



Abril 2007

FR/Marriage/2007-01sp

Creando Rituales en Familias Ensambladas

Scot Allgood, Associate Professor, *Brian Higginbotham*, Family Life Extension Specialist, *Rachel Crook*, Extension Research Assistant, and *Linda Skogrand*, Family Life Extension Specialist

Una meta importante de cualquier familia ensamblada es desarrollar un sentido de quienes son como familia. Rituales pueden ayudar a crear el sentimiento de una "familia." Un ritual es cualquier interacción que es repetida, coordinada, y emocionalmente significativa (Doherty, 1997). Para establecer rituales para su familia ensamblada hay que tener en mente algunos consejos.

1. Tenga una plática abierta para determinar cuales rituales de relaciones anteriores se practicaran en su nueva familia. Las pláticas abiertas le darán la oportunidad a todos de opinar, y así será más probable que todos participen en el nuevo ritual.
2. Involucre a cuantos miembros de la familia que sea posible en las pláticas. Estas pláticas en sí, facilita el desarrollo de relaciones más cercanas y más comprensión entre los miembros de la familia.
3. Los Rituales que eran particularmente importantes en las familias previas deben de ser considerados cuidadosamente. Si se cambian muchos de los rituales anteriores, se podría aumentar el estrés y reducir el sentido de ser parte de la familia.
4. Los rituales son más eficaces cuando los dos padres están de acuerdo, aunque la motivación para participar puede seguir líneas biológicas.

Creando Rituales

El crear rituales contribuye a construir a una familia ensamblada unida, dándoles a los miembros de la familia un sentimiento de pertenecer a un grupo. Algunas cosas específicas que tienen que ser consideradas al crear rituales familiares son:

- **Empiecen hacer cosas juntos como familia ensamblada.** Participando en actividades juntos hará sentir a los miembros de la familia (más cómodos uno con el otro y también ayudará a crear memorias que serán únicas a su familia.

Encuentren cosas en común y escoja nuevas actividades que toda la familia puede disfrutar, quizás algo que nadie ha hecho antes. Retenga algunas tradiciones de antes, pero tenga cuidado a no escoger actividades que crean conflicto. Hagan algo divertido y simple que incluya a todos como ordenar pizza y ver una película los viernes por la noche, y hagalo una costumbre.

- **Continúe pasando tiempo a solas con sus hijos biológicos.** En ocasiones, planee hacer cosas juntos sin la familia ensamblada. Antes de que los padres se volvieran a casar, la mayoría de los niños obtenían una atención incondicional de sus padres biológicos. Las costumbres o rituales entre el padre biológico y sus hijos ayudan a que los niños se ajusten a su nueva familia y les afirma que ellos todavía tienen el amor y la atención de sus padres.
- **Pase tiempo haciendo cosas con cada hijastro.** Empiece con pequeñas rutinas o actividades que puedan hacer juntos. Después pase a tener actividades más grandes y planeadas. Respete los deseos de cada niño si no desean pasar tiempo con usted, pero continúe invitándoles.
- **Entienda las necesidades de desarrollo de cada niño.** Tenga en consideración que los niños de diferentes edades se sentirán y reaccionarán diferente a los rituales familiares. Por ejemplo, una pareja de recién casados por segunda vez usualmente planean actividades para promover cercanía, pero ese sentimiento de cercanía puede generar conflicto con adolescentes. Acuérdesse que es normal que los adolescentes quieran pasar tiempo con sus amigos o a solas.
- **Tenga juntas familiares para platicar rituales nuevos.** Programe juntas familiares cuando usted crea que es oportuno para todos los miembros de la familia. Prepárese para estas pláticas dejándoles saber que le gustaría hablar de rituales específicos y desea recibir opiniones.

Para facilitar la plática, presente sus ideas como posibilidades y no como declaraciones de lo que le gustaría hacer. Otra idea para familias es que lleguen a una decisión provisional, agan lo acordado, y después programe otra junta para obtener opiniones y platicar sobre cambios que pueda mejorar el ritual. Dándole la oportunidad a cada niño en participar y mejorar el nuevo ritual familiar puede ayudar a cultivar un sentimiento de cercanía. Al pasar del tiempo estas juntas darán un sentimiento de confianza entre la familia y aumentarán las interacciones positivas a manera de que tengan un decir en el planeamiento de eventos agradables.

- **Aprenda a ser flexible.** No todos en su familia llegarán a estar contentos con las actividades que intente hacer rituales. Puede que haya actividades en particular donde usted tenga poco interés, pero sus hijos sentirán que la actividad es importante. Los niños aprecian cuando los adultos acomodan sus diferentes intereses.

