

El amor es un sentimiento que permite a todos sentirse valorados. Es importante sentirse amado porque a veces hay tiempos difíciles en la vida y a menudo alguien se siente mejor cuando se siente amado. Hay muchos diferentes tipos de amor, incluso el amor entre amigos, el amor entre parejas románticas y el amor entre familiares (Cherry). Además, hay amor no correspondido y amor incondicional. El amor no correspondido existe cuando una persona ama a otra persona, pero los dos no se aman (Cherry). El amor incondicional existe cuando alguien no tiene que hacer nada especial para que su familia lo quiera a él, pero su familia lo quiere porque es un miembro de la familia (Field). Me parece que el amor entre familiares tiene el mayor impacto en alguien porque es un amor conocido y a menudo los familiares tienen un amor incondicional el uno por el otro. El amor familiar desempeña un papel importante en nuestra capacidad de amar a los demás porque nuestros familiares son los primeros en cuidarnos y hay mucho que podemos aprender de ellos. Además, este sentimiento de amor nos permite sentirnos seguros porque alguien nos quiere para siempre y la falta de este tipo de amor tiene efectos terribles.

El amor familiar es muy importante porque es el primer tipo de amor que conocemos. En la mayoría de casos, nuestros padres y familiares cercanos son los que nos cuidan cuando somos pequeños y tienen un amor incondicional por nosotros (Field). Su amor incondicional nos muestra que somos valorados y amados. Por ejemplo, los abrazos y los besos, los cumplidos y el ánimo, el tiempo de calidad y la ayuda son formas de expresar el amor. Habitualmente, la mayoría de nuestros recuerdos de la infancia son buenos recuerdos y estos recuerdos son importantes porque nos permiten sentirnos seguros porque no hay nada que temer (Field). El amor incondicional quiere decir que no hay razones por las que un familiar dejará de amar a otro familiar. Por ejemplo, una mamá ama a su hijo porque es su hijo y quiere que su hijo tenga una

buena vida. Aun si su hijo lastima a alguien, ella va a querer a su hijo si ella tiene el amor incondicional por él. Por eso, podemos sentirnos seguros porque nuestra familia nos amará sin importar lo que pase (Raypole). Otro ejemplo es la canción “Où es-tu là” por Valentina Tronel. Ella canta sobre su abuelo porque ella lo extraña. La letra de esta canción cuenta de sus recuerdos con su abuelo y ella dice que nunca va a dejar de quererlo (Tronel). Creo que este ejemplo muestra el poder del amor familiar porque hay tristeza y soledad pero hay también un amor incondicional que nunca va a desaparecer. El hecho de que este amor siempre existe crea un sentimiento de seguridad porque seremos amados para siempre.

Sin embargo, la falta de amor familiar puede tener efectos muy serios. Knox explica que los problemas psicológicos, emocionales y conductuales pueden ser el resultado de la falta de amor porque los niños no pueden tener una buena relación con sus padres (86). Esperamos que todos tengan una buena infancia, pero esto no siempre es posible. A veces, los padres lastiman a sus niños por diversas razones. El abuso puede tener efectos devastadores sobre el bienestar de los niños. Todos los tipos de abuso pueden tener efectos negativos, pero quiero hablar un poco sobre el abuso emocional porque es el tipo más común de abuso. En este tipo de abuso, los niños no se sienten amados ni valorados porque sus familiares dicen cosas malas de ellos. Por eso, es difícil establecer relaciones con otras personas (*Kids Helpline*). Puedo relacionarme con esta idea porque no tuve una buena relación con mis padres ni mi abuelo cuando era pequeña y todavía me parece que es difícil confiar en los demás. Puesto que el amor incondicional no existe, los niños no pueden sentirse seguros y esta falta de seguridad contribuye a su falta de habilidad de querer a otras personas. Por esta razón, el amor familiar es esencial porque los niños que no se sienten amados durante su infancia tendrán dificultades en el futuro.

