





# LOS SUEGROS

*La Guía Chapman para  
los Suegros, los Yernos, las Nueras y los Cuñados*

GARY D. CHAPMAN, PH.D.



TYNDALE HOUSE PUBLISHERS, INC.

*Carol Stream, Illinois*

Visite la apasionante página de Tyndale Español en Internet:  
www.tyndalespanol.com

*TYNDALE* y el logotipo de la pluma de Tyndale son marcas registradas de Tyndale House Publishers, Inc. *TYNDALE ESPAÑOL* es una marca de Tyndale House Publishers, Inc.

*Los Suegros: La Guía Chapman para los Suegros, los Yernos, las Nuevas y los Cuñados*

© 2008 por Gary D. Chapman. Todos los derechos reservados.

Fotografía de la cubierta © por Steve Dibblee/iStockphoto. Todos los derechos reservados.

Fotografía del autor © por Boyce Shore & Associates. Todos los derechos reservados.

Diseño por Ron Kaufmann

Edición del inglés: Kathryn S. Olson

Traducción al español: Adriana Powell y Omar Cabral

Edición del español: Mafalda E. Novella

Versículos bíblicos han sido tomados de la *Santa Biblia*, Nueva Versión Internacional<sup>®</sup>. NVI<sup>®</sup>. © 1999 por la Sociedad Bíblica Internacional. Usado con permiso de Zondervan. Todos los derechos reservados.

Originalmente publicado en inglés en 2008 como *In-Law Relationships: The Chapman Guide to Becoming Friends with Your In-Laws* por Tyndale House Publishers, Inc. ISBN-10: 1-4143-0019-0; ISBN-13: 978-1-4143-0019-1.

---

### Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

Chapman, Gary D., date.

[In-law relationships. Spanish]

Los suegros : la guía Chapman para los suegros, los yernos, las nuevas y los cuñados / Gary D. Chapman.

p. cm. — (Chapman guides)  
Includes bibliographical references and index.

ISBN-13: 978-1-4143-1723-6 (hc : alk. paper)

ISBN-10: 1-4143-1723-9 (hc : alk. paper)

1. Family—Religious aspects—Christianity. 2. Parents-in-law—Family relationships. I. Title.

BT707.7.C5313 2008

646.7'8—dc22

2008026118

---

Impreso en los Estados Unidos de América

14 13 12 11 10 09 08  
7 6 5 4 3 2 1



## ÍNDICE

<i>Introducción</i> .....	vii
Capítulo 1: Escucha antes de hablar .....	1
Capítulo 2: Aprende el arte de mostrar respeto.....	25
Capítulo 3: Habla por ti mismo .....	65
Capítulo 4: Procura negociar.....	75
Capítulo 5: Formula pedidos en lugar de exigencias.....	93
Capítulo 6: Otorga el regalo de la libertad....	109
Capítulo 7: Sobre todo, ama .....	129
<i>Epílogo</i> .....	141
<i>Algunos pensamientos que vale la pena recordar</i> .....	145
<i>Notas</i> .....	151
<i>Acercas del autor</i> .....	153



## *Introducción*

*D*urante treinta años, he recibido en mi oficina a personas que compartieron conmigo los conflictos que tenían con sus parientes políticos. Los he escuchado decir:

- ☉ “Mi cuñada me está volviendo loca. Me dice cómo debo criar a mis hijos, ¡pero ella es soltera! ¿Qué puede saber acerca de la crianza?”
- ☉ “Mi suegra y mis cuñadas me excluyen. Salen a desayunar todos los sábados, pero nunca me invitan. Saben que mi mamá y mis hermanas viven a mil kilómetros. Me siento marginada de sus actividades femeninas.”
- ☉ “Cuando mi suegro viene a cenar, de lo único que habla es de deportes, de su trabajo o de lo que lee en el diario. Nunca pregunta sobre nuestras vidas y parece

estar emocionalmente desconectado de nosotros.”

- ☞ “Mi cuñado intenta controlar a mi esposo. Es cinco años mayor que él y tal vez lo ha hecho toda su vida, pero no me gusta.”
- ☞ “Nuestro yerno parece haber secuestrado a nuestra hija. Desde que se casaron no le permite asistir a los encuentros familiares.”
- ☞ “Cuando mis suegros nos invitan a su casa, siempre incluyen a todos sus hijos y a sus familias. Aunque sea una vez, me gustaría que nos invitaran como pareja.”
- ☞ “Los padres de mi esposa le dan dinero para comprar cosas por las que no podríamos pagar. Eso me molesta. Me gustaría que nos dejaran administrar nuestras propias vidas.”
- ☞ “La madre de mi esposo quiere indicarme cómo debo cocinar. Cociné mis alimentos

durante cinco años antes de casarnos. Creo que sé como hacerlo. No necesito su ayuda.”

- ☛ “Es incómodo invitar solamente a mis cuñados. Mi suegra está divorciada y sentimos la obligación de incluirla.”
- ☛ “Los padres de mi esposo simplemente ‘aparecen’ sin anunciarse. A veces estoy en la mitad de un trabajo que necesito completar. Me gustaría que respetaran nuestra agenda.”

