**.

Psicología masculina: «Transformación: comprender los tres niveles de la conciencia masculina», «Ella: comprender la psicología femenina», «Nosotros: comprender la psicología del amor romántico», «Trabajo interior: utilizar los sueños y la imaginación activa para el crecimiento personal» y «Aceptar la propia sombra: comprender el lado oscuro de la psique».

ERICH NEUMANN

Otro libro útil sobre este tema es el de Erich Neumann, *«Amor y Psique: el desarrollo psíquico de lo femenino».*

SUSAN PIVER

Por último, independientemente de la edad a la que se forme una nueva pareja, *«Las preguntas difíciles»*, de Susan Piver, es el libro que regalo a todas las parejas nuevas. Este libro recoge, en las preguntas que plantea, todas aquellas que nos gustaría saber hacernos el uno al otro. Piver también hace la maravillosa
observación de que las grandes relaciones no se basan en el acuerdo, sino más bien en comprender las filosofías de cada uno sobre aquellas cosas que, en lo más profundo de nuestro ser, creemos que son ciertas, y luego trabajar juntos para encontrar buenas respuestas a las preguntas más importantes que nos convengan a ambos. Doy las gracias a un querido amigo por regalarme este libro. Nos ha ayudado a Jacquie y a mí, y a muchos otros.

LAS ETAPAS DE LA VIDA DE LA MUJER EN LA MODERNIDAD

Siguiendo con el tema de los recorridos psicológicos de hombres y mujeres descritos por Jung y Johnson e ilustrados por Sheehy, quiero pasar a una cuestión que supone una gran tensión en nuestra vida moderna: la trampa en la que se ven atrapadas las mujeres jóvenes en las primeras etapas de su desarrollo vital. La trampa que supone la competencia interna entre su carrera profesional en esta etapa de la vida y su papel como compañera de vida y madre. Para que os hagáis una idea del sufrimiento que esta trampa genera en las familias a las que atiendo, permítanme comenzar con una historia. Cuando me reúno con una familia por primera vez, pido a cada miembro que redacte un currículum para compartirlo con el resto de la familia. No les digo a los miembros de la familia que vamos a hacer este ejercicio, para que sus respuestas sean espontáneas y no ensayadas. Les explico que no hay respuestas correctas, solo sus respuestas, y que lo único que les pido es que reflexionen sobre ellas con la mayor profundidad y amplitud posibles. Por cierto, los hombres suelen escribir media página y las mujeres, varias páginas. Quizá John Gray, Deborah Tannen y Harville Hendrix estén en lo cierto. Estas son las preguntas:

(a) ¿Cuál era tu gran sueño cuando tenías 14 o 15 años?

(b) ¿Qué es lo que te apasiona de verdad?

(c) ¿Qué saben tus amigos de ti que tu familia no sabe?

(d) Si tu familia pudiera hacerte un regalo, ¿cuál sería?

Aunque cada una de estas preguntas siempre revela información que la mayoría de

miembros de la familia desconocen unos de otros, especialmente la pregunta sobre el sueño, la que guarda relación con la trampa de la que hablo es la del regalo. En todas las familias en las que hay mujeres jóvenes cuyos

son madres de entre 25 y 45 años —a menudo, aunque no siempre, con una carrera profesional—, anoto lo que al menos una de estas jóvenes pedirá. Dejo la respuesta boca abajo delante de mí. Sin excepción, al menos una de las jóvenes confirma mi predicción. Pide un día para ella sola, en silencio. El sufrimiento que representa tal petición es real y profundo. De alguna forma terrible, el camino de la vida de nuestras jóvenes se encuentra en tal estado de caos y frenesí que se están ahogando psicológicamente en el estruendo y el movimiento constante que las define.

¿Cómo ha ocurrido esto? De maneras maravillosas, la revolución femenina de la segunda mitad del siglo XX emancipó a nuestras mujeres occidentales al abrirles muchas nuevas oportunidades profesionales que antes les estaban vedadas y al fomentar un clima propicio para que las mujeres pudieran formarse y desarrollar sus carreras. De hecho, creo que los cambios resultantes en los porcentajes de mujeres que cursan estudios conducirán a una revolución social en el siglo XXI, ya que en este siglo los logros de las mujeres las llevarán a los niveles más altos de todas las profesiones y ámbitos de la actividad humana. Toda esta historia es digna de elogio. Sin embargo, al igual que ocurre con la teoría de Heisenberg sobre las «consecuencias inesperadas», la búsqueda de la educación y la carrera profesional trajo consigo una competencia inesperada con la observación de Jung —tal y como la elucidaron Johnson y Neumann— de que el camino de una mujer en la primera etapa de su vida es el camino de las relaciones. Así pues, aquí radica una trampa para nuestras jóvenes. Por un lado, la revolución femenina las llama a «trabajar» como vocación, mientras que su psique las llama a las relaciones. Por desgracia,

las voces que abogan con más vehemencia por que las mujeres alcancen un estatus a través del «trabajo» parecen no haber estudiado a Jung y a sus discípulos, o, si lo hicieron, optaron por ignorarlo. Así que ahora nos enfrentamos al sufrimiento que supone esta trampa, con nuestras jóvenes agotadas psíquicamente por sus exigencias y que, con demasiada frecuencia, tal y como me cuentan —incluida mi hija, Ellen—, «no tienen tiempo, no tienen tiempo para nada» y «¡absolutamente nada de tiempo para mí!».
¿Cómo podemos ayudar? Porque si no hacemos nada, pondremos en peligro el sentido de identidad de estas jóvenes, con todo el deterioro de su ser humano e intelectual que ello implica. Están pidiendo ayuda a gritos. Sugiero que el primer paso para ayudar sea reconocer que la trampa no es un problema de «estudio de tiempos y movimientos» que se pueda solucionar, sino más bien una profunda herida psicológica
que surge de nuestra falta de conocimiento de la obra de Jung y de sus discípulos. Me apresuro a aclarar que no os estoy llevando a la conclusión lógica de que las mujeres no deban cursar estudios hasta el nivel que deseen, ni de que deban optar por la vida en pareja y la crianza de los hijos en lugar del «trabajo» como vocación. ¡No es eso en absoluto! Más bien pido a todos los miembros de la familia que, en su afán por mejorar el camino de sus jóvenes, comprendan la observación de Jung y se aseguren de que sus jóvenes entiendan lo que, según Jung, constituye el recorrido de la primera etapa de la vida de una mujer.
Que una joven no sea consciente de esta profunda sabiduría es una tragedia, ya que la deja sin un pilar fundamental que le permita comprender por qué se siente como se siente. Con esta información, podrá tomar decisiones más fundamentadas sobre las elecciones que hará en la primera etapa de su vida y, por lo tanto, probablemente tomará aquellas que la conduzcan a una mayor calidad de vida. Las observaciones de Jung también pueden resultarle

