





Inteligencia familiar

Influye positivamente en tu familia





Gustavo Bedrossian

Inteligencia familiar
Influye positivamente en tu familia



EDICIONES URANO

Argentina – Chile – Colombia – España – Estados Unidos
México – Perú – Uruguay – Venezuela



Bedrossian, Gustavo
Inteligencia familiar. - 1ª ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Ediciones Urano, 2014.
272 p. ; 21x14 cm.
ISBN 978-950-788-163-3
1. Autoayuda. 2. Superación Personal. I. Título.
CDD 158.1

Edición: Anabel Jurado
Diseño de interior: Claudia Anzilutti
Diseño de tapa: Raquel Cané

Reservados todos los derechos. Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo públicos.

© 2013 by Gustavo Bedrossian
© 2013 by EDICIONES URANO S.A. - Argentina
Paracas 59 - C1275AFA - Ciudad de Buenos Aires
info@edicionesurano.com.ar
www.edicionesurano.com.ar

1ª edición

ISBN 978-950-788-163-3
Queda hecho el depósito que establece la Ley 11.723

Impreso en Arcángel Maggio - División Libros
Lafayette 1695 (C1286EAC)
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
Mayo 2014

Impreso en Argentina. *Printed in Argentina.*

ÍNDICE

Dedicatoria	11
Palabras preliminares	13
1. Principio de la celebración	25
2. Principio del empujoncito	29
3. Principio de las señales tempranas	33
4. Principio del ascenso	37
5. Principio de la apertura emocional	41
6. Principio de la intención	47
7. Principio de la creatividad	51
8. Principio de guardar armas	57
9. Principio de la responsabilidad	61
10. Principio del honor	67
11. Principio de la generación de crecimiento	71
12. Principio del abrazo	77
13. Principio del corazón vivo	81
14. Principio de la paciencia	87
15. Principio de la verdad	91
16. Principio del propio andarivel	97

17. Principio de la permeabilidad	101
18. Principio de los planteos positivos	107
19. Principio de los sueños compartidos	111
20. Principio de la abreviación	115
21. Principio de la gratitud	119
22. Principio de la distancia emocional	125
23. Principio de la buena memoria	129
24. Principio del trabajo	133
25. Principio del buen clima	137
26. Principio del plan B	141
27. Principio de la sana rebeldía	145
28. Principio del compromiso	149
29. Principio de la influencia	153
30. Principio de las expectativas realistas	159
31. Principio de la bienvenida a lo desconocido	163
32. Principio de los roles claros	167
33. Principio de la receptividad	171
34. Principio de la valoración más allá de la adversidad	175
35. Principio de la amistad	181
36. Principio de la humildad	187
37. Principio de la salud	191
38. Principio de la integridad	197
39. Principio de la utilidad	203
40. Principio del amor transferido	207
41. Principio del embellecimiento	211
42. Principio del buen humor	215
43. Principio de la despedida al trauma	221
44. Principio del buen comienzo	227
45. Principio del máximo esfuerzo	233

46. Principio de la maduración	237
47. Principio del des-control	241
48. Principio de la comunicación honesta	247
49. Principio del aliento	251
50. Principio de las explicaciones saludables	255
51. Principio de la riqueza	259
52. Principio de la confianza en Dios	263
Bibliografía	267



Dedicatoria

Dedicado especialmente a mi familia.

A Fabiana, mi esposa, por haber aceptado un día mi propuesta de construir juntos una familia. Nunca imaginé que, a tu lado, iba a disfrutar y crecer tanto. Tu vida es una fuente de inspiración constante. Me das fuerzas y alegría cuando más las necesito. Te admiro y prometo seguir intentando mejorar cada día en nuestra relación.

A Rodrigo y Agustina, nuestros hijos. Es un privilegio y un inmenso desafío ser su padre. ¡Cuánto potencial en sus vidas! Muchas de las enseñanzas que aquí comparto son también producto de lo que ustedes me han enseñado.

A mis padres Eduardo y Margarita, dos personas que al día de hoy se siguen amando (y eso no es poca cosa en estos tiempos).

A mis hermanos Ricardo, Liliana y Gabriel. Cada uno de ustedes ha enriquecido mi vida en gran manera.

Y también lo dedico a mis tíos, primos, cuñados, abuelos, suegros y sobrinos. Gracias por su afecto y aliento permanente.

A mis pacientes. ¡Cuántas veces he sido gratamente sorprendido por su creatividad para resolver problemas y por su capacidad para volver a comenzar... más allá de todo!

A todos aquellos que siguen buscando herramientas para influenciar positivamente en sus familias.

A la gente de Ediciones Urano. Cada uno de ustedes me ha tratado con amabilidad y profesionalismo. Es un placer trabajar con gente así. Especialmente agradezco a Anabel Jurado y Andrea Molina por haber sido un soporte fundamental en la construcción de este libro.

Palabras preliminares

Tu familia puede mejorar.

Tú puedes mejorar.

¿Es fácil mejorar? No siempre.

