



LA BASE SOCIAL – PARTE 5

En este quinto artículo sobre el tema de la Base Social destaco el cuarto componente, llamado el **Apoyo Social**. Si has leído los artículos anteriores (te sugiero que los leas en orden) recordarás que he decidido hablar de la Base Social utilizando la metáfora del andamio y que cada una de las “barras” estructurales que fortalecen el andamio las estoy relacionando con los cuatro componentes de la Base Social. Entonces hoy me dirijo a la cuarta “barra” estructural.

El Apoyo Social va al grano de la vida familiar; la vida en la que nos envolvemos diariamente. Es ese espacio donde deberíamos de estar satisfaciendo nuestras necesidades básicas que cada ser humano tiene. Necesidades como la nutrición... es decir, hay suficiente para comer en la casa; ¿estamos comiendo de manera saludable; tenemos lo necesarios para alimentar a la familia? Abarca otras preguntas que son tan sencillas que a veces no les damos el tiempo ni la atención necesaria porque se vuelven tan rutinarias, pero son preguntas que deberían de



estar en nuestra consciencia porque de ellas depende nuestra vida física y social. Preguntas como: ¿Cómo es la limpieza, la organización de tu hogar? ¿Tu y tu familia tienen prendas limpias y adecuadas para las actividades del día? ¿Es tu hogar un lugar seguro? ¿Cómo está la dinámica familiar... tranquila, tensa, alborotada? ¿Cómo está la relación entre padres e hijos? ¿Hay una apertura para hablar sin ser juzgado y recibir gracia? ¿En qué estado está la relación emocional / física del matrimonio? ¿Cuánto tiempo dedicas a pasar tiempo de calidad con tu cónyuge? ¿Puedes descansar en tu hogar o es un lugar que intentas no estar mucho?

Son preguntas que frecuentemente no nos hacemos y dejamos que la vida pase como pase, pero creo que son preguntas muy claves para fortalecer el refugio que debe ser la familia y el hogar. Y para fortalecer esa barra del andamio, hay que conversar con sinceridad como pareja y como familia. ¿Qué tipo de familia anhelan tener? ¿Qué puede aportar cada uno para ir construyendo un entorno de paz y de tranquilidad que sería el hogar? ¿Qué conversaciones constructivas pueden entablar para que cada uno se pueda expresar sinceramente? ¿Qué patrones de vida han dejado pasar por mucho tiempo que no aportan a un entorno más

tranquilo? ¿Cómo pueden ir cambiando las responsabilidades para que cada miembro de la familia aporte al bien de todos? Hay muchas estrategias pequeñas que uno puede introducir a la familia para que ella sea fructífera y por ende tenga un impacto positivo en el ministerio. Vale la pena sentarnos a sincerarnos el uno con el otro. El diálogo, aunque a veces crea tensión, también es necesario para poder llegar al punto óptimo del asunto.

Tengo varios amigos que son pilotos... algunos de avionetas y otros de aviones comerciales. Cada uno me ha comentado que siempre tienen que entregar un plan de vuelo que indica diversos elementos del vuelo como... el origen, el destino, a qué velocidad y altura va volar el avión, la ruta que van a seguir, número de personas abordo, tiempo estimado de vuelo, entre otra información. Inevitablemente algunas cosas cambian una vez en el aire. Cosas como la velocidad, el tiempo de vuelo y la ruta. Estas son cosas que hay que ajustar en el camino según las condiciones que enfrentan en el trayecto. Si hay tormentas o vientos fuertes, esto puede desviarlos de la ruta y tendrán que corregir la dirección para volver a la ruta indicada. Quizás en buenas condiciones van a llegar antes del tiempo estimado, pues hay que ajustar para ralentizar el viaje. El punto es que hay muchos ajustes que se hace en un solo vuelo para que el piloto y sus viajeros lleguen seguros al destino. Es así con esta barra del Apoyo Social. Vamos todos juntos en nuestro "avión" y algunos elementos del viaje van a forzarnos a ajustar cosas para volver a la trayectoria que nos lleva al mejor destino. Si nosotros no hacemos esos ajustes, llegaremos a un destino, pero no el que anticipábamos tantos años antes. No somos víctimas de las condiciones. Claro que nos afectan, pero no tenemos que quedarnos volando por la ruta equivocada. Con la ayuda del Espíritu Santo tenemos al que nos puede facilitar ese cambio, esos ajustes para bien y así encaminar a nuestra familia hacia adelante, creciendo y prosperando.

