

5.- LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA Y TERAPEUTICA CON EL ADOLESCENTE Y SU FAMILIA

“Uno se vuelve adulto el día en que hace lo que tiene ganas de hacer..., incluso si eso place a nuestros padres”
P. Watzlawick

“El medio más seguro de hacer desdichado a un niño es acostumbrarlo a obtener lo que pide”
J.J. Rousseau).

1.- ALGUNAS CONCEPTUALIZACIONES SOBRE LA ADOLESCENCIA Y SUS EFECTOS

Clasificar o categorizar la realidad es una necesidad humana... Todos clasificamos la realidad, para simplificarla; Pero hay que ser conscientes que, en general, las clasificaciones, las etiquetas, etc. tienen sus consecuencias (ver *profecía autocumplida, efecto Rosenthal*).

La juventud o la adolescencia como categoría uniforme no existen. El sociólogo francés P. Bourdieu ya dijo que la *juventud no era sino una palabra*.

Sin embargo, estas posiciones ambivalentes y confusas no son nuevas: a lo largo de la historia se tuvo poca consideración con los adolescentes. Veamos algunos ejemplos:

❖ **Platón** (428 - 347 a. J.C.) caracterizaba a la adolescencia como *una época de soliviantada emotividad*.

❖ **Sócrates** (470-399 a. J.C.) afirmaba: *“los jóvenes de hoy aman el lujo, están mal educados, desdeñan la autoridad, no tienen ningún respeto por sus mayores y charlan en vez de trabajar. Ya no se ponen en pie cuando un adulto entra en la habitación, contradicen a sus padres, en la mesa se apresuran a engullir los postres, cruzan las piernas y tiranizan a sus maestros”*.

❖ **Shakespeare** describía a los adolescentes como *“pasando el tiempo sin más que hacer que agraviar a la ancianidad”*

❖ **En el siglo XIX**, se decía de ellos que eran frívolos, románticos, atolondrados.. la adolescencia no solo era lo opuesto a la adultez, sino además un periodo de prologada inmadurez e irresponsabilidad (Hawes, 1828).

2. - ALGUNOS ESTUDIOS CIENTIFICOS EN LA ACTUALIDAD

La adolescencia es conceptualizada como un periodo dominado por la tensión y la tempestad. En estos estudios se describe a los adolescentes como presos de arrebatos hormonales que los convierten en personas turbulentas y en tensión continua; a esto se añadía la hipótesis del desfase generacional.

Esta visión negativa tiene consecuencias: Ciertos estereotipos negativos de los adolescentes, que los describen como provocadores, díscolos e ingobernables contribuyen a forjar la idea de que son responsables y merecedores del maltrato que reciben (Garbarino, 1999. p 209).

La imagen de los jóvenes sigue siendo negativa y este estereotipo - a modo de representación social - influye en los padres y madres con menores con edades cercanas a la adolescencia. A este proceso se la ha llamado **socialización anticipatoria**: los chavales a partir de lo que van oyendo a amigos, vecinos, mmcc...van preparándose y temiendo lo que les avecina. Estas anticipaciones van afectando negativamente y, a modo de profecía autocumplida, va cercenando las posibilidades de armonía y entendimiento en las relaciones familiares.

En general, los niños pequeños suscitan simpatía y protección, ternura, mientras que los adolescentes suscitan rechazo o actitud defensiva.

3. - EL MITO DEL ENFRENTAMIENTO INTERGENERACIONAL

Algunas investigaciones hallan que los valores de los iguales no parecen hallarse en oposición directa con los valores de referencia de la familia; se hallan conflictos de poca importancia entre padres e hijos.