útil para ella a la hora de abordar las cuestiones de la segunda etapa de su vida. Dado que el «trabajo» como vocación probablemente forme parte de la segunda etapa de la vida de una mujer, puede esperar que una carrera profesional en esa etapa le resulte más satisfactoria desde el punto de vista del desarrollo que en la primera etapa. Teniendo en cuenta que la esperanza de vida de la mayoría de las mujeres que proceden de los estratos económicos más altos de la sociedad ronda los 90 años, esto le da a una mujer algo en qué pensar. Una vez más, no estoy sugiriendo en absoluto qué camino vital debería elegir ninguna mujer, ni ningún hombre, por cierto. Simplemente espero que los conocimientos que Jung nos ha aportado sobre cómo se desarrolla nuestra psique, y los recorridos de desarrollo propios de cada género, sean conceptos que las familias puedan utilizar a la hora de orientar a sus jóvenes para que eviten caer en esa trampa en sus vidas y puedan disfrutar de la felicidad que ello generará. EL RECORRIDO DE LOS HOMBRES EN LAS RELACIONES

—

Ahora, una suave vuelta a los recorridos de los hombres. Sigo sin entender el nuevo término que utilizan nuestros hijos para anunciarnos a Jackie y a mí que va a llegar un nuevo nieto: «estamos» embarazados. Sí, soy consciente de que soy anticuado al deplorar este término por su falacia biológica. Entiendo que probablemente resulte más satisfactorio psicológicamente para la pareja que «está»
embarazados. Sin embargo, si Jung tiene razón al afirmar que los viajes de los hombres en la primera etapa de la vida giran en torno al «trabajo» —una vocación que tiene su paralelo en los viajes de las mujeres en el ámbito de las relaciones—, tengo que suponer que, en el mejor de los casos, los hombres se sienten confundidos por el término. No obstante, como hombre del siglo XVIII que luchó por abrirse camino en el

siglo XX, y que ha cumplido con su papel de padre, soy consciente de que esta parte del pensamiento del siglo XXI no tengo por qué entenderla.

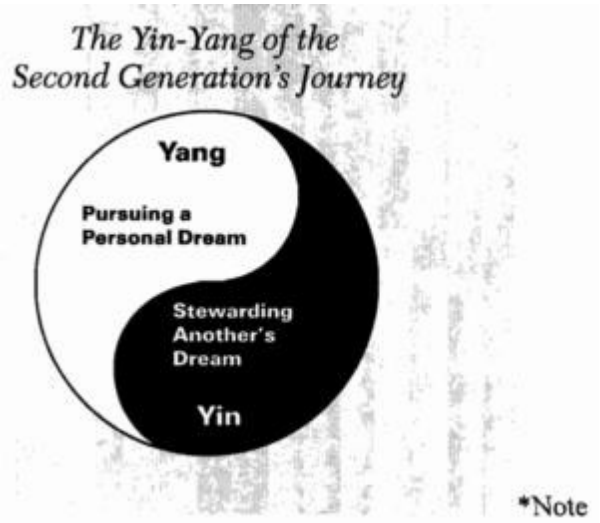
CUESTIONES DE DESARROLLO DE LA SEGUNDA GENERACIÓN

Ahora quiero pasar a una cuestión psicológica fundamental: el estado mental y la psique de un miembro de la segunda generación de una familia con gran acervo económico. Se ha escrito mucho sobre la primera y la tercera generación de estas familias, pero, sorprendentemente, muy poco sobre la segunda. Imagino que esto se debe a que las apasionantes vidas de la primera generación, llenas de creatividad y descubrimientos, suelen dar lugar a artículos en revistas como «Forbes» o «Fortune» y, con frecuencia, a biografías. La tercera generación, por su parte, llena libros sobre disfunciones a medida que se va desvaneciendo hasta caer en el olvido familiar. ¿Dónde están los libros sobre la segunda generación? Si existen, yo no los he encontrado. Sí, en libros como «Titan», sobre John D. Rockefeller, Sr., hay mucho que aprender sobre su hijo, John D. Rockefeller, Jr., y en libros sobre Henry Ford se habla de su hijo Edsel. Pero libros que intenten describir el recorrido y la psique de la segunda generación de una familia… no, esos no existen. Para mí, esta es una realidad profundamente preocupante, ya que creo que es la segunda generación de una familia la más crucial para su éxito a largo plazo. Es su actuación la que determina si una familia desarrolla un sistema de toma de decisiones conjunta que la llevará hasta su quinta generación y más allá. Es en esta generación donde se descubren y desarrollan por primera vez

descubren y se forman. Es esta generación la que debe desarrollar un sistema familiar y su gobernanza que pueda replicarse en todas las generaciones posteriores, de modo que ninguna generación, ni siquiera psicológicamente, se convierta en la tercera.

EL EQUILIBRIO ENTRE EL YIN Y EL YANG

Quiero sugerir que la segunda generación nace con el reto de integrar con éxito en su trayectoria dos realidades interrelacionadas pero muy diferentes: por un lado, sus sueños individuales y, por otro, la responsabilidad heredada de ser guardianes del sueño de otra persona. [20] Hace muy poco se me ocurrió una forma de ilustrar este extraordinario viaje de la segunda generación; aquí está la imagen:



Fue en el símbolo del Yin/Yang donde vi ambas caras del camino y la psique de un miembro de la segunda generación de una familia. De repente comprendí por qué el camino de esta generación es tan complejo, ya que exige un doble recorrido: uno elegido y otro heredado. Un camino en el que ambos lados del yo de un miembro de la segunda
debe vivir constantemente sus

lados Yin y Yang, estando ambos siempre conectados y, a la vez, siempre separados. Solo la profundidad psíquica del símbolo del Yin/Yang expresa plenamente la complejidad del viaje de un miembro de la segunda generación. ¿Cómo podría entonces esta realidad, esta unidad de dos conciencias interconectadas pero separadas, expresarse de forma saludable, de tal manera que un miembro de la segunda generación alcance el máximo grado de autoconciencia, de libertad personal y de felicidad en su vida?

En primer lugar, ¿qué proceso suele no funcionar para lograr la felicidad de los miembros de la segunda generación? Al comienzo de su vida adulta, los miembros de la segunda generación de una familia suelen enfrentarse a dos dilemas de desarrollo psicológico gravemente perjudiciales: (a) sus padres de la primera generación intentarán que aprendan a gestionar el capital financiero para que se conviertan en administradores o custodios de lo que ellos, los padres, han creado de forma tangible como representación de sus sueños, excluyendo el aprendizaje de cualquier cosa útil para su propio desarrollo humano e intelectual y para la realización de sus propios sueños; y (b) sus padres, como descubridores y creadores de una talla excepcional, intentarán que

que vivan los sueños de sus padres, excluyendo así sus propios sueños.

