



Segundo avance de investigación - La sombra de la familia

Second Research Advance - The Shadow at the Family

1

Psi. Alvaro Diego Cardona Marín

Facilitador e investigador FUCN

alvarodcm@hotmail.com

Psi. Mary Blanca Ángel Franco

Facilitadora e investigadora FUCN

maryb@ucn.edu.co

Psi. David Molina Velásquez

Facilitador e investigador FUCN

paviacho@hotmail.com

Recibido: 5 de julio

Aprobado: 16 de julio

Arbitraje institucional¹

Sistema de Investigación FUCN

Contenido

Introducción

Desarrollo: tejido reflexivo, teórico y contextual

Conclusiones

Bibliografía

¹ El arbitraje para la publicación de este artículo estuvo a cargo de Carlos E. Román M. Sociólogo. Investigador Asistente del Sistema de Investigación de la Fundación Universitaria Católica del Norte, (FUCN). ceromanm@ucn.edu.co



Resumen. El presente artículo introduce el concepto de *La sombra* propuesto por Carl Jung, como aquello que se esconde dentro de cada ser humano, pero que a la vez determina la relación que se establece consigo mismo y con lo social. *La sombra*, aunque oculta, aparece y se hace ver a través de chistes, lapsus y sueños.

Si bien se habla de la sombra como un asunto de carácter personal, ésta también puede observarse al interior de la familia, mostrando algo de sí a través de diferentes vías. En este artículo describiremos cómo la sombra se evidencia en 3 momentos de la configuración de una familia: en la elección de pareja, en la llegada del primer hijo y en situaciones de violencia.

Este artículo es un segundo avance teórico y conceptual del proyecto de investigación: "Transformaciones familiares que se presentan a partir de la unión familiar-conformación de pareja, el nacimiento del primer hijo y las manifestaciones violentas en 6 familias de los Municipios de Amalfi y Santa Rosa de Osos (Antioquia) en el año 2007"².

Palabras y expresiones clave. Arquetipo, Inconsciente, Represión, Sombra, Violencia intrafamiliar.

Abstract. The present article introduces the "Shadow" concept coined by Carl Gustav Jung and meaning what is hiding in the inside of the human being but, at the same time, determines the relationships established with oneself and with the social context. This shadow, though concealed, emerges and shows itself by means of jokes, lapsus, and dreams.

In spite of the term "Shadow" being referred to as a personal question, it may also be noticed at a family level, showing itself through various ways. Along this article it will be described the way the shadow arises at three specific family-building stages: when choosing a mate, at the first child's birth, and in violent episodes.

This article is a second theoretical and conceptual advance on the Family Transformations Brought by Family Attachment, Couple's

² Es de señalar que en la [Edición 21 de la Revista Virtual](#) se presentó como título: "La Paz Empieza por casa: un proyecto para identificar la relación entre la violencia intrafamiliar y tres momentos críticos del ciclo vital familiar: la unión de pareja, el advenimiento de los hijos y las manifestaciones de agresión, en 12 familias del Municipio de Amalfi Antioquia, durante el año 2007"; sin embargo, luego de un proceso de reflexión con el equipo de trabajo se decidió cambiar la identificación del mismo, puesto que no necesariamente el pasaje por estos momentos desencadenan violencia, sino que representan más bien una especie de transformación, de cambio, vivido por cada familia de manera diferente. Es de señalar que también se amplió la delimitación espacial, tomando como referencia también el Municipio de Santa Rosa de Osos, lo cual permitirá establecer criterios de comparación.

Formation, First Child's Birth, and Manifestations of Violence in Six Families from Amalfi and Santa Rosa de Osos (Municipalities of Antioquia) in 2007 research project.

It is worth mentioning that the project was first introduced in the 21st Edition of this Online Journal entitled as "Peace Begins at Home: A Project for Identifying the Relationship between Intra-Family Violence and Each One of Three Critical Family Life-Cycle Stages: Couple's Formation, Children's Arrival, and Manifestations of Aggression in Twelve Families from Amalfi, Municipality of Antioquia, in 2007". However, after a reconsideration process, the work team decided to rename the project, since going through these stages does not necessarily unleash violent episodes, but rather a kind of transformation, a shift, which is experienced by every family in a different way. It is also worth mentioning that the spatial scope of the research was expanded to include the Santa Rosa de Osos municipality, allowing the research team to establish comparison criteria.