Tal vez puedas agregar algunas quejas de tu cosecha. Los problemas con los parientes políticos a menudo abarcan temas tales como el control, la interferencia, el estorbo y la discrepancia de valores y tradiciones. El propósito de este libro es brindar ideas prácticas sobre cómo resolver estos conflictos y construir relaciones positivas.

Cuando dos personas se casan, no sólo se casan entre sí; se casan en el contexto de una familia extendida, integrada por suegro, suegra y, tal vez,

cuñado y cuñada. Estos parientes políticos vienen en todos los tamaños, formas y personalidades. Traen consigo su propia historia de tradiciones familiares y de maneras de relacionarse unos con otros. Sea lo que sea que digamos acerca de las familias, podemos coincidir en que son todas diferentes. Estas diferencias a menudo dificultan la adaptación.

Si somos capaces de adaptarnos, podemos construir relaciones políticas sanas. Si no lo hacemos, los parientes políticos pueden volverse extremadamente problemáticos. Las relaciones con los padres —de él y de ella— suelen ser el área más frecuente de conflicto en las relaciones políticas.

En el plan de Dios, no había la intención de que las relaciones políticas fueran divisivas. Su propósito era que sirvieran de apoyo. Los ideales bíblicos para las relaciones con la familia política son la libertad y la armonía. Para alcanzar este ideal, los matrimonios deben transitar en los caminos paralelos de la separación de los padres y en el amor de sus padres.

## **SEPARACIÓN DE LOS PADRES**

Las escrituras dicen: “Por eso el hombre deja a su padre y a su madre, y se une a su mujer, y los dos se funden en un solo ser.”<sup>1</sup> El plan de Dios para el matrimonio incluye el “dejar” a los padres y el “unir” a esposo y esposa. En consecuencia, el matrimonio implica un cambio de lealtades. Antes del matrimonio, la lealtad es hacia los padres. Después del casamiento, esa lealtad es para con el cónyuge.

A menudo se le llama “despegarse psicológicamente de las faldas.” Si hay un conflicto entre su mujer y su madre, el esposo debe estar del lado de su esposa. Esto no significa que se deba maltratar a la madre, sino que ella ya no es la mujer dominante en la vida de él. El principio de separarse de los padres es de fundamental importancia. Procuraremos aplicar este principio en los capítulos que siguen. Ninguna pareja alcanzará todo su potencial sin lograr esta ruptura psicológica de sus padres.

Este principio resulta importante más que nada en el terreno de la toma de decisiones. Tus padres y tus suegros pueden tener sugerencias acerca de muchos aspectos de tu vida matrimonial. Corresponde

considerar seriamente cada sugerencia, pero en última instancia deben tomar sus propias decisiones. No se debe permitir que los padres los manipulen para que tomen decisiones en las que la pareja no está de acuerdo.

## AMOR DE LOS PADRES

El segundo principio fundamental en el matrimonio es que debemos honrar a nuestros padres. Dios entregó los Diez Mandamientos al antiguo Israel y uno de ellos estipula: “Honra a tu padre y a tu madre, para que disfrutes de una larga vida en la tierra que te da el SEÑOR tu Dios.”<sup>2</sup> Y en el Nuevo Testamento, el apóstol Pablo confirmó este principio: “‘Honra a tu padre y a tu madre’ —que es el primer mandamiento con promesa— ‘para que te vaya bien y disfrutes de una larga vida en la tierra.’”<sup>3</sup>

El mandato de honrar a nuestros padres no termina cuando nos casamos. La palabra *honrar* significa “mostrar respeto.” Incluye tratar a otros con amabilidad y con dignidad. Una esposa expresó: “Mis padres no viven de manera respetable. ¿Cómo

puedo respetarlos si no estoy de acuerdo con lo que hacen?” Es cierto que no todos los padres viven de una manera honorable. Tal vez sus actos no merezcan respeto. Pero dado que fueron creados a la imagen de Dios y que nos dieron la vida, debemos honrarlos. Quizás no aprobamos el estilo de vida que eligieron, pero podemos honrarlos como personas aunque no honremos su comportamiento. Siempre será correcto honrar a nuestros padres y a los padres de nuestros cónyuges. Separarnos de ellos por causa del matrimonio no elimina nuestra responsabilidad de honrarlos.

¿Cómo podemos expresarles honra a nuestros padres en la vida cotidiana? Los honramos cuando mantenemos abiertas las líneas de comunicación: las visitas, las llamadas telefónicas, los correos electrónicos. Por medio de esas comunicaciones estás procurando transmitir el mensaje: “Todavía te amo y quiero que seas parte de mi vida.” La separación nunca debe ser interpretada como abandono. El contacto habitual es parte de lo que significa honrar a los padres. Dejar de comunicarnos expresa: “Ya no me importas.”