[21] Si los miembros de la segunda generación aceptan estos dos dilemas psíquicos como su destino, sus vidas casi siempre estarán condenadas al fracaso, ya que nunca lograrán su individuación. ¿Por qué? Porque nunca intentarán hacer realidad sus propios sueños. Esto supone una tragedia para una familia, ya que conducirá precisamente al estancamiento y la inmovilidad que el proverbio describe en el

el fracaso del crecimiento del capital humano e intelectual de la familia en su

segunda generación y, con ello, a la entropía que se manifestará plenamente en la siguiente generación. Si cualquiera de estas exigencias de la primera generación hacia la segunda —o, peor aún, ambas— dominan la vida de una familia, el proverbio, según mi experiencia, siempre se impone.

---

20. Tenga en cuenta que quizá le sorprenda esta realidad, ya que es posible que nunca haya considerado la cuestión de la segunda generación desde esta perspectiva. Quizá esto le resulte menos sorprendente cuando se dé cuenta de que solo un minúsculo porcentaje de la población mundial hereda (nace con esta realidad) un gran capital financiero, por lo que no es un tema de gran relevancia para los científicos sociales. Sin embargo, es una cuestión fundamental para aquellos de nosotros que prestamos servicio a estas personas.

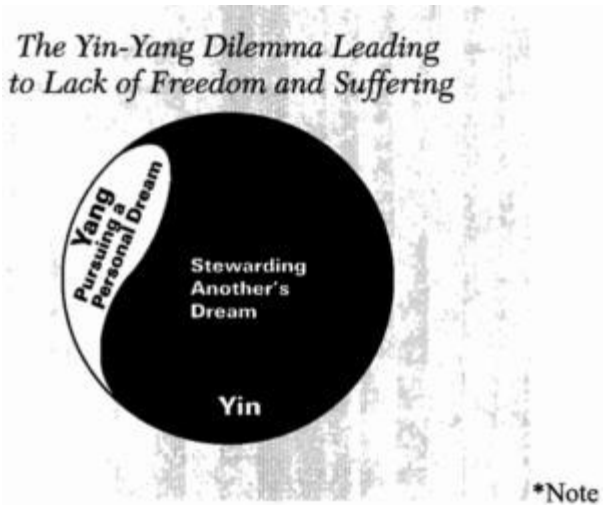
21. A menudo no se aprecia plenamente la naturaleza del poder del sueño de un fundador. Permítanme ofrecerles una perspectiva de lo extraordinariamente poderoso que es. Preguntémonos unos a otros, de los casi siete mil millones de personas que habitamos el planeta, ¿con qué frecuencia por la mañana, de los miles de millones de sueños que soñamos la noche anterior, alguno de nosotros es capaz de recordar siquiera un sueño de la noche anterior? En realidad, muy pocos de nosotros. A continuación, de los pocos que recuerdan un sueño así, ¿cuántos podrían recordarlo tres días después? Muy, muy, muy pocos. Y de aquellos que pueden recordar ese sueño,

¿para cuántos de ellos permanecerá ese sueño en su conciencia hasta convertirse en una idea? Muy, muy, muy, muy pocos. A continuación, de aquellos para quienes ese sueño se convierte en una idea, ¿cuántas de esas ideas se materializan de alguna forma, incluso como una empresa? Muy, muy, muy, muy, muy pocos. Por último, de esas ideas que se materializan, ¿cuántas

generar grandes fortunas económicas? Un número tan pequeño de entre todos esos miles de millones de sueños que se sueñan cada noche que resulta estadísticamente imposible. Sí, son sueños imposibles —poderosos en su imposibilidad— ¡absolutamente impresionantes!

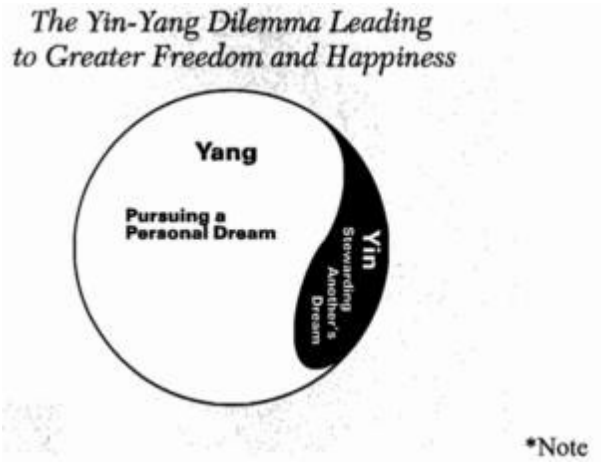
EL YIN Y EL YANG EN EL DESARROLLO

¿Qué podría funcionar para lograr la felicidad de los miembros de la segunda generación? Creo que hay una falacia que hay que aclarar en el pensamiento de muchísimas personas que ayudan a las familias, basada en los deseos de sus clientes de primera generación, y que consiste en la definición casi universal de los miembros de la segunda generación como meros administradores o conservadores, en lugar de considerarlos igualmente como soñadores individuales con sus propios sueños de descubrimiento y creatividad. He oído y leído muchos tópicos ofrecidos por expertos en bienestar familiar sobre la necesidad de que cada miembro de la familia tenga un sueño y de que el sistema familiar se organice para apoyar de forma proactiva la realización satisfactoria de cada uno de esos sueños. Sin embargo, muy pocas veces he visto a esos mismos expertos establecer activamente sistemas que logren este objetivo. Con demasiada frecuencia, estos sistemas solo fomentan el desarrollo de la parte «Yin» del carácter de los miembros de la segunda generación, es decir, su papel como administradores o conservadores de los sueños ajenos.



Este es un caso en el que las palabras deben ir acompañadas de hechos. Es decir, que el

sistema familiar debe construirse de tal manera que el lado «Yang» del sueño personal guíe el desarrollo interconectado de los «yos» «Yin» y «Yang» de la segunda generación hasta que surja el sueño de cada individuo de dicha generación.



Como ejemplo de cómo funciona un sistema así, recuerda mi primera pregunta sobre el currículum familiar: «¿Cuál era tu sueño a los 14 o 15 años?». Este es el tipo de pregunta que le dice a una persona que su sueño importa. Es la pregunta que la primera generación debe plantear a sus hijos de la segunda generación cuando tienen 14 años, y no cuando celebran una

primera reunión familiar a los 70 años y sus hijos tengan ya
cuarenta. Es una pregunta que deben plantear los tíos y tías de la segunda generación, sus mentores y sus consejeros de confianza, sus asesores más importantes, tal y como se explica en mi libro «Familia».