Key Words and Expressions: Archetype, Intra-Family Violence, Repression, Shadow, Unconscious.

Introducción

La sombra es un término acuñado por Jung a través del cual se designa aquello escondido, oscuro y velado en el interior de los seres humanos, pero que a su vez determina su vida y sus actos.

Aunque *la sombra* se piense desde lo personal, también se construye en el ámbito familiar. La violencia se convierte en una de sus manifestaciones, poniendo en evidencia la instauración de vínculos asimétricos, con relaciones demarcadas de poder, donde unos se asumen como "fuertes" y otros como "débiles".

Desde esta perspectiva, *la sombra* aparece como una fuerza devastadora que atenta contra los ideales sociales, así, se plantea como una vía diferente a la fraternidad, al amor y la convivencia familiar.

Para enfrentar *la sombra* es necesario iniciar un camino de autoconocimiento, donde se realice un reconocimiento y aceptación de ese lado oscuro, pues sólo en esta medida es posible proponerle límites y nuevas salidas para su manifestación.



Desarrollo: tejido reflexivo, teórico y contextual

*"Manéjese bien,
que el negro es muy visible"*

(Refrán popular)

*"El poder es la sombra del amor
y donde está el poder,
el amor brilla por su ausencia"*

(Carl Gustav Jung, 1959)

4

Este escrito es un sortilegio, con el que se intentará conjurar un fantasma... un fantasma que tiene el poder de *la sombra*.

Sombra es un término acuñado por Jung para denominar aquella parte de nosotros mismos, aquella parte de la cultura en donde se oculta, se esconde, se aísla lo que voluntariamente, en un esfuerzo de aprobación externa, reprimimos (Jung, 1964). Muchos analistas y autores de corte junguiano se han referido a ella personificándola a través de creaciones literarias como "El Doctor Jekyll y Mr. Hyde", como las hermanastras de Cenicienta o de "Vasalisa la Sabia", la "Bella Durmiente". En este escrito se intentará tejer este constructo teórico, a las vivencias que experimentan numerosas familias, todas de algún modo... ya que como en todo lo humano, también en la familia hay una dimensión profunda y oscura, no necesariamente maligna, que puede ser creativa.

La sombra hace referencia a aquello en nosotros que no soportamos, de lo cual no queremos saber; no necesariamente porque tenga un contenido negativo, sino porque en algún momento de la historia personal o social, ha sido reprimido por representar una amenaza para el "status quo". En ocasiones, son cualidades o talentos lo que se reprimen (Jung, 1951).

La sombra se manifiesta en los sueños, como alguien del mismo género que el soñante, se proyecta en la vida diurna, en aquellas personas que no pasan para nosotros desapercibidas, ya sea por admiración o por repulsión. Aparece también en chistes y lapsus... recordándonos lo que no hemos podido integrar. Dichos contenidos son inconscientes o, en el mejor de los casos, preconcientes y se relacionan con lo que la cultura, la familia o el medio social no acepta ni tolera. En nuestra cultura, algunos de los factores psíquicos escondidos en la sombra se relacionan con la sexualidad y sentimientos denominados moralmente como dañinos, entre ellos, el odio, la venganza, la tristeza, la envidia y demás.

Como se mencionó anteriormente, este arquetipo es antiguo, tan antiguo como el mundo. En el principio era el vacío, la oscuridad y Dios. En numerosos mitos cosmogónicos aparece un personaje contrario a la esencia creadora, pero que depende de ella... Ha sido llamado Luzbel, en el judeocristianismo, y hay un equivalente en la mitología de diversas culturas. Un ser que es *la sombra* de Dios, reflejada sobre el mar... Un ser llamado a ser prueba y tentación, llamado a ser la trasgresión de las prohibiciones de un Dios insoportablemente bueno.

En los cuentos de hadas renace esta fuerza como un desafío necesario para la individuación. Es una bruja-madre (Rapunzel, Blancanieves), una hermanastra (Cenicienta, Vasalisa), un gato envidioso (El patito feo). Es un ser que sabe algo sobre el protagonista, un ser sabio como las brujas, que conoce profundos secretos: *la sombra* sabe algo de nosotros, tiene una gran fortaleza, una fortaleza que es desafío, que reta y que es difícil de asimilar... Por ello es tan complicado luchar con ella, por eso **no hay que luchar con ella**.