¿Es imposible? Para nada.

Pareciera, para algunos, que hubiera solo dos opciones: un cambio se logra fácilmente o es imposible cambiar. Amigo querido, hay matices en el medio. La gente puede cambiar. Tú puedes cambiar. Tu familia puede cambiar. Pero hay que trabajar al respecto.

No hay familias perfectas. Alguna vez Bruno Bettelheim escribió: «La perfección no está al alcance de los seres humanos corrientes... Pero es muy posible ser un padre o una madre aceptable, esto es, un padre o una madre que críe bien a su hijo. Para ello, los errores que

cometemos durante la educación de nuestro hijo deben verse compensados por los numerosos casos en que haremos lo que es correcto».

Lo que Bettelheim plantea en relación a los padres es transferible a cualquier rol familiar. No podemos ser padres perfectos, hijos perfectos, esposos perfectos, hermanos perfectos, suegros perfectos..., pero podemos ser aceptables. Podemos mejorar. Siempre y cuando no nos empeñemos en continuar haciendo lo mismo de siempre cuando todas las señales anuncian la necesidad de un cambio.

¿Qué panorama encontramos hoy en día en relación a las familias? Matrimonios destrozados. Padres que ya no saben cómo conducirse con sus hijos. Por otro lado, hijos que no respetan a sus padres (en muchos casos porque estos no han sabido ganarse ese respeto). Violencia. Indiferencia. Problemas de comunicación. Esfuerzo, cansancio, impotencia, desconcierto y frustración. Muchas dificultades que se profundizan cada día más. No es tan frecuente encontrar familias saludables donde se respire un buen clima, y donde sus integrantes se sientan atraídos a compartir un tiempo de calidad.

«Yo tengo un sueño» expresó Martin Luther King el 28 de agosto de 1963. En ese discurso expresó, entre tantas frases maravillosas: «Sueño que mis cuatro hijos vivirán un día en un país en el cual no serán juzgados por el color de su piel, sino por los rasgos de su persona-

lidad». Han pasado 50 años de ese discurso pronunciado ante miles y miles de personas, donde Luther King sintetizó su lucha a favor de la igualdad en cuanto a los derechos civiles en Estados Unidos.

Salvando las abismales distancias que me separan de la grandeza de Luther King, con este libro «yo tengo un sueño».

Sueño con la contribución para un mundo donde las familias construyan vínculos saludables, donde sea grato compartir con un familiar, donde los hijos sean incentivados a desarrollar sus capacidades, donde Dios sea el Gran Constructor, donde la pareja aprenda el arte de la aceptación y donde reine la serenidad.

Sueño con que este libro pueda brindarte herramientas para el desarrollo de relaciones constructivas.

Sueño con la posibilidad de que puedas compartir algún capítulo de este libro con los integrantes de tu familia y puedan debatirlo juntos.

Sueño con pequeños grupos reuniéndose a estudiar semanalmente los contenidos del libro. Cada capítulo puede ser un disparador para que grupos de hombres, mujeres, parejas o jóvenes puedan reflexionar sobre los principios que aquí se transmiten.

¿Por qué no? Este es el sueño que Dios ha puesto en mi corazón y aquí está hecha mi parte.

¿Por qué el título? ¿Por qué *Inteligencia familiar*?

El término «inteligencia» va ganando terreno en diferentes ámbitos. En 1983 Howard Gardner (psicólogo y profesor en Harvard) impactó en el mundo de la educación. Con su teoría de las inteligencias múltiples hizo un gran aporte. Demostró que la inteligencia no consiste solo en la habilidad para la matemática o el éxito en las materias tradicionales. Rompió con el paradigma que dividía al mundo en «inteligentes» y «no inteligentes», demostrando que todos poseemos algún tipo de inteligencia. Comenzando con siete clases de inteligencia, fue descubriendo otras para llegar a diez tipos de inteligencia. Fue revolucionario su concepto y un gran trampolín para que muchos se animaran a descubrir y desarrollar su inteligencia específica. Hemos avanzado en el conocimiento de las inteligencias. Ya no consideramos «inteligente» solo a quienes califiquen en forma óptima determinado tipo de test donde se mida el coeficiente intelectual, o a los que sobresalgan en el ámbito escolar.

Y así fue que comenzamos a aplicar el término en diferentes direcciones: inteligencia intuitiva, inteligencia práctica, inteligencia comercial, liderazgo inteligente, por solo mencionar algunos campos. Surgieron los populares libros de Daniel Goleman sobre inteligencia emocional o inteligencia social. Llegó también el tiempo del *smarth-*

phone (teléfono inteligente) y del *smart TV* (televisor inteligente).

Dejamos de sacralizar la palabra «inteligencia». Ya no la consideramos como el privilegio de unos pocos iluminados.

Hoy, por decirlo de un modo sencillo y práctico, podemos definir la *inteligencia* como la *habilidad para resolver problemas*. Entonces si inteligencia es habilidad para resolver problemas, ¿en qué consistiría, a mi humilde entender, la *inteligencia familiar*?