Tipos de Rituales

Hay tres tipos de rituales que pueden ayudar a un segundo matrimonio y a una familia ensamblada. Estos son conexión, comunidad, y ocasiones especiales (Doherty, 1997). Cada tipo tiene una función específica en el bienestar de una familia.

Rituales de conexión son frecuentes, repetidas a diario, son oportunidades para conectar con uno o más miembros de la familia. El beneficio de estos rituales de conexión es reforzado cuando cada miembro de la familia está involucrado en crear y actuar este comportamiento. Casi cualquier comportamiento puede ser hecho un ritual de conexión si el enfoque es de empezar a construir una relación. Ejemplos de rituales de conexión son:

- Saludos específicos al llegar a casa del trabajo, como un abrazo o un beso
- Expresiones verbales de amor
- Una nota de apreciación en la bolsa de almuerzo de alguien
- Pláticas familiares durante la comida
- Historias a la hora de acostarse

Rituales en la comunidad no solo ayudan a la nueva familia sino también a aquellos que se asocian con ellos. Estos rituales pueden identificarlos como una nueva unidad familiar con los amigos, los maestros en la escuela, los compañeros de trabajo y vecinos. El beneficio para su familia es que estos rituales crean un sentimiento de pertenencia para cada miembro de la familia. Ejemplos incluyen:

- Asistir a un grupo de apoyo para familias ensambladas
- Participar en eventos de deportes

- Estar involucrados en organizaciones religiosas
- Asistir a actividades con un grupo de amigos
- Organizar reuniones familiares (familia extendida)
- Estar involucrados en grupos locales de servicio

Días festivos y celebraciones son los rituales más reconocidos. Muchas familias tienen varios rituales para ocasiones especiales. Es particularmente importante que algunos de los rituales de la familia anterior sean continuados para que haya consistencia. Consistencia es importante para los niños. También, rituales únicos a la familia ensamblada pueden ser puestos en práctica.

Ejemplos de estos rituales son:

- Celebración familiar en el aniversario de bodas de los padres
- Celebración de cumpleaños
- Celebraciones únicas en días especiales específico a la nueva familia (con decoraciones, un tipo de regalo)
- Viajes cortos o vacaciones que crean sentimientos y memorias de ser parte de la nueva familia (día de campo, excursiones, caminatas, lugares únicos donde comer)
- Celebraciones o fiestas para marcar eventos especiales en la familia (graduaciones, quinceañeras, premiar buenas calificaciones)

Estos rituales por sí mismos no van a hacer o deshacer una familia. Los rituales van a incrementar el número de oportunidades organizadas y planeadas para ayudar a una familia ensamblada a desarrollar sentimientos positivos entre ellos. El tiempo que pasen planeando y realizando los rituales va a proveer memorias para toda una vida para sus hijos. Acuérdesse que cuando usted crea rituales únicos en su familia, significa que ustedes pertenecen juntos.

Referencias

Doherty, W. J. (1997). *The intentional family: Simple rituals to strengthen family ties*. New York: Quill.

Fondos para esta información fueron proporcionados, en parte, por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Administración para los Niños y Familias, otorgamiento: 90FE0129/01. Las recomendaciones en este documento pertenecen a los autores y no necesariamente reflejan la opinión del Gobierno Federal.

La Universidad del Estado de Utah (USU) está comprometida a proporcionar un ambiente libre de acoso y de otras formas de discriminación ilegal basadas en la raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad (40 y mayores), incapacidades, y estatus de veterano. Las normas de USU también prohíben la discriminación en base a la orientación sexual en el empleo y las prácticas y decisiones relacionadas académicamente.

Los empleados y los estudiantes de USU no pueden, debido a la raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, incapacidad, o el estatus de veterano, negarse a emplear; descartar; promover; degradar; terminar; discriminar en la remuneración; o discriminar respecto a términos, privilegios, o condiciones de empleo, contra cualquier persona. Los empleados y los estudiantes tampoco pueden ser discriminados en el salón de clase, pasillos de la residencia, o en campus y en eventos y actividades patrocinados por USU.

Esta publicación es emitida para continuar el trabajo de Extensión Cooperativa. Acta de mayo 8 y 30 de junio de 1914, en cooperación con el Ministerio de Agricultura de ESTADOS UNIDOS, Noelle E. Cockett, vice presidente y director, del Servicio de Extensión Cooperativa de USU.