Es un ser al que hemos despojado de nosotros mismos, de nuestra consciencia, pero que sigue ahí, haciéndonos daño cada vez que lo ignoramos y le seguimos el juego castrador a la cultura... ¿Qué hacer?. El problema que propone *la sombra* es un asunto eminentemente ético.

Cada familia, al igual que cada sociedad, tiene sus propios tabúes, sus facetas ocultas. **La sombra familiar** engloba todos aquellos sentimientos y acciones que la consciencia de la familia considera demasiado amenazadoras para su propia imagen y, consecuentemente, rechaza. (Vacaro, 2003). En este sentido *la sombra* se convierte en secreto. Un secreto que actúa mediante modelos repetidos de conductas adictivas o abusivas, o elecciones equivocadas de pareja o en proyecciones de las faltas en los hijos.

En las relaciones de pareja se puede aprender a reconocer *la sombra*, ya que esta elección se hace muchas veces por satisfacer antiguas frustraciones y sentimientos de dependencia que nunca se han afrontado. En algún momento las parejas pactan ignorar de forma inconsciente ciertas áreas muy delicadas para poder llevarse mejor y evitar rupturas. De esta manera crean un secreto compartido o un engaño en común. Estos secretos permiten mantener el cómodo *status quo*. Si se llegara a quitar el velo de dichos pactos inconscientes (por ejemplo en una separación) los conflictos podrían ser violentos. Una pareja que parecía tan "civilizada" se convertiría, de repente, en "un par de salvajes".

Al aparecer el primer hijo en una pareja refleja infinitas proyecciones de la niñez. Así, el deseo de cada padre de tener un género u otro es en gran medida dictaminado por esta elección inconsciente.

"Revista Virtual Universidad Católica del Norte", [en línea], ISSN 0124-5821, #22, [Sep. – Dic. 2007]. Acceso a través de: www.ucn.edu.co



“Deseo que sea varón para que no sufra como yo”, dice una madre. El primer hijo es la excusa para quitar la máscara que oculta las carencias personales. La madre puede establecer un vínculo demasiado cercano con un hijo y lo convierte en su esposo idealizado, dejando a su marido con *la sombra*. Como dice un proverbio judío: “Un hijo quiere recordar lo que su padre desea olvidar”, (Zweig, 1999).

Una vez una pareja ha caminado por años, van teniendo mas posibilidades de encontrarse con la sombra de ambos, y en suma, la propia sombra familiar que van configurando.

En aquellas familias donde se condena el llanto, el enojo o el conflicto el entorno siempre aparece como amable y generoso, pues están configurando la sombra familiar. Si esta familia decide tomar consciencia de estos aspectos reprimidos u olvidados, podrá dar un primer paso en la identificación de los secretos de sus padres (celos, odio, avaricia, adicciones, dependencia).

Muchos secretos permanecen ocultos por ser del ámbito de lo privado, otros se perpetúan de manera silenciosa al ser transmitidos entre generaciones (vergüenza, envidia, ansiedad, depresión, adicciones, etc.) y otros piden de muchas formas ser manifestados por sus devastadores efectos, por ser destructivos y atentar contra los derechos básicos.

La violencia intrafamiliar se hace pública cuando el secreto no soporta más su ocultamiento. Dejar evidente un secreto de acto violento puede incrementar la violencia, y también perpetuar el secreto es prolongar la continua agresión.

Cuando se habla de violencia intrafamiliar se hace referencia a vínculos asimétricos, donde, en general, uno de sus integrantes se vivencia como superior y con legítimo poder para controlar e indicar a los demás el curso de sus actos. Aquel que es poseedor de los dispositivos de poder (por ejemplo: manejo y asignación del dinero, toma de decisiones) y que los acciona omitiendo el consenso, y sobre la voluntad de los demás integrantes, (Vaccaro, 2003).

La manifestación más generalizada de *la sombra* como violencia en el ámbito de lo familiar se da principalmente encarnada en la violencia conyugal y el abuso sexual a miembros de la propia familia.

El ejercicio de poder unilateral o autoritarismo es una manifestación de *la sombra*, y quien lo ejerce convierte en objeto a sus víctimas considerándolas como objetos de su deseo y su control.

“Revista Virtual Universidad Católica del Norte”, [en línea], ISSN 0124-5821, #22, [Sep. – Dic. 2007]. Acceso a través de: www.ucn.edu.co



La sombra del agresor irrumpe en algunas ocasiones, luego de lo cual, el victimario retorna a una apariencia corriente que puede alcanzar características de protección y cuidado que desconciertan aún más a la víctima.