En mi opinión, nunca se planteará lo suficiente. Sí, dirás: «De acuerdo, tienes razón», salvo que la primera generación está tan absorta en sus propios sueños que no tiene tiempo para plantearle a nadie más una pregunta así. Sí, ahí está el quid de la cuestión y el riesgo que esto supone y augura para la felicidad de los miembros de la segunda generación. En cualquier caso, esta pregunta y las muchas que se derivan de ella —y que podrían conducir a la realización del sueño— son el único antídoto que veo para evitar que la segunda generación se limite a administrar y conservar el sueño de otro como parte de su reto de desarrollo, con los resultados negativos que, históricamente, tal desenlace ha profetizado
para el bienestar de una familia.

También me parece que si un miembro de la segunda generación de la familia descubre su sueño y, con el apoyo de la familia, se inicia como aprendiz con un maestro para hacer realidad ese sueño o vocación, eso no le impide activar su lado Yin. De hecho, me parece que, con el dominio de ese sueño y el dominio de uno mismo que se deriva de él, surgirá más adelante en su vida una oportunidad natural para iniciar su lado Yin utilizando el mismo proceso de aprendizaje como aprendiz, con el fin de aprender a ser un administrador o conservador dinámico del sueño de otra persona, ¡quizás incluso de los sueños de la siguiente generación! [22] Sin embargo, hacer que el Yin siga al Yang para que no se sacrifique el proceso del Yang, en mi opinión, aumenta las posibilidades de que él o ella logre el

equilibrio saludable entre los dos retos con los que llega a la vida como miembro de la segunda generación.

Si una familia logra que los miembros de su segunda generación dominen sus aspectos Yin y Yang, para que sean soñadores y herederos, creo que habrá propiciado el crecimiento del capital humano e intelectual de esta generación exactamente de la forma más necesaria para que los miembros de la segunda generación se conviertan en generadores dinámicos de todas las formas de capital de una familia. Una vez más, para hacerlo bien, el soñador debe liderar, seguido por el heredero, y posteriormente, en una espiral positiva, el heredero debe invertir en los nuevos sueños de la siguiente generación. Si este proceso se aprende y se practica en la segunda generación y luego se aplica de forma coherente en todas las generaciones posteriores, creo que una familia puede evitar la maldición del estancamiento en la segunda generación que describe el proverbio. Del mismo modo, es poco probable que ningún miembro futuro de la familia muestre un comportamiento propio de la tercera generación si los actuales miembros de la segunda generación siguen las mismas prácticas iniciáticas para la generación que les sigue, tal y como aquí se propone. Espero que ahora puedas ver que cada generación sucesiva se enfrenta al mismo desafío del Yin y el Yang. Las familias que mejor lo harán lo reconocerán, lo aceptarán y lo gestionarán activamente para alcanzar el máximo esplendor tanto de la familia como de cada uno de sus miembros.

---

22 Aunque todavía no estoy seguro, me estoy inclinando a pensar que la gestión dinámica

de administrar y conservar el capital financiero ajeno bien podría ser una tercera etapa del trabajo de la vida; la etapa en la que, desde el punto de vista del desarrollo, estamos más

preocupados por el legado. Esto no quiere decir que la alfabetización financiera no sea una tarea crucial del desarrollo en la segunda etapa de la vida —lo es—. Más bien se trata de que centrarse en esta tarea puede resultar simplemente más natural en la tercera etapa de la vida.

CUESTIONES PSICOLÓGICAS ESPECÍFICAS

A partir de ahora, dedicaré el resto de este capítulo a cuestiones psicológicas específicas que he observado en las familias y a los autores que me han informado tanto de ellas como de las terapias que prefieren para su resolución positiva.

EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS

Comenzaré con el trabajo de una amiga y colega muy querida, Lee Hausner. En mi opinión, Lee se encuentra entre los terapeutas familiares y los consejeros psicológicos familiares más competentes de nuestro campo. Además de su labor como terapeuta, es una gran educadora familiar. Es una de las pocas personas entre nosotros capaz de pasar con fluidez del lado negativo del cálculo —donde reside la disfunción familiar— al punto cero, donde las familias tienen una «mente de principiante», y al lado positivo, donde los sistemas familiares funcionan para ayudar a que crezcan todos los capitales de la familia. Aunque Lee es una autoridad en muchas de las áreas que voy a tratar, quiero citarla aquí por su trabajo sobre la crianza de los hijos en familias con riqueza económica. Su libro *«Children of Paradise»,* que acaba de salir en una nueva edición, es la biblia a la que todos recurrimos para formarnos en esta materia. Siempre tengo seis ejemplares del libro de Lee a mano, ya que lo regalo con más frecuencia que

cualquier otro. Aunque el libro contiene muchísimas ideas útiles, quiero citar dos afirmaciones de Lee que muestran su profundo amor por los niños y sus posibilidades. Ella insta a los padres a amar a sus hijos de forma incondicional y les pide que les ayuden a alcanzar el nivel de competencia acorde con sus capacidades individuales, independientemente de las de los demás, especialmente de las de sus padres, que suelen tener un rendimiento extremadamente alto. Qué acertado es su llamamiento.

A continuación, quiero mencionar cinco libros sobre la crianza de niños y niñas: el de Don Kindlon y Michael Thompson, *«Raising Cain, Protecting the Emotional Life of Boys»; «Reviving Ophelia, Saving the Selves of Adolescent Girls»,* de Mary Pipher*; «The Hurried Child, Growing Up too Fast too Soon»,* de Daniel Elkind*; «Family Rules, Raising Responsible Children Without Yelling or Nagging»,* de Kenneth Kaye*;* y el clásico volumen V de «Children of Crisis», de Robert Cole, *titulado «Privileged*

».

EL PAPEL ESPECÍFICO DE LAS MADRES

Añadiré aquí un dicho entre los profesionales: «Solo sabrás si eres una familia cuando muera tu madre». Aunque los padres son importantes, mi experiencia profesional me dice que este dicho sobre las madres suele ser cierto. Las madres son el nexo de unión de nuestras relaciones; son quienes nos cuentan nuestras historias y actúan como mediadoras. Las familias harían bien en honrar el papel de sus madres en estas funciones fundamentales, reconociendo la necesidad de

formar sucesoras que puedan asumir esas funciones cuando la madre ya no esté.

SER PADRE O MADRE DE FAMILIA POLIGAMICA

A continuación, sobre la crianza en familias reconstituidas y los problemas de ser hijastro, un libro extraordinariamente útil sobre este tema es el de Grace Gabe y Jean Lipman-Bluman, *«Step Wars»*.

