

Los PADRES de HOY SON DEMASIADO DEMÓCRATAS

El autoritarismo es tan pernicioso como la ausencia de autoridad: hay situaciones en las que los padres deben saber decir: ¡No! Y que ese ¡no! sea innegociable, firme, dogma. Los padres deben tener la autoridad de imponer que algo no está bien. Y no ceder en esas cosas importantes. Eso hace al padre relevante a los ojos del hijo. Los padres se pasan hoy de demócratas...

*Por Victor-M. Amela
Publicado Enero de 2005*

Conocí a Andrea Fiorenza hace un par de años, y me deslumbró su sutileza. Revisten el trato de los conflictos de la psique humana. Se ha especializado, encima, en el enmarañado cosmos de la familia, en los problemas de los hijos. Los resuelve de modo que parece mágico, pero no lo es: aplica los principios de la terapia breve estratégica. Es breve porque resuelve los problemas en un corto plazo de tiempo, en pocas sesiones; es estratégica porque los aborda promoviendo cambios colaterales, aparentemente lejanos al problema central... Pero un pequeño cambio desencadena otros.

-De los hijos, ¿qué es lo que más preocupa hoy a los padres?

-Su rendimiento escolar y sus compañías.

-Lo mismo que siempre ha preocupado, ¿no?

-No: antes los padres no estaban tan pendientes de sus hijos. ¡Ahora están volcados en ellos!

-¿Qué ha causado tal cambio?

-Un cambio radical de organización social: antes era más jerárquica, piramidal, y por eso había mayor distancia emocional entre padres e hijos. En la generación anterior a la suya y a la mía, los hijos se dirigían a los padres *de usted*. Pero hoy la organización social es menos jerárquica, es más horizontal, democrática. Hay mayor proximidad emocional y, por eso, menor solidez de los papeles de padre y de hijo. La confusión de papeles causa disfunciones: el padre actúa casi como amigo del hijo, los hijos actúan casi como padres de sus padres. Los hijos aconsejan a sus padres cómo vestirse, y los padres obedecen. O los hijos deciden las vacaciones estivales de toda la familia.

-Porque hay diálogo: bien, ¿no?

-Si sólo hay diálogo... no basta para que todo funcione bien. Falta autoridad. Si todo es relativo y dialogable, el hijo pierde puntos sólidos de referencia, queda sin guía, y eso le genera ansiedad. Es inevitable. La autoridad es necesaria.

-¿No exagera?

-No. El autoritarismo es tan pernicioso como la ausencia de autoridad: hay situaciones en las que los padres deben saber decir: ¡No! Y que ese ¡no! sea innegociable, firme, dogma. Los padres deben tener la autoridad de imponer que algo no está bien. Y no ceder en esas cosas importantes. Eso hace al padre

relevante a los ojos del hijo. Los padres se pasan hoy de demócratas. Tanta democracia familiar crea disfunciones conductuales. Yo imparto mil horas de terapia al año desde ya hace veinte. Y cada día veo más problemas derivados de padres demasiado volcados en sus hijos... y todo porque quieren que sean perfectos. Veo casos de padres que piden cambios de horario laboral en su empresa para estar en casa y hacer los deberes escolares con sus hijos. ¡Eso no es ayudarles! Hacen los deberes con sus hijos. O sea, los hacen ellos, los padres. Cuando vienen esos padres a mi consulta, les pregunto: *¿Qué, cómo te ha ido este mes? ¿Te han aprobado o te han suspendido? ¿A qué universidad irás con tu hijo?* El problema es que los padres no aceptan la idea de que su hijo pueda ir mal en la escuela. E intervienen ellos. Y, al intervenir, desincentivan a su niño: el chaval se acomoda a eso, no desarrolla su capacidad de iniciativa, de reacción ante las dificultades, de capacidad de esfuerzo... ¡Un desastre!

-Tengo hijos pequeños. ¿Cómo debo actuar para no acabar así?