Otra manera de honrar a los padres es la que se describe en el Nuevo Testamento: “Si una viuda tiene hijos o nietos, que éstos aprendan primero a cumplir sus obligaciones con su propia familia y correspondan así a sus padres y abuelos, porque eso agrada a Dios.”<sup>4</sup> Cuando éramos menores, nuestros padres satisfacían nuestras necesidades físicas. A medida que ellos envejecen, tal vez tengamos que hacer lo mismo por ellos. Si se presenta la necesidad de hacerlo, debemos asumir la responsabilidad de ocuparnos de las necesidades físicas de nuestros padres. No cumplir esa responsabilidad es negar nuestra fe en Cristo. El apóstol Pablo dijo: “El que no provee para los suyos, y sobre todo para los de su propia casa, ha negado la fe y es peor que un incrédulo.”<sup>5</sup> Por nuestra conducta, debemos demostrar nuestra fe en Cristo al honrar a nuestros padres.

## **DE LA PERSPECTIVA DE LOS PADRES**

Si nuestros hijos están casados, será de ayuda recordar nuestro objetivo. Desde que nacieron, hemos preparado a nuestros hijos para la independencia; o, al menos, deberíamos haberlo hecho. Les hemos enseñado a cocinar, a lavar la vajilla, a tender la

cama, a comprar ropa, a ahorrar dinero y a tomar decisiones responsables. Les hemos enseñado a respetar a la autoridad y tener en cuenta el valor del individuo. En fin, hemos procurado guiarlos hacia la madurez. Queremos que sean capaces de salir adelante por ellos mismos.

En el momento en que se casan, nuestra meta de ayudarlos a ser independientes alcanza su máxima concreción. Los hemos guiado a pasar de un estado de completa dependencia de nosotros como infantes al estado de completa independencia como recién casados. En el futuro, debemos considerarlos como adultos que diseñarán su propio rumbo, para bien o para mal. Nunca más debemos imponerles nuestra voluntad. Debemos respetarlos como a iguales.

Esto no significa que dejaremos de ayudar a nuestros hijos casados. Lo que quiere decir es que, cuando tengamos deseos de hacerlo, debemos consultarles primero si quieren nuestra ayuda. Un regalo no deseado no es un regalo sino una carga. A veces los padres apoyan financieramente a sus hijos casados, ayudándolos así a establecer un nivel de vida que ellos no pueden mantener. Esta práctica

no favorece la independencia. Los padres tampoco deben usar los regalos como un medio para influir en un hijo casado. “Te compraremos un automóvil nuevo si . . .” no es un regalo sino un intento de manipulación.

A veces los padres quieren aconsejar a sus hijos casados. La regla general es que debieran hacerlo sólo cuando los hijos lo pidan. Si tus hijos no han buscado tu sabiduría y te sientes empujado a compartirla, por lo menos pide permiso. “¿Te gustaría que te dijera mi punto de vista sobre ese asunto?” es una buena pregunta. Dar consejos no solicitados a tus hijos casados no construye relaciones saludables.

Los ideales a los que aspiramos son la libertad y la armonía. La pareja necesita la calidez emocional que brinda una relación sana con los padres de ambos. Los padres necesitan la calidez emocional que puede brindarles la pareja. La vida es demasiado corta como para vivirla con las relaciones rotas. No siempre estaremos de acuerdo con nuestros hijos casados, pero podemos respetarlos y darles la libertad que necesitan para tomar sus propias decisiones.

Entonces, ¿exactamente cómo podemos hacernos amigos de nuestros parientes políticos? En las próximas páginas compartiré contigo siete principios que transformarán de manera radical la relación con tu familia política.

Decidí que este libro fuera breve porque sé que estás ocupado. Probablemente puedas leerlo en menos de dos horas. Descubrirás que es una buena inversión de tu tiempo. Al final de cada breve capítulo encontrarás sugerencias prácticas sobre la manera de entretener estas ideas en la trama de tu vida familiar.

Seas yerno, nuera, suegra, suegro, cuñada o cuñado, estos principios son para ti. Si te propones aplicar estos principios en tus relaciones, te anticipo que comenzarás a ver cambios positivos en las actitudes y en el comportamiento de tus parientes políticos. Al final de cada capítulo encontrarás una sección titulada “Poniendo en práctica los principios.” Sigue estas sugerencias y estarás en camino a construir buenas relaciones con tus parientes políticos.

# 1



## ESCUCHA ANTES DE HABLAR

*L*a suegra de Marisa tiene una buena posición económica. En contraste, Marisa creció en un hogar modesto donde se daba importancia al sacrificio y a la generosidad. Su padre era el presidente de la comisión para las misiones en la iglesia y su madre estaba activamente comprometida en el ministerio de mujeres. Desde que Marisa recordaba, siempre había observado cómo sus padres ahorraban para poner una suma grande en la ofrenda anual para las misiones. De niña, ella misma había separado dinero de sus ahorros para contribuir con esa ofrenda.

Después de dos años de matrimonio, Marisa se siente completamente frustrada con su suegra. —Todos los meses me invita a almorzar. Siempre me alegra verla. Pero después del almuerzo insiste en llevarme al centro y comprarme un vestido nuevo. Al comienzo apreciaba su generosidad, pero con el tiempo, parece que los almuerzos se fueron acortando y las tardes de compras se fueron extendiendo. Nunca busca vestidos de oferta, y me ha comprado algunos vestidos muy costosos.