Estas investigaciones (Collins, 1990; Steinberg, 1990: ctdo. en Olivares et al., 2002) ponen de manifiesto que:

- I. La mayoría de los jóvenes se lleva bien con sus padres
- II. Comparten con sus padres su escala de valores
- III. No se rebelan contra su familia ni contra la sociedad
- IV. Cuando se aprecian malas relaciones entre la familia y el adolescente se atribuyen a la existencia de trastornos psicológicos

En cuestiones de moralidad, actitudes sexuales, política, etc. se hallaban más semejanzas que grandes diferencias; se encontraban conflictos en temas como el vestir, las citas con el sexo opuesto, las llegadas a casa...

En este sentido, Coleman afirma que la "guerra entre generaciones" es un mito alentado por los medios de comunicación.

Lo que ocurre en el adolescente no sucede porque el sujeto está en una *etapa de transición* y en una *crisis de identidad* únicamente. Hay cosas que suceden porque el adolescente vive en un determinado contexto, ya sea sociológico, en el sentido amplio, o familiar (Ríos, 1984).

❖ El **comportamiento sintomático** del adolescente hay que relacionarlo con el contexto familiar que lo acoge. Los *síntomas* son las manifestaciones internas de lo que está ocurriendo en el interior del individuo; y los *factores* son los elementos personales o ambientales que provocan la aparición y/o mantenimiento de los síntomas en un momento determinado.

Los procesos de cambio normales que pasan los adolescentes - como la necesidad de independencia, la maduración sexual, la capacidad para el pensamiento abstracto, etc. - exigen una adaptación de los progenitores. Sin embargo no todos los padres son capaces de flexibilizar su comportamiento parental y adaptarlo a las nuevas necesidades del hijo. En estos casos se producen conflictos frecuentes que, si se produce con rigidez puede desembocar en conflictos importantes.

No obstante, algunos autores destacan la sensación de indefensión por la situación de desventaja que manifiestan sentir los padres cuando sus hijos llegan a la adolescencia; esta impresión quizá no sea del todo falsa (Moreno y Del Barrio, 2000): sus hijos tienen más apoyo y comunicación entre sus iguales del que tienen sus padres que, en general, están más aislados a estas edades. Además, los adolescentes suelen plantear estrategias comunes (llegada a casa, fiestas sorpresas...), que los padres no tienen siempre capacidad de contrastar.

Es decir, se producen algunos conflictos o *desfases* generacionales entre los adolescentes y sus padres que pueden *ayudar* a la aparición de conflictos (ver tabla siguiente).

CONFLICTOS INTERGENERACIONALES EN LA ADOLESCENCIA*

ELEMENTOS ADOLESCENTES	ELEMENTOS ADULTOS
- Adquisición de la identidad	- Reestructuración adulta de la identidad adolescente
- Nuevas oportunidades e idealismo	- Adaptación a las esperanzas no cumplidas.
- Inestabilidad emotiva	- Amenaza especular de la identidad del adulto.
- Despertar fisiológico (esplendor y despilfarro de energías)	- Decaimiento fisiológico (deterioro y ahorro de energías físicas)
- Confusión y caos ante los nuevo y desconocido de ser "sí mismo"	Confusión y caos de cómo ser padre de un adolescente; en concreto: "¿qué tipo de padre necesita este hijo?"

- Inseguridad interna bajo la apariencia de seguridad y alta autoestima	- Amenaza a la seguridad parental que se pregunta: "Qué hacer", "cómo educar"...
- Búsqueda de valores.	- Crisis de valores de las etapas anteriores.
- Socialización eufórica y vida orientada hacia el exterior de la familia.	- Miedo a la pérdida de la "unidad familiar" y la "cohesión familiar"
- Despertar intelectual y acentuación del espíritu crítico.	- Miedo a no estar a la altura del hijo. Pensar que hay que darle seguridad intelectual y técnica en vez de seguridad interna y respaldo emocional.

* Fuentes: Ríos, J.A (1993); Coleman (1986).