El amor familiar nos enseña mucho. Visto que nuestros padres y familiares nos cuidan cuando no podemos cuidarnos, tenemos una buena relación con ellos. Por eso, aprendemos mucho de nuestros familiares. Por ejemplo, los familiares adquieren habilidades para resolver conflictos y comunicarse. También aumentan la resiliencia y tienen la posibilidad de crecer unos con otros (Field). Lo que aprendemos durante nuestra infancia nos ayudará en el futuro porque necesitaremos estas habilidades en la escuela y en el trabajo. Por lo general, los familiares se apoyan para que todos puedan aprender estas habilidades esenciales. Además, no todos los familiares se sienten amados de la misma manera. Según el doctor Gary Chapman, hay cinco maneras diferentes de mostrar amor y cada persona tiene al menos una manera que prefiere sobre las demás. Estas maneras son el afecto físico, el tiempo de calidad, las palabras de afirmación, los actos de servicio y los regalos. Dado que cada persona en una familia puede tener una preferencia diferente, otra lección que aprendemos de nuestra familia es cómo amar a nuestros familiares de la manera que prefieren (Chapman). Por ejemplo, en mi familia estamos mi mamá, mi papá, mi hermano y yo. A mí me gustan las palabras de afirmación, a mi hermano le gusta el tiempo de calidad, a mi mamá le gustan los actos de servicio y a mi papá le gusta el afecto físico, así que tenemos que trabajar juntos para poder mostrar nuestro amor en las maneras que preferimos. Rara vez es fácil, pero he aprendido mucho sobre las diferencias y creo que puedo tener mejores relaciones con otras personas porque he tenido estas experiencias. Todos mis familiares pueden sentirse seguros cuando cometen un error porque nos perdonamos con mucha facilidad. Un ejemplo similar al anterior se encuentra en “El otro círculo.” Hay alguien enfermo y su familia quiere que el médico lo ayude. El taxista que conduce al médico a la casa de la persona enferma no piensa que hay prisa. En última instancia, la persona enferma está muerta cuando el médico llega a su casa y el taxista es el que está enfermo (*Revista 19-22*). Este ejemplo

muestra que todos tienen una perspectiva diferente porque el enfermo quiere algo diferente de su familia. A pesar de que la familia se siente muy triste y no quiere que su familiar enfermo muera, el familiar enfermo consigue su deseo (*Revista 19-22*). Hay una lección importante en este ejemplo porque la familia no hace lo que el familiar quiere y es posible que este familiar no se sienta amado. A veces es difícil mostrarle a alguien que es amado, pero es muy importante. En general, podemos aprender mucho de nuestros familiares porque pasamos mucho tiempo juntos y todos somos diferentes. Podemos sentirnos seguros cuando aprendemos porque tenemos una buena relación.

Para concluir, el amor familiar es muy importante y tiene mucho poder porque es un amor conocido y muy a menudo los familiares tienen un amor incondicional el uno por el otro. La presencia de este amor nos permite sentirnos seguros porque el amor es recíproco y nunca va a desaparecer. Sin embargo, la falta de amor familiar puede tener efectos negativos porque el desarrollo de los niños se ve afectado. Los recuerdos de nuestra infancia son muy importantes porque nos ayudan a sentirnos amados y valorados. Además, mucho aprendizaje tiene lugar cuando estamos con nuestros familiares porque pasamos mucho tiempo con ellos y podemos aprender juntos. En general, el hecho de que tenemos oportunidades de aprendizaje y un amor incondicional nos muestra la importancia del amor familiar en nuestra vida. Ya que el amor familiar tiene muchas ventajas, este tipo de amor es esencial en la vida.

Bibliografía

- Chapman, Gary. "What Are the 5 Love Languages®?" *5 Love Languages*, Northfield Publishing, www.5lovelanguages.com/learn. Accessed 2 Apr. 2022.
- Cherry, Kendra. "What Is Love?" *verywellmind*, 2 Aug. 2020, www.verywellmind.com/what-is-love-2795343.
- Field, Barbara. "What Is Familial Love?" *verywellmind*, 30 July 2021, www.verywellmind.com/family-love-how-to-create-it-and-sustain-it-5193643.
- Knox, Stephen. "Working with children: the importance of love." *Love and Therapy*, edited by Divine Charura and Stephen Paul, 1st ed., e-book, Routledge, 2019, pp. 85-92. *Taylor & Francis Ebooks*, doi:-org.ezproxy.library.yorku.ca/10.4324/9780429476907.
- Raypole, Crystal. "What's (Unconditional) Love Got to Do with It?" *healthline*, 15 Sept. 2020, www.healthline.com/health/relationships/unconditional-love#takeaway.
- Santos, Luis R. "El otro círculo." *Revista*, created by José A. Blanco, 6th ed., Vista Higher Learning, 2022, pp. 19-22. *VHL Central*, www.vhlcentral.com/home.
- Tronel, Valentina, musician. *Valentina – Où es-tu là (Clip Officiel)*. 11 Mar. 2022, www.youtube.com/watch?v=RwAHXGw3GMw.
- "Understanding child emotional abuse." *Kids Helpline*, 24 July 2018, www.kidshelpline.com.au/parents/issues/understanding-child-emotional-abuse.