Marisa prosiguió: —Yo lo veo como un derroche de dinero, y siento como si tratara de comprar mi amistad. Cuando le digo que este mes no necesito otro vestido, me responde: “Toda mujer necesita un vestido nuevo. Te levanta el ánimo.”

»A mí no me está levantando el ánimo todo esto —continuó Marisa—. Está provocando que me resienta con ella. ¿Por qué no da ese dinero a la gente que realmente lo necesita? Mi guardarroba está lleno de vestidos. Pero no quiero herir sus sentimientos. Me gustaría que tuviéramos una relación que no se centrara en las compras. Me gustaría compartir con ella un almuerzo tranquilo

con una larga sobremesa. Me gustaría saber cómo fue su infancia . . . qué tipo de dificultades tuvo con mi suegro en los primeros años de su matrimonio . . . cómo se sentía por ser simplemente ama de casa. De lo único que habla es de sus partidos de golf y de sus reuniones de bridge. A veces me parece que sufre mucha soledad y que ir de compras es su forma de escaparse. No lo sé. Sólo quisiera que nuestro vínculo fuera más real.

Marisa se había reservado todos esos sentimientos y pensamientos. Había intentado compartirlos con su esposo, Roberto, pero él siempre decía: “Deja que mamá te compre vestidos. Es su forma de mostrarte que te quiere.” Tal vez Roberto tenía razón, pero en este caso, su madre se está equivocando. Marisa no se siente amada; por el contrario, se siente resentida.

—¿Has intentado compartir alguno de esos pensamientos y sentimientos con tu suegra? —le pregunté.

—En realidad no —contestó Marisa—. Ella es tan apabullante. Habla todo el tiempo y rara

vez me hace una pregunta; cuando lo hace, tengo la sensación de que no escucha mi respuesta. Está pensando en lo que va a decir a continuación. Me pone tensa estar con ella.

Era evidente que Marisa tenía un problema con su suegra, y que este no se resolvería a menos que Marisa misma tomara alguna iniciativa.

—Pero no puedo decirle que me molesta —dijo Marisa—. Y no puedo evitar los almuerzos con ella. Es nuestro único contacto. Si le digo que no quiero más vestidos, temo que se sienta herida. Verdaderamente no sé qué hacer. Por eso he venido a consultarlo.

—Me alegro de que lo hayas hecho —le dije—. No hago milagros, pero tengo una idea que me gustaría sugerirte. La próxima vez que almuerces con tu suegra, dile: “Antes de ir de compras, quiero hacerte una pregunta. En la escala de uno a diez, ¿cuánto disfrutas al llevarme de compras?” Si su respuesta es de ocho a diez (que es lo que sospecho), entonces pregúntale: “Dime, ¿por qué te produce tanto placer ser tan buena conmigo?”

»Escucha atentamente su respuesta. Luego dile lo que crees haber escuchado de ella y pregúntale si es correcto. Por ejemplo, puedes decir: “Lo que entiendo que dices es que te produce placer comprarme ropa porque cuando estabas recién casada tu suegra no hacía nada por ti y eso te dolía. No querías que eso se repitiera en nuestra relación. ¿Es así?” Continúa haciendo preguntas clarificadoras hasta que sientas que comprendes qué hay detrás de su deseo de llevarte de compras.

»Luego expresa aprecio por lo que hace por ti. Una vez que comprendas su motivación, creo que eso te resultará más fácil. Dile que realmente aprecias que sea tan amable y solícita contigo. Dile cuán significativa ha sido la conversación para ti: que sientes que ahora la conoces mejor y que eso te hace apreciarla aún más. Luego ve de compras con ella y permite que te compre todo lo que quiera.

»El próximo mes, cuando almuerces con tu suegra, haz otras preguntas. Dile que la última vez apreciaste mucho la conversación con ella y que, si no le molesta, te gustaría seguir conociendo más sobre su vida. Puedes hacer preguntas como “¿Cómo

fue la vida en tu hogar cuando eras niña?” “¿Qué te pareció la escuela secundaria?” “¿Cómo conociste a tu esposo?” “¿Qué los decidió a casarse?” “¿Cómo fueron los primeros años de matrimonio?” “¿Cuáles son las cosas que más disfrutas de tu matrimonio y tu familia?” Es probable que sean demasiadas preguntas para una sola conversación, pero elige algunas.

»Lo que estás tratando de hacer es conocer mejor a tu suegra. Lo hacemos preguntando y escuchando atentamente las respuestas. Haz nuevamente preguntas clarificadoras para asegurarte que entiendes lo que está queriendo expresar ella. Por ejemplo: “Tengo la impresión de que sufriste mucho por la conducta de tu padre. ¿Es así?” Cada cosa que la oigas decir, repítela en forma de pregunta para darle oportunidad de aclarar la idea. Dile que estás disfrutando mucho la conversación y que aprecias su disposición para compartir su historia contigo. Luego sal de compras con ella.