4.- LAS FAMILIAS ANTES 3 NECESIDADES BÁSICAS DE LOS ADOLESCENTES

El/la adolescente pide salidas positivas para sus necesidades de independencia, autonomía y originalidad. Cuando se le cierran los caminos, él creará los propios (aunque, seguramente, se equivoque desde la perspectiva del adulto)

❖ LA FAMILIA ANTE LA NECESIDAD DE INDEPENDENCIA DE SU HIJO

El movimiento del joven hacia la edad adulta nunca es en línea recta (Coleman, 1980).

Una dependencia de tipo infantil es segura y confortable, y cuesta dejarla del todo. En este sentido, se entiende cierta ambivalencia del adolescente, que subyace al comportamiento contradictorio...para desesperación de padres o educadores cuando ven que su hijo se queja de que se metan en su vida y, en ocasiones, de que nadie le hace ningún caso.

Pero a su vez los padres suelen mantener actitudes conflictivas con sus hijos: quieren que sean independientes (con la edad que tienes y todavía...); sin embargo a su vez se asustan de las consecuencias que puede acarrear la independencia (sobre todo las consecuencias del despertar sexual).

Estas y otras contraposiciones entre padres e hijos (por que viven en momentos vitales diferentes, y en ocasiones contrapuestos, como ya se ha visto) pueden incrementar la tensión (común a toda relación) y sumarse a las dificultades que tiene el joven.

Una de las tareas que los adolescentes han de cumplir para madurar - la separación de los padres -no siempre es agradable de experimentar. Es

un proceso normal, pero para cumplir con ella el adolescente debe estar convencido de que sus padres no son las personas perfectas que ha conocido. Para el niño la idealización del progenitor es tranquilizadora ya que le hace sentirse seguro. En la adolescencia llega la hora de abandonar esa seguridad a favor del establecimiento de una identidad independiente (Garbarino, 1998; p. 206).

❖ LA FAMILIA ANTE LA NECESIDAD DE AUTONOMÍA DE SU HIJO.

La autonomía del hijo se permite cuando se le permite que estructure su vida personal y su futuro de la forma que él crea que es mejor para él dadas sus características personales.

Un adolescente tendrá la necesidad de autonomía satisfecha cuando pueda elegir por sí mismo y, en consecuencia, cargue con las responsabilidades de sus decisiones.

En algunas familias se ignora esta necesidad y se sigue tratando al adolescente como a un niño: el hijo tiene que hacer lo que dicen los mayores, aceptar los modelos que éstos imponen, etc.

En su extremo, se trata de familias "restrictivas o limitantes": no hay posibilidad de opinar, ni de diferenciarse, no puede defenderse algo que vaya en contra de lo establecido, etc. Dadas estas restricciones, el adolescente deberá encontrar *otros lenguajes* (modo de vestir, de actuar, etc.) para afirmar esa autonomía que no le permiten.

❖ LA FAMILIA ANTE LA NECESIDAD DE ORIGINALIDAD DEL ADOLESCENTE

En algunas familias ante la necesidad de originalidad del hijo, la familia se aferra al mantenimiento de los esquemas. El hijo puede calificar estas formas de comportamiento como carcas, antiguas, y los padres defenderlas como si fueran normas inamovibles.

En tales contextos familiares las cosas se hacen así porque "siempre se hicieron de este modo". Cuando el estilo de estas familias es muy rígido (familias neuróticas, atemorizadas, obsesivas), el adolescente sentirá que no pinta nada en esa familia, y tendrá que llamar la atención, de *pintar algo* de cualquier modo.

5.- LA ADOLESCENCIA DESDE LA PERSPECTIVA DE LOS PROBLEMAS: *ALGUNOS "PROBLEMAS" PSICOLÓGICOS EN LA ADOLESCENCIA*

Ya se ha hecho referencia a los mitos sobre las turbulencias hormonales, el desfase generacional, los conflictos irresolubles, etc.; en definitiva sobre los estereotipos negativos acerca de la adolescencia.