-Sin sustituir al niño. Si lo hace, sólo conseguirá anularle. El principio general en el trato con sus hijos debería ser este: *Obsérvalo sin intervenir, ten paciencia, dale tiempo, espera a que él solito halle las soluciones a los problemas.* Pero sin decirle: *Sé responsable.* Eso es antinatural. Sólo déle tiempo para que sea él quien, llegado el caso, le pida ayuda. Si actúas antes, usurpas su ánimo, su voluntad. La buena intención de los padres suele perjudicar a los hijos. Quieren fomentar su autoestima, y se obsesionan demasiado: a ver, todos tenemos mayor grado de autoestima en unos aspectos y menor en otros, ¿no? ¡Pues tranquilos!

-Sus terapias deben ser muy solicitadas en escuelas.

-Si en clase un profesor pregunta: *¿Quién sabe en qué año se descubrió América?*, unos levantarán la mano y otros no. Creo que es mejor decirles: *Escribid todos en un papelito el año del descubrimiento de América.* Cuando lo han hecho, el profesor dice 1492: el que lo ha puesto bien, confirmará que lo sabía, y el que lo puso mal, constatará su error, y lo recordará.

-Eso en clase. Pero, ¿y en casa?

-Dígale al niño: *Te concedo media hora para los deberes, o para estudiar, iy sólo media hora!* De 19 a 19,30 horas, por ejemplo. Con despertador: cuando se cumpla el tiempo, se acabó. Fin. Los límites dan valor a lo que sucede dentro de ellos.

-¿Ha tratado algún caso real así? ¿con éxito?

-Cierta chico tenía dificultades de atención. Dedicaba dos horas cada tarde al estudio, con muy pocos frutos. Le ordené: *¡Sólo media hora de estudio, con aviso de un despertador! Luego, nada de estudiar: eres libre.* Rendía más en esa media hora que antes en dos horas. Poco después, me rogaba que le ampliase un poco el plazo de tiempo.

-Cuénteme algún caso que haya atendido recientemente.

-El de un niño de nueve años que tartamudeaba: su padre lo llevaba a los mejores especialistas de toda Italia... y el niño empeoraba. Dictaminé que dejasen de llevarlo a especialistas y de someterlo a ejercicios. Porque la atención de los padres, el sentirse tan observado por ellos, lo bloqueaba más y más. *¡No le digáis nada sobre eso!*, les ordené. Y ahí empezó la mejoría del niño. Hay una historia que ilustra este caso: un ciempiés caminaba sin problemas hasta que una oruga le dijo: *¡Es increíble cómo caminas tan bien sin tropezarte, con tantos pies!* El ciempiés comenzó a prestar atención a sus pies y a querer controlarlos iy tropezó! Eso le

pasaba a ese niño. Lo que fue sólo un pequeño problema al principio se trató mal... y acabó convirtiéndose en tartamudez. Si intentas controlar el lenguaje, se bloquea... Luego establecí sólo 15 minutos al día de ejercicios controlados. El resto del tiempo, nada.

-Lo malo de los hijos es que no obedecen...

-Porque se les ordena mal. Hay que tener claros los objetivos. Los padres son muy confusos en sus objetivos: quieren que sus hijos *se porten bien y estén contentos*. ¡Qué objetivos tan difusos! Le aconsejo tres objetivos claros, capitales. Uno: que el niño cumpla sus obligaciones (asearse, ir a la escuela...); dos: que respete a los padres (no insultarlos ni ofenderlos), y tres: que colabore en la comunidad familiar (a servir la mesa, a hacer camas... Que se sienta parte del grupo, con sus derechos y obligaciones). Basta con tener claro esto. Los padres quieren que los hijos hagan a gusto todo, incluso cosas que disgustan, y eso es imposible. A nadie le gusta hacer ciertas cosas. ¡Pero hay que hacerlas! Atravesar dificultades estimula al niño, lo ayuda a crecer bien. ¡Ojalá su hijo tenga alguna dificultad cada día! Y, si no, póngale usted una diariamente.