»Al tercer mes, cuando te invite nuevamente a almorzar, dile: “Estoy ansiosa de verte. Disfruté mucho nuestra conversación la última vez. Tengo

una idea: he estado esperando la oportunidad para ir a una muestra de arte en el centro. ¿Te parece que esta vez vayamos allí después del almuerzo en lugar de ir de compras?” Si acepta la sugerencia, estupendo. Si, por el contrario, dice: “¿Por qué no vamos a la muestra de arte y luego de compras?” respóndele: “Bueno, tal vez tengamos tiempo de hacer ambas cosas. Pero ¿podemos ir primero a la muestra y luego vemos sobre la marcha?” Es muy probable que esté de acuerdo. Después de la muestra, ambas pueden decidir si hay tiempo para ir de compras o no. Pueden hacer una compra rápida o no ir de compras. De cualquier manera, ya has logrado cambiar el patrón acostumbrado de almuerzo y compras.

»Al cuarto mes, puedes encarar otra conversación íntima con ella y sugerir que en el futuro tal vez podrían alternar entre ir de compras un mes y hacer alguna otra actividad al mes siguiente. Puedes decir: “Después de todo, mi guardarropa está repleto, y también disfruto mucho de hacer otras cosas contigo.” Si acepta tu propuesta, ya has cambiado el paradigma de ir de compras todos los meses.

»Los meses siguientes puedes atreverte a sugerir que tal vez este mes, en lugar de comprar cosas para ti, “Podemos llevar a la hija adoptiva de mi amiga a comprar ropa.” O bien otro mes tal vez pueden comprar provisiones para una familia necesitada o útiles escolares para un grupo de estudiantes con pocos recursos. Poco a poco, ayudarás a tu suegra a canalizar su generosidad en áreas en que ambas se sientan bien haciéndolo. Y podrás llegar a conocer a tu suegra como persona, no simplemente como una mujer con la que almuerzas y vas de compras.

Al final de nuestra conversación, Marisa estaba entusiasmada. Me dijo: —Si la mitad de lo que describes puede hacerse realidad en mi relación con mi suegra, me sentiré sumamente feliz.

En los meses siguientes, Marisa vio convertirse en realidad la mayoría de esas imágenes. Ella y su suegra se hicieron muy buenas amigas. Aprendió a aceptar los regalos de su suegra como expresión de afecto, y le enseñó a compartir la vida en niveles más profundos. Algunos meses después, conocí a la suegra en una reunión social. Me dijo: “Marisa es lo mejor que me ha sucedido en la vida. Tener un

hijo es fantástico, pero tener una nuera es todavía mejor.” No sé cómo se sentiría su hijo con esa afirmación, pero es evidente que ella tiene un cariño sincero por Marisa.

La historia de Marisa demuestra el poder de escuchar. El propósito de escuchar es descubrir qué ocurre en el interior de la mente y las emociones de otra persona. Si comprendemos por qué otros hacen lo que hacen, podemos tener respuestas más adecuadas. Por ejemplo, la actitud de Marisa hacia su suegra cambió cuando descubrió que la motivación para comprarle vestidos nuevos se debía a que en los primeros años de su matrimonio tenía muy poco dinero para comprar ropa, y con frecuencia se sentía avergonzada por su reducido vestuario. Con frecuencia, entender cambia nuestra perspectiva de la otra persona y, en consecuencia, también nuestras emociones negativas hacia ella.

Es un principio psicológico fundamental que no podemos leer la mente de otras personas. Observamos su conducta, pero no podemos saber qué hay detrás de la conducta hasta que escuchamos. La mayoría de nosotros no ha sido capacitada para

escuchar. Por eso muchas veces no comprendemos a nuestros parientes políticos. Quiero compartir contigo algunas pautas para escuchar con eficacia:

## **HAZ PREGUNTAS**

La manera más efectiva de descubrir qué ocurre en la mente de los parientes políticos es hacer preguntas. La mayoría de las personas no comunica los pensamientos y sentimientos que motivan su conducta a menos que se lo pregunte. Marisa podía observar fácilmente la conducta de su suegra (llevarla de compras y regalarle vestidos), pero no sabía que la conducta de su suegra tenía su origen en la primera época de su propio matrimonio. Esa información llegó sólo como respuesta a su pregunta.

Las preguntas tienen que ser cuidadosamente formuladas. Cuanto más específica sea la pregunta, es más probable que recibas la información que buscas. Se puede hacer preguntas preliminares simplemente para plantear el tema. Por ejemplo: “¿Quién piensas que ganará el título?” es una manera de poner sobre el tapete el tema del béisbol. Luego puedes preguntar: “¿Cuándo comenzó a interesarte

el béisbol? ¿Qué despertó tu interés?” Las respuestas a estas preguntas te permitirán saber por qué tu suegro jamás se pierde un partido de béisbol.