¿Qué estrategias puedes ir incorporando incorporando en la etapa de familia que ahora estás viviendo? Cada quien está en una etapa distinta y hay que considerar eso tan importante. La etapa de los niños pequeños es muy agitada y demandante, pero a la vez es llena de esperanza y de maravilla. La etapa de adolescentes puede que sea desafiante, porque los hijos están intentando diferenciar e independizarse de sus padres. Es un tiempo en el que los amigos son el todo y es una etapa que le pide al padre cambiar... desligarse de ese padre de niños y crecer a ser un padre de adolescentes (esos ajustes de vuelo). O quizás estás en la etapa del nido vacío y ahora quedan los cónyuges mirándose el uno al otro. ¿Qué vas a hacer de esta etapa? Mi esposa y yo estamos tomando nuestros pasos iniciales en esta etapa y de momento bien... pero me ha visitado la tristeza de ir finalizando cuando nuestra casa sea llena de la familia completa; extraño a mis hijas, mientras estoy orgulloso de su propio avance y reconozco que es algo muy bueno. Pero seguro que vamos a tener que hacer diferentes "ajustes" al plan de vuelo para volar bien a nuestro destino.

No perdamos la oportunidad para ir fortaleciendo la barra del Apoyo Social... es quizás la barra más importante de todas, porque es donde recibimos el ánimo, descanso, amor, comprensión, propósito, y fuerza para desempeñar lo que Dios nos ha llamado a alcanzar.

Nadie logra el avance cuando camina solo y los que primeramente nos acompañan son los de nuestra casa.

Algunas preguntas de reflexión enfocadas en el tema del **Apoyo Social** serían:

- ¿En qué etapa te encuentras ahora mismo?
- ¿Qué cosas sientes que tienes que ajustar en tu etapa de vida para crear un entorno más tranquilo en tu familia?
- ¿Qué cosas puedes celebrar de tu familia y que desean seguir desarrollando?
- ¿Cómo está la relación entre los hijos, los padres y los padres e hijos? ¿Qué se puede mejorar en estas relaciones?
- ¿Qué necesitas para que tu hogar se sienta como tu refugio?
- ¿Están todos en la misma página con respecto a la organización y limpieza del hogar?
- ¿Cómo pueden colaborar todos juntos para organizar y limpiar la casa?
- ¿Qué actividades pueden hacer juntos para profundizar los lazos de amor en la familia?
- ¿Qué temas necesitas conversar y dejar que él o ella abarca con respecto al matrimonio?
- ¿Qué cosas, como familia, han dejado de atender por la demanda de la rutina diaria?
- ¿Qué significa para cada uno tener su tiempo personal... su tiempo en familia?
- ¿Cómo tienden de resolver los conflictos que surgen en la familia? ¿Hay necesidad de seguir aprendiendo estrategias nuevas para mejorar?
- Si están en la etapa de niños pequeños, ¿hay alguien que pudiera cuidar a los niños para que tu y tu cónyuge pudieran salir a reconectar emocionalmente?
- Si están en la etapa de adolescentes, ¿te atreves a preguntar (y escuchar) qué necesitan ellos de ti en este tiempo?
- Si están en la etapa del nido vacío, ¿cómo puedes aprovechar del tiempo para profundizar en intimidad con tu cónyuge?

Bueno, esta es la última barra que puede fortalecer el andamio entero de nuestra Base Social. Es la barra dirigida a tomar el pulso de tu comunidad más cercana... la familia y su entorno. Es posiblemente la barra que más nos coloca en una postura vulnerable. Esto mismo puede impedirnos a dar el paso a fortalecer esta barra. Pero, te aseguro que si entras con una mente abierta y corazón humilde en esta área y escuchas, aprendes e implementas cambios, puede ser la barra que más te aporta y te impulsa en tu vida y ministerio!. Que Dios te bendiga y te de la valentía para ir fortaleciendo tu barra del Apoyo Social y que tu andamio entero sea uno que provea una gran estabilidad desde donde puedes lanzarte a tu propósito y tu vida!

Para más recursos y otros artículos, visítanos en la página: ascendercoaching.com/recursos-gratis.