- La habilidad para resolver problemas en la familia.
- La capacidad para la evitación de conflictos innecesarios.
- El desarrollo de la flexibilidad para adaptarse al cambio permanente.

Como expresé al principio, la familia está en crisis. Y frente a este diagnóstico *necesitamos desarrollar la inteligencia familiar*.

Toda familia puede ser más inteligente aprendiendo a resolver sus problemas, evitando la creación de problemas innecesarios y desarrollando la flexibilidad para adaptarse a los diferentes cambios personales y grupales. Se puede mejorar y se puede mejorar mucho. Pero esto requiere conocimiento y disciplina en la aplicación de determinados principios. No alcanza solo con las ganas o el entusiasmo para que te vaya bien con tu familia. Un

proverbio bíblico lo expresa así: «El entusiasmo sin conocimiento no vale nada» (Proverbios 19:2).

Ahora bien, también es necesario el trabajo para desarrollar la inteligencia familiar. Existen tres grandes obstáculos (no son los únicos) para potenciar este tipo de inteligencia:

- a) **Pereza:** Somos perezosos y queremos que las cosas fluyan. Nos fascina escuchar sobre el fluir sin hacernos cargo de nuestra responsabilidad en la construcción de vínculos sanos. Queremos que todo armonice naturalmente. Pretendemos llegar a casa y que no haya problemas. Creemos que el tiempo ha de solucionar todo.
- b) **Conocimiento sin aplicación de los conceptos:** Todos podemos ser grandes «maestros» en cuanto a los principios saludables para una familia. Pero, si repasamos la definición, veremos que no se trata de cuánto sabemos, sino de cuánto vivimos estos principios. La soberbia y la rigidez son dos ingredientes que funcionan como «viento en contra» para superar este escollo. Goleman lo explica claramente cuando habla de inteligencia social: «Podemos pensar en la inteligencia social como un término abreviado para cuando somos inteligentes no sobre nuestras relaciones sino en nuestras relaciones».
- c) **Desligamiento de la propia responsabilidad:** Esperamos que los cambios los produzca el otro. Erich Fromm lo expresa de este modo: «No se trata de que

la gente piense que el amor carece de importancia. En realidad, todos están sedientos de amor; ven innumerables películas basadas en historias de amor felices y desgraciadas, escuchan centenares de canciones triviales que hablan del amor, y, sin embargo, casi nadie piensa que hay algo que aprender sobre el amor. Esa peculiar actitud se basa en varias premisas que, individualmente o combinadas, tienden a sustentarla. Para la mayoría de las personas, el problema del amor consiste fundamentalmente en ser amado, y no en amar, no en la propia capacidad de amar. De ahí que para ellos el problema sea cómo lograr que se los ame, cómo ser dignos de amor».

A diario presencio en mi consultorio las maravillas y las miserias del ser humano en el marco de su vida familiar. ¡Cuán sanadora pueden resultar determinadas realidades familiares! ¡Cuánto daño también puede producirse al descuidar los vínculos familiares!

Recuerdo a un hombre con el que construimos algunas jugosas conversaciones hace un tiempo. Esta persona de excelente nivel económico, profesional, social y laboral transitaba un camino de búsqueda. Había pasado por mil experiencias, había descuidado a su familia, había probado todo lo que quiso. Pero después de todo ese recorrido llegó a esta sencilla conclusión: «Ahora me doy cuenta de que la felicidad pasa por algo tan simple como mirar una película con tu esposa, caminar de la mano, sentir el sol en la cara, tomar un cafecito, es tan

solo eso». Luego de la extravagancia y todas las novedades, comprendió que la felicidad estaba en el disfrute de la cotidianidad familiar.

He atendido decenas y decenas de hombres «mujerriegos». Aquí en la Argentina llamamos así al hombre que seduce y conquista mujeres en forma serial. Cazar mujeres es su lema de vida. Con total seguridad te puedo afirmar algo: no he conocido a uno de ellos que sea feliz. Muchos han construido un personaje que se sostiene a nivel social. Se muestran como divertidos, ganadores y seguros. Pero en el plano íntimo pueden abrir su corazón y mostrar su incompletud, frustración y sentido de vacío permanente. Ni siquiera te estoy hablando del plano moral, sino del plano psicológico. Mucha mujer o mucho hombre conquistado no garantiza la felicidad, por el contrario.

«Quienes hablan contra la familia no saben lo que hacen, porque no saben lo que deshacen», afirmó Gilbert Chesterton, un escritor británico. Muchos, aún sin darse cuenta, están transmitiendo mensajes que están lastimando a las familias.

Si en los principios del siglo pasado, Chesterton se preocupaba por todos los que, aún sin darse cuenta, «trabajan» en contra de la familia, ¿qué tendríamos para decir en estos tiempos? Te propongo que hagas un simple ejercicio: busca en internet frases sobre la familia y encontrarás de todo; desde comentarios positivos hasta el más