DESARROLLO DE LA MUJER

En cuanto a la teoría psicológica sobre el desarrollo de la mujer, cabe destacar *«In a Different Voice»*, de Carol Gilligan.

PADRES

A continuación, el nuevo libro de Mark O'Connell sobre la naturaleza de ser padre, *«The Good Father, on Masculinity and Life in the Family»*.

DERECHOS ADQUIRIDOS Y DESIGUALDAD FISCAL

El siguiente ámbito que quiero abordar son dos cuestiones importantes en la disfunción familiar: la de *los derechos adquiridos* y la de *la desigualdad* fiscal (cuando una mujer dispone de mayor capital financiero que su pareja masculina). Para más información sobre estos dos temas, consulta mis «Reflexiones» tituladas «La naturaleza de un regalo» y «Desigualdades fiscales», respectivamente, que puedes encontrar en mi página web www.jamesehughes.com.

Además de lo anterior, la obra de Charles J. *Sykes «The Victimization of America»* resulta útil para comprender más a fondo el sentido de derecho y su síntoma*,* el victimismo. La obra de Sykes debería utilizarse para comprender el perfil psicológico de una familia, especialmente a la hora de evaluar el , ya que el sentido de derecho es una maldición especial de esa generación.

SISTEMAS FAMILIARES EN RELACIÓN CON LAS AUSENCIAS DE LOS MIEMBROS INDIVIDUALES DE LA FAMILIA

AUSENCIAS

Una obra de teatro muy importante como metáfora de la vida familiar es **Esperando a Godot*,* de Samuel Beckett. Se trata de una obra sobre la nada en la que los actores esperan a que llegue alguien para resolver todos sus
dilemas, y ese alguien nunca llega. Este patrón es una triste realidad de la vida en muchas familias. Se trata de familias que dejan de actuar y de crecer mientras esperan a que un miembro de la familia acuda a sus reuniones, un miembro que no va a venir. Muchas veces, como «personne de confiance» de una familia —su asesor de mayor confianza—, he tenido que aconsejar a la familia que su tendencia a esperar a que estén presentes todos aquellos a quienes consideran miembros de la familia para actuar es errónea y acabará destruyéndolos. ¿Por qué? Porque esa persona no va a venir y, mientras esperan, la entropía está mermando su energía. La paciencia y las invitaciones amables a unirse a una reunión familiar dirigidas a aquellos familiares que no tienen claro si forman parte de una determinada familia de afinidad son un comportamiento adecuado y correcto. Como he

he dicho tantas veces, ninguna familia puede tener suficientes recursos humanos. Del mismo modo, esperar a un miembro de la familia con el que solo compartimos genealogía y biología, pero que se ha unido al viaje de otra familia de afinidad, es malgastar nuestra energía en un ejercicio infructuoso. Godot no llega y la obra termina.
Por favor, no dejes que la obra de tu familia termine esperando a alguien que no va a venir.

HERMANOS

A continuación, quiero mencionar el extraordinario libro de Frank Sulloway, *«Born to Rebel»,* que es el mejor estudio científico que tenemos sobre las relaciones entre hermanos dentro de una familia y, en particular, sobre el efecto del orden de nacimiento.

EL SÍNDROME DEL HIJO MAYOR EN EL CONTEXTO DE UNA EMPRESA

Pasemos ahora a otro síndrome de disfunción. Se trata de un sistema familiar en el que una empresa ha sido creada por un miembro masculino de la primera generación de la familia y en el que él trata emocionalmente a esta empresa como si fuera su hijo mayor. Después de haber leído el maravilloso libro de Sulloway y de haber comprendido los comportamientos probables de los hijos como consecuencia del orden de nacimiento, imagina un sistema familiar en el que el hijo mayor y más querido no es un hijo humano, sino un hijo virtual: una empresa. Incluso aquellos de vosotros que no hayáis leído el libro de Sulloway, es casi seguro que os habéis formado una opinión sobre los comportamientos probables del primer, segundo y tercer hijo, y sobre cómo es probable que cada uno se individualice y se integre en el sistema familiar mediante esos comportamientos. Ahora añadid

a vuestra experiencia y conocimientos sobre el orden de nacimiento de los hermanos preguntándoos cómo sería si esos comportamientos estuvieran dominados por un hermano mayor no humano al que vuestro padre quisiera más. Estoy seguro de que diréis que eso dificultaría enormemente la evolución normal de una familia y el desarrollo esperado de las personalidades adultas de sus hijos. Probablemente resultaría traumático y emocionalmente caótico para todos. Tendríais razón. En este campo, los profesionales reconocemos este síndrome y lo comentamos entre nosotros. Lo que me sorprende es lo pocos terapeutas con los que hablo a los que se les haya enseñado este síndrome. Han tenido que descubrirlo caso por caso en sus consultas. Espero que, al sacar a colación este tema aquí, cale en la conciencia de todos los terapeutas que ayudan a familias con empresas. También espero que cale en la conciencia de todas las familias de primera generación con empresas que ellas mismas han fundado. Me apresuro a decir que, aunque todavía no he visto ningún caso de una fundadora de primera generación con este problema, es probable que el auge de este tipo de personas en el
florecimiento de la actual revolución social femenina probablemente dé lugar a uno.

—

LA INTERACCIÓN DE LOS SUEÑOS DE LOS PIONEROS FUNDADORES PIONEROS Y LOS DE LAS GENERACIONES SIGUIENTES Y POSTERIORES

A continuación, quiero analizar el libro de Ivan Lansburg, *«Succeeding Generations».* En este libro, Lansberg analiza en profundidad el sueño de la primera generación. Cómo esa generación lleva su sueño individual de la etapa del sueño a la de la idea y cómo, a medida que vive su sueño y, si la idea que nace de él es lo suficientemente poderosa, surge una empresa. Continúa explicando, tal y como yo lo he entendido, que una empresa tiene una fuerza vital tan poderosa que, cuando cruza la frontera entre el sueño y la idea y luego se convierte en una empresa comercial próspera, comienza a evolucionar orgánicamente por sí misma y se convierte en una forma de vida que los miembros de la segunda y tercera generación de la familia del fundador tendrán que integrar en sus vidas.