-Usted titula su libro: Niños y adolescentes difíciles. ¿Qué es ser difícil?

-Explico que es una etiqueta que se les pone: no existen niños o adolescentes difíciles, malos, enfermos... Sólo disfunciones relacionales. Al querer curar o controlar al niño difícil, el problema inicial empeora. Y disfunciones leves se convierten en poco tiempo en problemas complicados.

¿Qué hacer cuando surge ese problema sencillo?

-Yo localizo en qué punto se ha bloqueado la relación familiar, e introduzco ahí un pequeño cambio de comportamiento. Este pequeño cambio relacional desencadenará una cadena de cambios que hará que el conflicto se disuelva solo.

-Un ejemplo.

-Luca era un niño que cada mañana lloraba al ir al colegio, con las consiguientes escenas de separación dramática ante la puerta de la escuela. La madre, ya por la noche, le preguntaba por sus miedos, le daba ánimos. El padre, por la mañana, en el coche, intentaba ya tranquilizarlo, le prestaba mucha atención... Les ordené esto: *Debéis empezar a actuar como si vuestro niño no llorase ya por las mañanas, como si todo fuese bien*. Y les dije que, por la mañana, en casa, le dijese al niño: *Querido Luca, para ti quejarte es muy importante, y por eso te pedimos que lo hagas ahora, durante 15 minutos. Estaremos aquí callados, escuchándote. Por favor, empieza a quejarte*. El niño respondió que no tenía ganas de quejarse, que quería jugar, y al llegar al colegio se fue corriendo él solo escaleras arriba. Sólo introduje un pequeño cambio relacional padres-hijo. Cuando luego pregunté a los padres: *¿Qué deberíais hacer ahora para estropear este logro?* lo tuvieron muy claro: *Volver a prestarle a Luca todas las atenciones y a tranquilizarlo como antes, a comportarnos con él como si fuese a tener miedo de separarse de nosotros*. Lo entendieron. Caso resuelto.

El Médico de Familia inglés, Ronald Gibson, comenzó una conferencia sobre conflicto generacional, citando cuatro frases:

- 1) "Nuestra juventud gusta del lujo y es mal educada, no hace caso a las autoridades y no tiene el menor respeto por los de mayor edad. Nuestros hijos hoy son unos verdaderos tiranos. Ellos no se ponen de pie cuando una persona anciana entra. Responden a sus padres y son simplemente malos."
- 2) "Ya no tengo ninguna esperanza en el futuro de nuestro país, si la juventud de hoy toma mañana el poder, porque esa juventud es insoportable, desenfrenada, simplemente horrible."
- 3) "Nuestro mundo llegó a su punto crítico. Los hijos ya no escuchan a sus padres. El fin del mundo no puede estar muy lejos."
- 4) "Esta juventud esta malograda hasta el fondo del corazón. Los jóvenes son malhechores y ociosos. Ellos jamás serán como la juventud de antes. La juventud de hoy no será capaz de mantener nuestra cultura."

Después de enunciar las cuatro citas, el Doctor Gibson, observaba como gran parte de la concurrencia aprobaba cada una de las frases. Aguardó unos instantes a que se acallaran los murmullos de la gente comentando lo expresado y entonces reveló el origen de las frases, diciendo:

La primera frase es de Sócrates (470 - 399 A .C.);

La segunda es de Hesíodo (720 A .C.);

La tercera es de un sacerdote (2.000 A .C.);

La cuarta estaba escrita en un vaso de arcilla descubierto en las ruinas de Babilonia (actual Bagdad) y con más de 4.000 años de existencia;

Y ante la perplejidad de los asistentes, concluyó diciéndoles:

Señoras Madres y Señores Padres de familia:

RELÁJENSE, QUE LA COSA SIEMPRE HA SIDO ASÍ...