Pues bien, una de las consecuencias de esto es, quizá, la tendencia a abusar de la palabra "problema" cuando se habla de la adolescencia (de ahí que hable de la perspectiva de los problemas para titular este apartado)

Es conveniente, en este sentido, repasar algunos estudios recientes (Kimmel y Weiner, 1998; ctdo. En, Olivares et al., 2002), los cuales, han hallado una prevalencia similar de problemas psicológicos, clínicamente relevantes, entre población adulta y adolescente.

Es decir los adolescentes no parecen tener más probabilidades que los niños o los adultos de padecer trastornos de conducta.

La edad adolescente no conlleva mayor riesgo que cualquier otra etapa de nuestra vida.

5. 1.- LOS ADOLESCENTES QUE TIENEN DIFICULTADES SON LOS QUE HAN SIDO HERIDOS" (Garbarino, 1998).

Los progenitores determinan en gran medida la calificación que el niño se dará a sí mismo.

En este sentido, teniendo en cuenta lo que influyen los padres en la vida de los niños, no es de extrañar los efectos devastadores del maltrato, en forma de síntomas o problemas como conducta antisocial, baja autoestima, falta de empatía, angustia, dificultad para entablar relaciones, drogadicción, delincuencia, suicidio, etc.

Un estudio transcultural del rechazo de los padres a los hijos y de sus consecuencias sobre los hijos fue estudiado a lo largo de varias culturas (Rohner, 1975).

☺ El rechazo parental tiene un efecto universal sobre los hijos. El rechazo parental origina hostilidad, agresión, problemas con el manejo de la agresión y la hostilidad, insesibilidad emocional, autoevaluación negativa, y una imagen negativa del mundo (Rohner, 1975, p. 168).

2 ESQUEMAS DE MALTRATO AL ADOLESCENTE:

- **El abuso que comienza a partir de la adolescencia.**

Este esquema suele ser más frecuente en las familias que miman o consiente en exceso a los hijos.

Esta conducta excesivamente permisiva hace que los padres esperen de los hijos un excesivo acatamiento y dependencia; estas expectativas suelen frustrar a los hijos que les molesta cada vez más que les traten como a niñitos.

- **El maltrato en la adolescencia es continuación del iniciado durante la niñez.**

En estos casos el maltrato no es nada especial sino es la continuación es la repetición de las patrones de interacción familiar de toda la vida. El maltrato no se produce por las nuevas exigencias que presenta la educación de los adolescentes.

El abuso que comienza en la infancia (y que en la adolescencia persiste) es más fruto de situaciones de pobreza o marginalidad (el fenómeno de las llamadas familias multiproblemáticas) que el abuso que aparece en la adolescencia, en el cual, las condiciones sociales de la familia no parece ser el factor principal, sino que está más relacionado con características de los padres y la dinámica de la relación padres - hijos.

En concreto se pueden encontrar las siguientes diferencias entre ambos grupos:

- En los casos en los que el maltrato se inicia en la adolescencia (*casos tardíos*):

- ✓ Se trata de familias que, con una mayor probabilidad, tienen una situación económica normalizada, es decir, que no están aquejadas de múltiples problemas socio económicos (problemas económicos, de vivienda, desempleo, etc.).

- ✓ Las chicas son con más frecuencia víctimas que los chicos.

- ✓ Los padres presentan en una mayor proporción de casos estilos de cognición caracterizados por la rigidez, especialmente hacia aspectos relacionados con la crianza y la educación de los hijos.

- ✓ El control parental y el estilo de disciplina durante la infancia y la preadolescencia se ha caracterizado por la indulgencia y la laxitud, respectivamente.

- ✓ El tipo de maltrato recibido por el/la adolescente es, con mayor probabilidad, de carácter psicológico.

- ✓ Los/las adolescentes mostrarán un concepto de sí mismo menos negativo en comparación con el grupo *temprano*.
- ✓ Existe mayor probabilidad de que estas familias soliciten un tratamiento o reconozcan la necesidad de una intervención especializada a fin de resolver sus problemas.