Las preguntas siempre deben ser sinceras. No se trata de hacer una serie de preguntas para arrinconar a tu suegro y ganarle una discusión. Haces las preguntas para tratar de entenderlo. Cuando las personas perciben que estás sinceramente interesado en ellas y que quieres conocerlas mejor, generalmente responden a tus preguntas libremente y con honestidad. La suegra de Marisa no era reacia a hablar de sus primeros años de matrimonio. Sencillamente Marisa nunca había expresado interés en conocer esa parte de su vida. Cuando su suegra vio que ella estaba genuinamente interesada, habló abiertamente sobre lo que la motivaba a ir de compras y hacer regalos.

Pedir a los parientes políticos que ubiquen sus sentimientos en una escala del uno al diez es una manera rápida y fácil de saber qué sienten sobre un asunto en particular. Javier usó esta técnica para iniciar una conversación con su suegro. Estaba frustrado por la atracción de su suegro por los juegos

de azar. Cuando supo que había llevado al casino a su hijo de diez años, Leo, Javier se puso furioso y le dijo a su esposa: “No permitiré que tu padre se vuelva a encontrar con Leo.” Dos semanas más tarde, cuando Javier ya se había calmado, lo desafió a que le hiciera preguntas a su suegro y escuchara sus respuestas.

Le preguntó: “En una escala de uno a diez, ¿cuánto disfrutas ir al casino?” Cuando su suegro le respondió “diez,” Javier comprendió que era algo extremadamente importante para él. Entonces siguió preguntando: —¿Por qué crees que te gustan tanto los juegos de azar?

Su suegro respondió: —Para mí, es recreación. Juego porque tengo dinero y no necesito preocuparme de cómo lo gasto. Cuando era niño teníamos muy poco dinero. Jamás sabíamos si habría algo para comer en la cena o si mi padre diría: “Vamos a dormir temprano y mañana tendremos un gran desayuno.” El desayuno era siempre avena; podíamos comer todo lo que quisiéramos. Yo veía a mis amigos en la escuela con dinero para gastar, y decidí que cuando fuera mayor ganaría dinero y

jamás tendría que pedirle nada a nadie. Y lo hice. Ahora puedo disfrutar de gastar mi dinero como me plazca. Si pierdo mil dólares, ¿cuál es el problema? No me afecta.

—Para ti, entonces —continuó Javier—, no se trata de ganar o de perder; se trata de divertirte.

—No es sólo diversión. Es libertad: la libertad de hacer lo que quiero con lo que tengo —respondió su suegro.

—Creo que entiendo lo que dices —afirmó Javier—. Creo que todos queremos ser libres, y esa es una manera de expresar tu libertad.

Javier jamás hubiera adivinado lo que pasaba por la mente de su suegro, pero dos preguntas, acompañadas de un oído atento, lo ayudaron a entender su motivación. A pesar de eso, Javier no quería que Leo fuera al casino, pero habiendo escuchado y comprendido a su suegro pudo expresar sus preocupaciones de manera constructiva. Compartió su opinión de que muchas de las personas que juegan no son libres sino, por el contrario, son esclavas de las apuestas y no solamente pierden el

dinero destinado a un pasatiempo sino todos sus bienes. Javier expresó su deseo de mantener a Leo alejado de algo que tenía el potencial de convertirse en una adicción y destruir su libertad, y le pidió a su suegro que en adelante no llevara a Leo al casino. Su suegro lo comprendió y estuvo de acuerdo.

Aunque tanto la historia de Marisa como la de Javier tienen un “final feliz,” no puedo garantizar que hacer preguntas y comprender las motivaciones de nuestros suegros nos proporcionará una solución satisfactoria para todos los temas que nos preocupan. Pero al hacer preguntas y al escuchar con empatía, es mucho más probable que hallemos una solución. Y en el proceso podremos preservar —e incluso mejorar— la relación con nuestros parientes políticos.

## **NO INTERRUMPAS**

Cuando los parientes políticos están hablando, la tendencia es a interrumpirlos si dicen algo con lo que no estás de acuerdo. Cuando interrumpes y das tu propia perspectiva, das el primer paso para una acalorada discusión. Las discusiones son con-

traproducentes. Alguien gana y alguien pierde, y no se resuelve el problema.

¿Recuerdas cuando la suegra de Marisa dijo: “Creo que el motivo de que sienta tanto gusto comprando para ti es que en los primeros años de mi matrimonio teníamos poco dinero y muchas veces sentía vergüenza por la ropa que usaba”?

Supongamos que Marisa hubiera interrumpido diciendo: “*Nosotros* tenemos dinero suficiente. Roberto tiene un buen trabajo. No necesitas comprarme cosas.” Hubieran entrado en una discusión que probablemente hubiera empeorado más la relación con su suegra. Supongamos que Javier hubiera interrumpido a su suegro diciendo: “Eso es una evasión; no creo en absoluto lo que dices. Creo que juegas porque eres adicto.” Él y su suegro hubieran entrado en un debate a gritos que los hubiera distanciado más.