Dado que en esta Reflexión ya he abordado los múltiples problemas que plantea la realización del sueño de una persona para el bienestar de una familia, no los repetiré aquí. Más bien, presento la idea de Lansberg sobre el sueño como una forma de ayudar a resolver el «síndrome del negocio como hijo mayor». Si una familia, o su «persona de confianza», se da cuenta de que ella misma o la familia a la que atiende está viviendo este síndrome, me ha parecido muy útil que la familia lea el libro de Lansberg. Sugiero que lo hagan para comprender la extraordinaria energía, el poder y la fuerza que representa un sueño de este tipo cuando cobra vida como un ser orgánico. Basta con recordar cuán pocos sueños llegan a la fase de idea y cuán pocos crecen a partir de ahí para nacer como empresas —capaces a su vez de prosperar— para darse cuenta de lo inusualmente enérgico que debe de ser un sueño así. Si los miembros de la segunda generación de una familia de este tipo pueden visualizar y experimentar la naturaleza del sueño de sus padres y el proceso mediante

el que les absorbe por completo, a menudo pueden empezar a aclarar cuál es su posición en la jerarquía de hijos de su padre o madre. Esta toma de conciencia no resolverá los problemas que el síndrome genera en la vida familiar o individual, pero abrirá un diálogo dentro de la familia sobre la realidad del síndrome del «negocio como hijo mayor» y cómo este ejerce su influencia en el sistema familiar y en sus vidas individuales.

GENOGRAMA Y TERAPIA

A continuación, *«Reweaving the Family Tapestry»,* de Fredda Herz-Brown, y su explicación del genograma. Se trata de un libro excelente sobre los sistemas familiares y su funcionamiento. Recomiendo especialmente los capítulos 4, 5 y 6 como recurso para que los responsables familiares y sus profesionales de alto nivel comprendan el proceso que utilizan los terapeutas expertos para entender cómo encaja un paciente concreto en un sistema familiar y qué probabilidades tiene ese paciente de obtener un buen resultado de la terapia.

DISFUNCIONES CONDUCTUALES

A. El síndrome de la «mujer de las bolsas» y las disfunciones generales.
A continuación, el libro de Jesse O'Neills*, «The Golden Ghetto»,* aborda muchas disfunciones conductuales diferentes en familias adineradas, en particular la enfermedad que ella describe como «affluenza» y los comportamientos que la subyacen.
La Sra. O'Neill pertenece a una familia adinerada y, según ella misma cuenta, se está recuperando de varias de las disfunciones que describe en su libro. Recomiendo encarecidamente esta obra. A continuación utilizaré su descripción del «

síndrome de la mujer de las bolsas» para presentárselo. La Sra. O'Neill explica que, lamentablemente, es bastante habitual que las mujeres mayores adineradas lleguen a creer que están en la indigencia, a pesar de ser extremadamente ricas. Los comportamientos que muestran en este trágico estado mental se asemejan a los de las mujeres sin hogar que llevan todas sus pertenencias en bolsas de plástico. Puedo dar fe, desde mi experiencia profesional, de que es muy habitual que las mujeres mayores sientan que lo único que poseen es el dinero en efectivo de sus carteras. La descripción que hace la Sra. O'Neill de este problema, al igual que de todos los demás que aborda, nos ayuda a comprender por qué un familiar puede estar actuando de una forma particularmente poco saludable y nos ayuda a conseguir que reciba la ayuda profesional que necesita.

B. Disfunción general

C. A continuación, el libro de Thayer Willis *«Navigating the Darkside of riqueza».* Se trata de otro excelente libro escrito por un talentoso terapeuta familiar y miembro de una familia adinerada, que narra y describe numerosos comportamientos disfuncionales y ofrece terapias útiles para abordarlos.

A continuación, *«The Legacy of Inherited Wealth» (El legado de la riqueza heredada),* editado por Barbara Blouin junto con Katherine Gibson y Margaret Kierstad, ofrece numerosas historias esclarecedoras de personas y familias con riqueza heredada.

C. Trauma

A continuación, *«Despertar al tigre»,* de Peter Levine. Levine es un psicoterapeuta que ha logrado aliviar bloqueos psicológicos profundos y, a menudo, de toda la vida, derivados de acontecimientos traumáticos. En su libro y en un extraordinario vídeo, del que se habla más adelante y que lo ilustra, Levine nos hace tomar conciencia y nos ayuda a imaginar que tenemos tres posibles

reacciones ante los acontecimientos traumáticos: no solo luchar o huir, sino, y lo más importante, quedarnos paralizados. En su obra explica que, en momentos de terror —como ante la inminencia de un accidente de tráfico, una agresión sexual, cualquier otro tipo de agresión o cualquier otro acontecimiento que creamos que nos llevará a la muerte—, estamos profundamente programados, en una parte ancestral de nuestro cerebro, para reaccionar con el fin de intentar salvar nuestras vidas. A menudo reaccionamos luchando o huyendo, y estas dos reacciones son las que la mayoría de nosotros anticipamos que haríamos si alguna vez nos enfrentáramos a un suceso de este tipo. De hecho, Levine explica que, con mucha más frecuencia de lo que creemos, nuestra respuesta real ante un suceso traumático que nos haga temer por nuestra vida será optar por quedarnos paralizados.

Levine explica que la paralización es el mecanismo que nuestro cuerpo activa para responder a situaciones en las que ni luchar ni huir son opciones viables. Explica que, cuando nos paralizamos, en realidad congelamos en nuestras células la energía que representa nuestro miedo a la muerte. Señala que, en la naturaleza, los animales recurren a estas tres respuestas en función del problema al que se enfrentan y de las opciones que este les ofrece. A continuación, ilustra estas tres respuestas en un impresionante vídeo sobre la probable muerte de una joven gacela ante el ataque de un guepardo. En este vídeo vemos cómo la gacela cae al

suelo entre las fauces del guepardo. A continuación, el guepardo, en lugar de matar a la gacela, se aleja. A continuación, volvemos a ver el mismo suceso a cámara lenta. Ahora descubrimos que la gacela, un instante antes de que el guepardo la alcanzara, cayó al suelo paralizada por el miedo, capturando en su cuerpo la energía de sus sentimientos de temor. Después de que el guepardo se aleje, vemos cómo la gacela sale de ese estado de parálisis y se sacude violentamente para liberar la energía acumulada. La joven gacela, ahora libre

de la energía paralizada, reanuda su vida. Hay otras escenas impactantes de sucesos similares.

El problema, para nosotros, los animales humanos, tal y como explica Levine, es que no disponemos de ningún medio para liberar automáticamente esa energía paralizada cuando experimentamos lo que identificamos como situaciones que amenazan nuestra vida y cuando la respuesta que elegimos ante ellas es quedarnos paralizados. Más bien, nosotros, los animales humanos, capturamos esta energía en nuestras células y, a menos que contemos con algún proceso emocional para liberarla, simplemente queda incrustada allí. La bioquímica de este proceso es, por supuesto, extremadamente compleja y Levine explica los fundamentos científicos en su libro. Desde el punto de vista de la psicología, Levine explica que esta forma de energía oculta en nuestras células suele generar, con el tiempo, problemas emocionales muy significativos, ya que nuestros cuerpos y nuestra psique carecen de medios naturales para liberarla.