La cultura patriarcal, al propiciar el modelo familiar de *pater familia*, enviste al hombre con el poder general sobre el resto de los miembros de la familia, favoreciendo que la violencia de *la sombra* se proyecte sobre los integrantes del grupo considerados "inferiores", "menores". Las investigaciones en este sentido dan como resultado que la violencia de la sombra recae mayormente sobre las niñas, los niños y las mujeres, integrantes siempre presentes en la composición familiar tradicional, (Vaccaro, 2003).

La violencia al interior de la familia puede considerarse como un fenómeno derivado del manejo inadecuado de conflictos, pues se pierde la capacidad de concertar y llegar a acuerdos a través de la palabra, y cuando ello pasa, difícilmente se encuentran salidas, quedando el acto (asociado con la violencia) como la posibilidad más directa de respuesta.

El acto violento no siempre es el mismo, sino que se hace manifiesto a través de diferentes formas, entre ellas:

- ✓ Violencia física
- ✓ Violencia psicológica
- ✓ Violencia económica
- ✓ Violencia sexual
- ✓ Negligencia-descuido
- ✓ Síndrome del bebé zarandeado (Dirección Seccional de Salud de Antioquia, 2005).

La violencia intrafamiliar tiene un carácter cíclico, esto es, tiende a repetirse una y otra vez. Lo anterior se evidencia en un decir popular *lo mejor de la pelea es la reconciliación*.

Aunque muchas veces intente pasar inadvertida, la violencia intrafamiliar trae consigo una serie de consecuencias, pues hay algo allí que se transforma, se cambia la relación consigo mismo, con el medio familiar y con el social. Ahora, si bien cada caso es particular, pueden señalarse algunas posibles reacciones:

Relación consigo mismo:

- ✓ Retraimiento.
- ✓ Disminución del rendimiento escolar o laboral.
- ✓ Agresividad.
- ✓ Baja autoestima.

"Revista Virtual Universidad Católica del Norte", [en línea], ISSN 0124-5821, #22, [Sep. – Dic. 2007]. Acceso a través de: www.ucn.edu.co

- ✓ Inseguridad.

El ambiente familiar se torna:

- ✓ Tenso.
- ✓ Se rompen los canales de comunicación.
- ✓ Se da la desunión.
- ✓ Se generan temores.

En la relación con lo social:

Una persona que haya vivido procesos de violencia intrafamiliar tiene mayores riesgos de incurrir en:

- ✓ Prostitución.
- ✓ Delincuencia.
- ✓ Alcoholismo y drogadicción.
- ✓ y... lo más complejo, un hijo maltratado tiene una gran posibilidad de convertirse en un padre maltratante.

Teniendo en cuenta que las consecuencias de la violencia intrafamiliar permean todos los sistemas sociales, es importante hacer un **pare** y pensar si realmente esta es una situación que debe quedarse en el espacio privado, únicamente en la esfera de los implicados o si es necesario acudir a otras instancias que puedan entrar a poner límites a este tipo de situaciones.

Precisamente en el intento de regular y prevenir la violencia en la familia, el Órgano Legislativo ha ido promulgando una serie de normas. En Colombia se tienen las siguientes:

- ✓ Ley 294 de 1996.
- ✓ Ley 599 de 2000.
- ✓ Ley 575 de 2000.
- ✓ Ley 600 de 2000.
- ✓ Ley 640 de 2001.

Toda persona que sea víctima de violencia intrafamiliar o que conozca de este tipo de situaciones puede acudir a instancias tales como:

- ✓ Fiscalía Local.
- ✓ Personería.
- ✓ Secretaría de Salud.
- ✓ Comisaría de Familia.
- ✓ Juzgado de Familia.

Es importante señalar que en algunos municipios están creadas y se encuentran operando las Redes de Prevención y Atención a la Violencia Intrafamiliar, espacio interinstitucional, intersectorial e interdisciplinario que maneja este tipo de problemáticas.

Los ideales morales evitan que *la sombra* nos lleve a matarnos unos a otros... sin embargo, no es posible escapar del todo a su influjo. Y ya que esto es así, ¿Qué hacer con ella? ¿Cómo evitar que su reprimida fuerza nos destruya cuando nos toca mirarla de frente? ¿Cómo asumirla, reconocerla y hacernos cargo de ella, de ese rostro igual al nuestro, pero que tanto nos angustia? ¿Cómo trabajar nuestra "Angustia de sombra" (Hall, 1986)?