El propósito de escuchar es entender, no mostrar que tenemos razón. Nuestra “razón” se verá mucho más adelante en la conversación. En las primeras etapas, estamos tratando de comprender

lo que ocurre en la mente y en el corazón de nuestros parientes para poder responder adecuadamente. Las interrupciones desbaratan el proceso de comprensión. A algunas personas les resultará muy difícil contenerse para no interrumpir. Han desarrollado un modelo de comunicación discutiendo. Escuchan apenas lo suficiente como para organizar sus propias ideas, luego interrumpen y refutan cualquier cosa que diga la otra persona. Estas personas nunca podrán tener una relación positiva con sus parientes políticos —ni con nadie— hasta que aprendan a romper el modelo destructivo de discusión. Las relaciones se construyen al tratar de comprender. Se destruyen con las interrupciones y las discusiones.

Si tienes dificultades para seguir escuchando a tus parientes políticos cuando no estás de acuerdo con lo que dicen, permíteme sugerirte una imagen mental que puede ayudarte. Cuando has formulado una pregunta y ellos están hablando, imagínate a ti mismo con dos enormes orejas de elefante a ambos lados de la cara. Esas orejas te recuerdan que “Soy el que escucha. Quiero entender. No interrumpiré.”

Más tarde tendré oportunidad de compartir mis ideas. En este momento estoy tratando de escuchar lo que dicen mis parientes. Quiero saber de dónde vienen y comprender cómo perciben su propia conducta. Estoy tratando de construir una relación, no de ganar un enemigo.” Aprender a escuchar sin interrumpir es un paso fundamental para escuchar con efectividad.

### **ACLARA EL SIGNIFICADO**

Incluso cuando nos centramos conscientemente en escuchar, con frecuencia malinterpretamos lo que la otra persona intenta comunicar. Escuchamos por medio de nuestros audífonos individuales, lo cual a veces distorsiona el sentido que hay detrás de las palabras de la otra persona. Podemos aclarar el sentido expresando a la otra persona lo que nos parece que está diciendo y preguntándole si hemos entendido correctamente. Javier lo puso en práctica cuando dijo: “Para ti, entonces, no se trata de ganar o perder; se trata de divertirte.” Esto permitió que su suegro aclarara las cosas expresando su concepto de libertad. En base a esa respuesta,

Javier pudo conocer mejor lo que ocurría en la mente de su suegro.

Algunas personas objetan que las preguntas clarificadoras suelen ser un tanto mecánicas. Un esposo dijo: “Me canso de decir ‘Lo que entiendo es que . . .’ Y estoy seguro que otras personas se cansan de escucharlo.” Es verdad que la misma pregunta, formulada con las mismas palabras, puede ser monótona y fastidiosa. Pero las preguntas aclaradoras se pueden expresar de diferentes maneras. Aquí van algunos ejemplos:

- ☞ “¿Lo que estás diciendo es . . .?”
- ☞ “¿Quieres decir que . . .?”
- ☞ “Creo que lo entiendo. Dime si estoy en lo correcto. . . .”
- ☞ “Creo que lo que te escucho decir es . . . ¿Es eso lo que estás diciendo?”
- ☞ “Quiero estar seguro de entender. ¿Estás diciendo que . . .?”

Cuando aprendemos a hacer preguntas aclaradoras de diferentes maneras, estas se convierten en una parte del flujo natural de la conversación. Cuando un pariente político responde: “Sí, entiendes bien lo que estoy diciendo,” sabrás que él o ella percibe que has escuchado correctamente. Entonces puedes dar el paso siguiente.

### **EXPRESA APRECIO**

Una vez que tu pariente político te ha asegurado que entiendes lo que él o ella está diciendo, puedes decir: “Aprecio mucho que hayas compartido eso conmigo. Creo que ahora te comprendo mejor y lo que dices tiene sentido.” Con esa sencilla respuesta, ya no eres un enemigo. Has creado un clima positivo.

Afirmar lo que otros expresan no significa necesariamente que estés de acuerdo con lo que han dicho. Sí significa que has escuchado lo suficiente para ver el mundo por medio de sus ojos y comprender que, en la mente de ellos, lo que hacen tiene sentido. Estás confirmando su humanidad, el derecho a pensar y sentir de manera diferente a otras personas.

Alguno puede preguntar: “¿Cómo se puede respaldar lo que dice un pariente político si uno está completamente en desacuerdo con él?” Mi respuesta es: No estás afirmando necesariamente la validez de lo que dice. Estás reconociendo su derecho a tener esa perspectiva. Le estás dando la misma libertad que Dios le da. Le estás permitiendo ser humano.

Afirmar no significa que compartes sus ideas ni que te simpatizan sus sentimientos. Significa que comprendes cómo ha llegado a tener esas ideas y por qué siente lo que siente. Dada su personalidad y su perspectiva de las cosas, no es difícil entender cómo pudo llegar a esas conclusiones y comprender sus sentimientos.

No se puede sobrestimar el valor de expresar aprecio porque genera el clima para el siguiente paso importante:

## **COMPARTE TU PERSPECTIVA**

Ahora que has formulado preguntas, has permitido que tu pariente hable sin interrupciones, has hecho las preguntas clarificadoras y expresado aprecio, estás en condiciones de compartir tu perspectiva.