MULTICATÀLEG DE L'ADOLESCENT

- 1. Comptaràs fins a 10 o fins al número que calgui.**
- 2. Deixaràs passar el primer estirabot com si no l'haguessis sentit.**
- 3. Donaràs una oportunitat a la seva música abans de dir el que en penses.**
- 4. Escoltaràs, escoltaràs, escoltaràs.**
- 5. Et prendràs les coses amb sentit de l'humor.**
- 6. Evitaràs dir-li el que tu feies, a la seva edat, si no és que t'ho pregunta.**
- 7. Evitaràs discussions absurdes, però no defugiràs el conflicte necessari.**
- 8. Evitaràs fer servir expressions de l'adolescent... si no és que vols fer el ridícul.**
- 9. No deixaràs passar les transgressions de normes fonamentals.**
- 10. No et posaràs nerviós quan sistemàticament opini el contrari que tu.**
- 11. No faràs anàlisis que no t'han demanat.**
- 12. No preguntaràs coses que ja has decidit.**
- 13. No voldràs arreglar-ho tot com si els problemes fossin avàries.**
- 14. Preguntaràs sense interrogar.**
- 15. Recordaràs a l'adolescent de les seves qualitats i talents.**
- 16. Recordaràs com et senties tu quan eres adolescent.**
- 17. Recordaràs el que l'adolescent et va explicar una vegada.**
- 18. Recordaràs que l'adolescent és un mutant sobrehormonat.**
- 19. Recordaràs que l'adolescent fonamentalment menja, dorm i s'arrossega.**
- 20. Recordaràs que l'adolescent no vol assemblar-se a tu... si més no, ara.**
- 21. Recordaràs que l'adolescent va ser aquell infant encantador.**
- 22. Recordaràs que no ets el col·lega ni l'amic.**
- 23. Recordaràs que per a l'adolescent no hi ha futur més enllà del cap de setmana.**
- 24. Recordaràs que quan adolescent sigui adult tot serà millor.**
- 25. Recordaràs que tu ets més gran que l'adolescent.**
- 26. Recordaràs que tu no sap el que pensa l'adolescent, i evitaràs dir-ho.**
- 27. Seràs clar i precís quan donis instruccions.**
- 28. Seràs coherent en les teves accions.**
- 29. Seràs inflexible en els càstigs.**
- 30. T'interessaràs per les coses... però no cal que les facis.**

Jordi Royo, psicólogo clínico "Nuestros adolescentes son rebeldes del bienestar" VÍCTOR-M. AMELA La Contra de La Vanguardia.- 18/12/2008

¿A qué edad comienza la adolescencia?

Hoy, a los 12 años. El primer día de 1.º de ESO.

¿Por qué?

Es el día que dejamos que el chaval vuelva solo a casa, con su llave. En casa no hay nadie: merendará lo que le apetezca y verá la tele, chateará y jugará con la videoconsola a sus anchas.

¿Qué tiene en común este adolescente con el de hace treinta años, y qué no?

En común, los trastornos hormonales y la impulsividad: el cerebro experimenta un nuevo arranque para hospedar nuevas competencias, nuevas aptitudes.

Estamos ante un ser mutante, vamos.

Sí, y es natural que manifieste cambios de personalidad, una en casa y otra fuera...

Da un poco de miedo.

Más temibles que estos factores endógenos - iguales en todas las épocas-son los exógenos, que son nuevos, y que moldean a estos "nuevos adolescentes" nuestros.

¿A qué factores nuevos se refiere?

A la cultura del ocio tecnológico: pantallas, videojuegos, internet, móvil, mp3... Y al "lo quiero ¡ya!". Por eso es fácil que a esta edad incurran en adicción a un ocio paralizante y a la inmediatez, a quererlo todo al instante.

¿Hemos maleducado a nuestros hijos?

"Educar bien a un hijo consiste en dejarle que pase un poco de hambre y un poco de frío", decía Confucio. Quizá no les hemos dado buen ejemplo... Si no quieres que tu hijo sea consumista, ¡no lo seas tú!

¿Cómo definiría a estos nuevos adolescentes nuestros?