Existe una frase que propone una solución ética a este conflicto universal de tan difícil resolución. Dice lo siguiente:

"Si sólo existiera gente mala en el exterior cometiendo malos actos, bastaría con separarlos del resto y destruirlos. Pero la línea que separa el bien del mal atraviesa cada corazón, ¿y quién entre nosotros está dispuesto a destruir un trozo de su propio corazón?" (Alexander Salchenitsyn)

"Los buenos somos más", proponía ingenuamente una campaña publicitaria institucional hace unos años, pero valga completar, con el psicólogo Junguiano Lisímaco Henao, que los malos no somos menos, y generalmente, habitamos el mismo cuerpo.

Las culturas antiguas conocían las diversas dimensiones de *la sombra*: la personal, la colectiva, la familiar y la biológica. En el templo de Apolo, en Delfos, había dos inscripciones grabadas sobre el dintel de la puerta de entrada: "Conócete a ti mismo" y "Nada en exceso". La primera de ellas remite a la necesidad de conocer y aceptar nuestro lado oscuro, la segunda, señala que sólo aquellos que conocen a fondo sus excesos y sus vicios, quienes han comprendido y aceptado sus zonas sombrías, pueden aceptar sus límites y por lo tanto respetar a los demás, considerándolos personas con derechos, (Vaccaro, 2003).

La propuesta es trabajar en esta dirección. No es posible negar *la sombra*, pero sí es posible reconocerla y asumirla, con el fin de no actuarla ni proyectarla para destruir a aquel que "parece" distinto a nosotros, pero que tal vez no lo sea. Es una propuesta ética, destinada también al trabajo que realizan los profesionales de la salud mental... Un trabajo de tolerancia que comienza en su propia alma, que va de adentro hacia fuera.

Conclusiones

"Revista Virtual Universidad Católica del Norte", [en línea], ISSN 0124-5821, #22, [Sep. – Dic. 2007]. Acceso a través de: www.ucn.edu.co



La sombra es algo inherente a lo humano y da cuenta del lado oscuro, de aquello que se esconde y surge inesperadamente mediante sueños, lapsus, chistes, síntomas.

La sombra no sólo se teje en lo personal, sino también en lo social, por ello es posible hablar de ella al interior de la familia, donde aparece por ejemplo en las manifestaciones de violencia entre sus integrantes.

Los cuentos son una vía importante para dar cuenta de los movimientos psíquicos existentes en los seres humanos. Allí es posible encontrar figuras que conscientemente son difíciles de reconocer, entre ellas, la bruja y la hermanastra, las cuales están cargadas de afectos tales como la envidia, el odio y la rivalidad, asuntos que en ocasiones se hacen visibles en la vida familiar, donde es posible encontrar relaciones con carácter asimétrico, que pueden traer consigo violencia física, psicológica, abuso sexual, negligencia o abandono.

Los acontecimientos anteriores ratifican precisamente la existencia de esa fuerza oscura que tiene un carácter devastador, sin embargo ¿qué hacer ante algo propiamente humano?, ¿cuál será la salida?, ¿pelear con *la sombra*? ¿olvidarla?, ¿hacer como si no existiera para que no siga apareciendo sigilosamente?... estas son preguntas que surgen; sin embargo, desde la Psicología Analítica Junguiana se propone el conocimiento como la vía para saber algo de dicha sombra, pues sólo en esta medida podrán surgir otras alternativas para que ésta se manifieste.

Bibliografía

DIRECCIÓN SECCIONAL DE SALUD DE ANTIOQUIA, Módulo – Taller para la detección y atención de casos de violencia intrafamiliar a nivel local. 2005.

Hall, James. La Experiencia Junguiana – Análisis e Individuación, Santiago de Chile, 1995, Editorial Cuatro Vientos. 1986.

JUNG, Carl G. Aion. Ed. Paidós.1951.

_____. Recuerdos, Sueños, Pensamientos. Ed. Paidós. 1964.

VACCARO, Sonia. "Sombra y violencia intrafamiliar". [on line]. Disponible en internet: <URL:www.adepac.org.co

Zweig Connie, Wolf Steve. Un romance con la sombra. España. Ed. Plaza y Janés. 1999

"Revista Virtual Universidad Católica del Norte", [en línea], ISSN 0124-5821, #22, [Sep. – Dic. 2007]. Acceso a través de: www.ucn.edu.co