Como te has tomado el tiempo para tratarlo con dignidad y respeto, hay más probabilidades de que él quiera escuchar tu perspectiva de las cosas.

Cuando Javier le explicó a su suegro por qué no quería que Leo fuera al casino, su suegro estuvo dispuesto a escuchar y estuvo de acuerdo con él. Si Javier no se hubiera tomado el tiempo para escuchar primero a su suegro, si simplemente hubiera condenado su conducta y le hubiera advertido que jamás permitiría que Leo fuera con él al casino, su relación tal vez hubiera quedado fracturada toda la vida. Fue el proceso de escuchar lo que los llevó a un final saludable.

Cuando Marisa comenzó a sugerir alternativas al ir de compras, su suegra se mostró dispuesta porque sintió que Marisa quería sinceramente tener una buena relación con ella. Si Marisa no hubiera expresado aprecio por la disposición de su suegra a compartir información sobre sus primeros años de matrimonio, tal vez la suegra jamás hubiera estado abierta a las sugerencias de Marisa. Cuando expresamos aprecio es más probable que nuestros

parientes políticos nos escuchen y lleguemos a una solución satisfactoria.

Tu punto de vista sobre el asunto también es muy importante. Eres una de las partes clave en la relación con la familia política. Tienes que ser escuchado; tus ideas y sentimientos también son importantes. Ahora que has comunicado un respeto positivo por tus parientes políticos, estás en condiciones de decir: “Permíteme compartir contigo mi punto de vista. Es con esto que estoy luchando. Este es mi objetivo. Esto es lo que creo importante.” Y explicas claramente tu perspectiva.

Como primero has escuchado, es mucho más probable que ahora te escuchen. Como no has interrumpido, es menos probable que te interrumpan. Como has aclarado los significados, tus parientes políticos probablemente quieran aclarar lo que les dices. Como has mostrado aprecio, es probable que ellos muestren aprecio por ti y juntos puedan aceptar las diferencias y encontrar soluciones sanas.

En este capítulo hemos discutido el primer paso para llegar a ser amigo de tus suegros. Escuchar

les ha permitido comprenderse con más profundidad, y poder comprender los ha llevado a encontrar salidas positivas que les facilitará a todos el futuro. En el próximo capítulo estudiaremos el poder del respeto.

## **PONIENDO EN PRÁCTICA LOS PRINCIPIOS**

Elige alguna relación con parientes políticos que desearías mejorar, y piensa en la relación específica mientras analizas las siguientes preguntas:

1. ¿Qué preguntas necesitas formular para entender mejor a tu pariente político?
2. Cuando conversas, ¿tienes tendencia a interrumpir? Si tu respuesta es afirmativa, ¿qué harías para mejorar ese patrón?
3. Intenta utilizar las preguntas clarificadoras en tu siguiente conversación, por ejemplo: “¿Es esto lo que estás diciendo?”
4. Lee en voz alta tres veces la siguiente afirmación: “Aprecio sinceramente que compartas

eso conmigo. Creo que ahora te comprendo mejor y lo que dices tiene mucho sentido.” Busca una oportunidad para usar esa afirmación con tu pariente.

Cuando aprendes a hacer buenas preguntas, a aclarar los significados, a expresar aprecio y a no interrumpir, estarás en condiciones de decir: “Permíteme compartir mi punto de vista.” Como los has escuchado, es probable que quieran escucharte a ti.

 *Notas***INTRODUCCIÓN**

1. Génesis 2:24; ver Efesios 5:31.
2. Éxodo 20:12; ver Deuteronomio 5:16.
3. Efesios 6:2-3.
4. 1 Timoteo 5:4.
5. 1 Timoteo 5:8.

**CAPÍTULO 2**

1. *The New Webster's Pocket Dictionary* (New York: Lexicon Publications, Inc.), 1990.
2. Éxodo 20:12; ver Efesios 6:2.
3. Ver 2 Corintios 6:14-15.
4. Ver Proverbios 11:14.
5. Éxodo 18:17-19.
6. Ver Éxodo 18:22.

**CAPÍTULO 5**

1. 1 Corintios 13:5 (RV60).
2. Juan 6:66-69.
3. Mateo 7:7-11.
4. Hechos 20:35.

## — *Acerca del autor*

El Dr. Gary Chapman es el autor del gran éxito de librería *Los Cinco Lenguajes del Amor* (más de cuatro millones de ejemplares vendidos) y numerosos otros libros sobre el matrimonio y la familia. Recientemente completó, en colaboración con la autora exitosa Catherine Palmer, una nueva serie de ficción basada en *Las Cuatro Estaciones del Matrimonio*. El Dr. Chapman es el director de Marriage and Family Life Consultants, Inc.; un orador conocido internacionalmente; y el presentador de *A Love Language Minute*, un programa radial sindicado que se escucha en más de cien estaciones de radio por toda Norteamérica. Él y su esposa, Karolyn, viven en Carolina del Norte.