Los defino como los rebeldes del bienestar. Si antes el adolescente se rebelaba para mejorar el mundo, ahora admite "estoy de puta madre, ¡pero quiero estar mejor!", como me confesó uno. Quieren para sí más lujo del que ya tienen, que es mucho.

¿Y qué deberíamos hacer los padres?

Evitar hiperregalar a los niños. ¿Por qué no acompañarlos a entregar regalos sobrantes a niños necesitados?

Más consejos.

Desde niños, acóteles el uso de pantallas: de lunes a viernes, nada de videojuegos.

¿Le compro móvil a mi hijo de 13 años?

En la clase de mi hijo de 12 años, él y otro son los únicos sin móvil. ¡Los amigos le acusan de tener un padre irresponsable, pues no podrá avisarme si "le pasa algo"!

¿Y usted qué le argumenta a su hijo?

Que las desventajas de tener móvil - adicción, gasto...-superan las ventajas. ¡Retrásele a su hijo el móvil todo cuanto pueda!

¿Le permito tener tele en su cuarto?

¡No! Lo mejor es un solo televisor en la sala, y negociar su uso entre toda la familia.

Pero ordenador sí necesita, para hacer trabajos del cole.

Pero si tiene que conectarse a internet, que sea en un ordenador situado en la sala.

Otro problema: ¿le doy paga?

Retrásela al máximo, y que se acostumbre a razonar para qué quiere el dinero, y a argumentar si realmente necesita tal cosa. Y si a los 15 años acuerdan paga..., que sea semanal, y fijando para qué conceptos.

¿Y si exige salir de noche con amigos?

Retrase eso lo posible, y pacte la hora de regreso, lo menos tarde posible, y si incumple, que no salga la próxima. Lo mejor es que un padre vaya cada vez a recoger al grupo.

Trabajoso, ser padre de adolescente...

Haber sido padres exitosos de un niño ¡no garantiza serlo de un adolescente! Los padres de adolescente deberían asistir a un cursillo. ¡Y ojalá colaborase la escuela!

¿No lo hace?

Los conflictos reales del adolescente son las drogas, el sexo, la violencia, las adicciones, los trastornos alimentarios, la percepción del propio cuerpo, la indumentaria y el dinero. Yo pregunto: ¿cuántas horas dedica la escuela a debatir acerca de estos asuntos?

No sé.

¡Casi nada o nada! La escuela ni se atreve a decir qué ropas no deberían admitirse en clase. ¡La escuela, pues, todavía no ha entrado en el siglo XXI! Deberíamos reclamárselo, y a la vez devolverle autoridad moral.

¿Cómo educo al chaval sobre sexo?

Propiciando ocasiones para hablarle de sexo. ¡Hoy se dan más embarazos indeseados que nunca! Ayúdele a conocer el preservativo. Todas las chicas llevan tampones en el bolso, ¡pero ninguna lleva preservativos! Es desesperante... Usan la píldora abortiva.

Pero el pánico paterno es la droga.

Cuéntele al adolescente la verdad: que el cannabis puede proporcionar sensaciones placenteras, pero distorsiona percepciones, merma la capacidad de concentración, puede disparar trastornos mentales... Que las pastillas son euforizantes y empatizantes, pero luego hunden en la apatía, restan potencia intelectual, disparan brotes psicóticos...

Deme tres consejos de oro.

Apóyete en sus estudios. Repártanse labores domésticas (¡sin mediar paga alguna, por supuesto!). Hágale luchar por cada cosa que desee. Lo cierto es que será más fácil si desde niño le adiestró en el arte de respetar límites. Si no..., lo tiene usted difícil.

¿Ante qué síntomas debo alarmarme?

Un repentino bajón en su rendimiento académico, dificultades con sus horarios...

Lo bueno es que la adolescencia se acaba, ¿verdad? ¿Cuándo se acaba?

A los 30 años... Es el adojoven: el joven que sigue siendo adolescente, que no se ha esforzado en dejar de serlo. A veces, ¡sus propios padres son todavía adolescentes!