Explica que, a menudo, las víctimas de traumas quedan bloqueadas por ella y, en muchos casos, son incapaces de funcionar como consecuencia de ello. La maravillosa noticia es que Levine ha desarrollado un modelo terapéutico para liberar la energía bloqueada debido al trauma. Yo mismo he asistido a un taller con él en el que observé su trabajo con una de las participantes, una víctima de un trauma derivado de un accidente de tráfico. Fue una experiencia extraordinaria verle guiarla con delicadeza para que volviera a los momentos previos al impacto, los visualizara y luego atravesara esos acontecimientos de forma segura y sin que se produjera el accidente en sí. Ver después cómo su cuerpo liberaba esa energía, de forma muy similar a lo que habíamos observado con la gacela, fue profundamente inspirador. Más tarde, tuvimos el privilegio de escuchar otra historia sobre la liberación de energía congelada y profundamente arraigada por parte de una víctima de agresión sexual cuya vida

se había quedado estancada seis años antes a causa del trauma del suceso que había sufrido.

Aunque algunos de vosotros os preguntéis por qué se incluye esta sección concreta del libro, permítanme explicarlo rápidamente. En mi trabajo con familias me he encontrado, con más frecuencia de la que podáis imaginar, con familiares que parecían incapaces de superar un suceso traumático, muchos de los cuales no habían visto ningún cambio tras años de psicoterapia. Dado que yo misma había vivido una experiencia similar durante una operación de amigdalitis a los dos años y medio, en la que tuve una experiencia cercana a la muerte que congeló la energía en mi interior y que me ha traumatizado cada vez que tengo algún problema médico, podía identificarme fácilmente con estos familiares. Lamentablemente, antes de descubrir el libro de Levine y su análisis del «congelamiento», no tenía forma de ayudarles. Ahora puedo ofrecerles el libro de Levine como una forma de ayudarles a considerar que su problema podría ser la energía no liberada de su experiencia traumática y, a continuación, a hablar con sus profesionales sanitarios sobre si el modelo y la terapia de Levine les ayudarían. Puedo dar fe de que varios de ellos, gracias a ese nuevo conocimiento, han encontrado la liberación que necesitaban y la libertad para retomar el camino hacia la felicidad que ello les ha proporcionado.

D. Al estilo de Tom Sawyer: conseguir que todos pinten la valla

A continuación, quiero explicar una técnica que utilizo para llevar a cabo tareas difíciles en las

familias a las que atiendo. A esta técnica la denomino «Tom Sawyering». Estoy seguro de que muchos de vosotros recordaréis cómo comienza la gran novela de Mark Twain (Samuel Clemens), **Tom Sawyer**. Tom está en la cocina con la tía Becky, mirando fijamente un cubo de cal y un pincel, mientras la tía Becky

mirándolo fijamente. Mantienen una conversación sobre la necesidad de pintar la valla de madera que hay delante de la casa, sobre por qué Tom ha eludido esta tarea con diversas excusas durante los dos primeros días en los que debía hacerlo, sobre por qué cree que hoy es el día más bonito del año y que pescar sería lo ideal hoy, y sobre cómo todo ello acaba con él frente a lo que le parece una valla infinitamente larga. A continuación, recordarás que coge el pincel, lo moja en la pintura muy a su pesar y da una pincelada descuidada en la primera tabla. En ese momento, se le une un amigo del barrio. El amigo le dice, y lo parafraseo: «Tom, ¿qué estás haciendo?». Tom, que ahora pinta con entusiasmo, responde: «¡Me lo estoy pasando de maravilla!». El amigo dice: «Pero, Tom, parece un trabajo», y Tom responde: «No, me lo estoy pasando de maravilla». Recordaréis que, al final de esta historia, hay una larga cola de niños esperando su turno para pintar, y cada uno le ha dado algo a Tom a cambio de ese «privilegio». ¡Tom está sentado, sonriendo y cobrando sus honorarios por su trabajo!

Cuando los miembros de una familia se quejan de que son ellos quienes cargan con todo el peso de las tareas domésticas, suelo contarles esta historia. Entienden el mensaje y suceden cosas maravillosas cuando encuentran su propia versión de «Tom Sawyer» y consiguen que sus familias hagan cola para «divertirse como nunca».

E. Las paradojas.

Terminaré ahora este capítulo con una de las siete paradojas que, en mi opinión, constituyen la razón fundamental por la que muchas familias caen en el resultado predicho por el proverbio «de la camisa a la camisa». 23 Se trata de la paradoja de los herederos de segunda generación de una fortuna familiar que tratan de enseñar a los miembros de tercera generación de su familia a mostrarse escépticos ante el

interés de los demás hacia ellos, cuando en realidad les enseñan que no se puede confiar en nadie. Para comprender esta paradoja, pido al lector que intente imaginar cómo habría sido el recorrido de su vida si las personas en las que más confiaba de niño —sus padres, tías y tíos— le hubieran enseñado con su comportamiento que no se podía confiar en nadie. ¿Podéis imaginar cada uno de vosotros lo verdaderamente horrible que sería ahora vuestra vida? ¿Lo imposible que sería entablar alguna vez una relación duradera? ¿Ser capaz alguna vez de entregarse plenamente a otra persona con todo el aprendizaje positivo sobre uno mismo que ello conlleva? En esencia, ¿no aprender nunca a amar y sufrir la consecuencia de la infelicidad que Freud predijo al principio de esta Reflexión para una vida humana así? El sufrimiento humano causado por esta paradoja es inconmensurable. Por supuesto,
aprender a mostrarse escéptico ante los motivos de los demás es una habilidad necesaria para convertirse en adulto. Estoy totalmente a favor de esa habilidad y la aplaudo. Sin embargo, la pendiente resbaladiza que va del escepticismo a la falta total de confianza es real, una con la que me he topado en todo el mundo en demasiadas familias, y todas las familias deben asegurarse de comprenderla. Si el propio comportamiento de uno hace que no se pueda confiar en él, por mucho que se predique sobre el escepticismo, eso no lo superará. Tenemos que predicar con el ejemplo.
Así pues, doy por concluida esta «Reflexión sobre la psicología». Espero que las claves que ofrece la psicología sobre el comportamiento humano, especialmente en este sistema que llamamos familia, os ayuden a vosotros y a vuestras familias a beneficiaros de sus aportaciones. Dado que la psicología es, en parte, el estudio del comportamiento humano en el ámbito de las relaciones, sus aportaciones se encuentran entre las más valiosas para nuestro camino

juntos en familia. Espero que las ideas que he ofrecido aquí, basadas en mi propia experiencia de las relaciones humanas y en las de las grandes mentes que he mencionado, conduzcan a que vuestras familias alcancen niveles más elevados de autoconciencia, libertad, felicidad y plenitud.

© James E. Hughes, Jr., 2007 Nota:
Ilustración del libro FAMILY, de James E. Hughes Jr. Reproducida con permiso de Bloomberg Press. Todos los derechos reservados.

Armstrong, Diane G. *La pesadilla de la jubilación: cómo salvarte de tus herederos y tutores.* Amherst, Nueva York: Prometheus, 2002.
Arnett, Jeffrey Jensen. **La edad adulta emergente**. Nueva York: Oxford University Press, 2004.
Beckett, Samuel. *Esperando a Godot.* Nueva York: Grove, 1982.
Bee, Helen L. *El viaje hacia la edad adulta.* Nueva York: Simon & Schuster, 1996.
Blouin, Barbara; Gibson, Katherine y Kierstad, Margaret. *El legado de la riqueza heredada*. Blacksburg, Virginia: Trio, 1995.
Bowen, Murray. *La terapia familiar en la práctica clínica.* Northvale, Nueva Jersey: Jason Aronson, 1978.
Chernow, Ron. *«Titan: La vida de John S. Rockefeller,* Sr.». Nueva York: Random House, 1998.

Clemens, Samuel. *Las aventuras de Tom Sawyer*. Nueva York: Barnes and Noble Classics, 2005.

Coles, Robert. *«Los privilegiados»*, vol. V de *Niños en crisis*. Nueva York: Little, Brown, 1977.

Elkind, Daniel. **The Hurried Child**, tercera edición. Cambridge, MA: Perseus, 2001.

Erikson, Erik H. **La infancia y la sociedad**. Nueva York: W.W. Norton, 1993.

Fisher, Robert. **The Knight in Rusty Armor**. Wilshire Book Company, 1989.

Friedman, Edwin H. **A Failure of Nerve: Leadership in the Age of the Quick Fix**. Manuscrito. The Edison Friedman Estate Trust. Bethesda, Maryland, 1999.

Gabe, Grace y Jean Lipman-Blumen. **Step Wars**. Nueva York: St. Martin's Press, 2004.

Gilligan, Carol. **In A Different Voice**. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1982.

Hausner, Lee. **Children of Paradise**, 2.ª edición. Irvine, CA: Plaza, 1998.

Herz-Brown, Fredda. **Reweaving the Family Tapestry**. Nueva York: W.W. Norton, 1991.

Hillman, James. **The Force of Character**. Nueva York: Random House, 1999.

Hollis, James. **Creating a Life**. Toronto: Inner City Books, 2001.

_____*«The Middle Passage»*. Toronto: Inner City Books, 1993.

Hughes, James E. **Family Wealth: Keeping It In the Family**. Nueva York: Bloomberg Press, 2004.

_____*«La familia: el pacto entre generaciones*». Nueva York: Bloomberg Press, 2007.

_____, *«El camino del altruismo: una reflexión sobre la naturaleza del don*», disponible en www.jamesehughes.com.

_____, *«Una reflexión sobre la psicología moderna y la cuestión de las relaciones familiares*», disponible en www.jamesehuges.com.

_____, Jacqueline Merrill, Joanie Bronfman. *«Reflexiones sobre las desigualdades fiscales».* Publicado por primera vez en *The Chase Journal*, volumen IV, número 4, disponible en www.jamesehughes.com.

Johnson, Robert A. **We, Understanding the Psychology of Romantic Love**. Nueva York: Harper Collins, 1983.

_____, *«Inner Work».* Nueva York: Harper Collins, 1989.

_____, *Él: «Comprender la psicología moderna*». Nueva York: Harper Collins, 1989.

_____, **Ella: Una introducción a la psicología moderna**. Nueva York: Harper Collins, 1989.

Jones, Alan, y John O'Neil. **Seasons of Grace**. Nueva York: John Wiley & Sons, 2003.

_____, *«Transformación».* Nueva York: HarperCollins, 1991.

_____, *Tu propia sombra.* Nueva York: HarperCollins, 1991.

Jung, C. G. *«Memorias, sueños, reflexiones*». Traducido por Richard y Clara Winston, Nueva York: Vintage, 1989.

Kaye, Kenneth. *«Reglas familiares*». Nueva York: Walker, 1981.

Kindlon, Dan y Michael Thompson. *Criando a Caín.* Nueva York: Ballantine, 1999.
Lansberg, Ivan. *Generaciones que triunfan*. Boston: Harvard Business School Press, 1999.
Levine, Peter A. *Despertar al tigre: sanar el trauma*. Berkeley, California: North Atlantic, 1997.
Levinson, Daniel. *Las estaciones de la vida de una mujer*. Nueva York: Ballantine Books, 1997.
_____*Las estaciones de la vida de un hombre.* Nueva York: Ballantine Books, 1979.
Maslow, Abraham H. *Hacia una psicología del ser*. Nueva York: Van Nostrand Reinhold, 1982.
Neumann, Erich. *«Amor y Psique: el desarrollo psíquico de lo femenino*». Traducido por Ralph Manheim. Princeton, Nueva Jersey: Princeton University Press, 1973.
O'Connell, Mark. *El buen padre*. Nueva York: Scribner, 2005.
O'Neill, Jesse H. *El gueto dorado*. Center City, Minnesota: Hazeldon, 1997. Piaget, Jean, y Barbel Imhelder. *La psicología del niño.* Traducido por Helen Weaver, Nueva York: Basic, 2000. Pipher, Mary. *Revivir a Ofelia: salvar el yo de las adolescentes*. Nueva York: Ballantine, 1995.
Piver, Susan. **Las preguntas difíciles: 10 preguntas esenciales que debes hacerte antes de decir «SÍ,* QUIERO»*. San Francisco: Tarcher, 2000.
Robbins, Alexandra y Abby Wilner. *La crisis de los veintitantos.* Nueva York: Tarcher/Putnam, 2001.

Sheehy, Gail. **Passages**. Nueva York: E. P. Dutton, 1976.
_____*«New Passages»*. Nueva York: Random House, 1995.
St. Aubin, Ed de, Dan P. McAdams y Tae-Chang Kim. *La sociedad generativa.* Washington, D. C.: Asociación Americana de Psicología, 2004.
Sulloway, Frank J. *Nacido para rebelarse: orden de nacimiento,* dinámica familiar y vidas creativas. Nueva York: Pantheon Books, 1996.
Sykes, Charles J. *Una nación de víctimas: el declive del carácter estadounidense*. Nueva York: St. Martin's Griffin, 1993.
Willis, Tayer Cheatham. *Navegando por el lado oscuro de la riqueza*. Portland, Oregón: New Concord Press, 2003.