■ En los casos en los que el maltrato es una continuación del ya iniciado en la niñez (*casos tempranos*):

- ✓ Existe un mayor número de estresores o problemas en la familia (problemas económicos, conflictos familiares, problemas de vivienda, desempleo, etc.).
- ✓ Existe una mayor probabilidad de hallar antecedentes de maltrato en los padres cuando éstos eran niños.
 - ✓ No existen diferencias significativas en la frecuencia de víctimas entre chicos y chicas.
 - ✓ El estilo de disciplina durante la infancia y la preadolescencia se ha caracterizado por la utilización del castigo físico.
 - ✓ El tipo de maltrato recibido por el/la adolescente es de tipo físico y de carácter más severo.
- ✓ Los/las adolescentes mostrarán con mayor probabilidad un autoconcepto más negativo, sobre todo en la dimensión familiar del constructo.
- ✓ Las familias no solicitan tratamiento o no reconocen la necesidad de intervención especializada para resolver sus problemas.

Y desde luego, uno u otro grupo tiene consecuencias en el pronóstico o la gravedad del daño: ***la baja clase social y la prolongación de los abusos exacerban el problema.***

5.2. LOS PROCESOS LESIVOS QUE PADECEN LOS ADOLESCENTES

En la etapa de la adolescencia prevalece el maltrato psicológico.

Pero, ***¿CÓMO SABER CUÁNDO COMIENZA EL MALTRATO PSICOLÓGICO?***

Algunos autores señalan que el abuso, en general, daña la competencia del niño. Por *Competencia* se entiende un buen funcionamiento social general y está formado por las siguientes capacidades:

- Capacidad de comunicación
- Capacidad de demorar la respuesta o *Paciencia*
- Capacidad para fijar objetivos realistas
- Sentimiento de autoconfianza y de seguridad básica

Quiero destacar que, en general, los padres que maltratan suelen:

- Ignorar cualquier conducta positiva del hijo
- Interactuar poco con su hijo
- Resaltar los aspectos negativos del hijo.

COHERENCIA COGNITIVA

"Tiene que haber alguna razón para que me peguen; de lo contrario, por qué lo harían?"

"Me golpean porque soy malo, porque me lo merezco...si no me lo mereciera no lo harían; seguro que no lo harían"

Al empeñarnos en lograr coherencia cognitiva, las personas intentamos conciliar la realidad con nuestros sentimientos;

DE este modo, muchos niños acaban autodegradándose con tal de justificar el abuso parental: prefieren pensar que se merecen el castigo (lo cual concuerda con los "relatos dominantes" familiares) que descalificar a sus padres.

Existen numerosos estudios sobre disonancia cognitiva, y sus potentes efectos sobre la modificación de creencias (es muy útil para generar cambios en el contexto de la intervención).

BAJA AUTOESTIMA

Los progenitores determinan en gran medida la calificación que el niño se dará a sí mismo

Los monólogos internos de la gente con baja y alta autoestima son bien diferentes:

"NO creo ser una persona agradable e importante

No creo que pueda gustar a alguien o caerle bien

No espero mucho de mí en el futuro

No poseo control sobre lo que me sucede

NO creo que las cosas mejoren, sino más bien todo lo contrario"

Se habla de atribución interna, estable y global de los eventos negativos: "yo siempre todo mal"; todo lo contrario de los eventos positivos, atribuidos a causas externas, no internas.

El mapa del mundo que tienen los niños/adolescentes que son abusados es negativo: todas las evidencias son negativas.

● Las críticas constantes de los padres no solo reducen el placer del momento, sino que, además, contribuye a eliminar las esperanzas realistas respecto al futuro; La *corrosiva llovizna* de evaluaciones negativas anula la alegría de hoy y la anticipación (de la alegría) del mañana (Copersmith, 1967; ctdo. En Garbarino, 1998).

Este clima abusivo no permite una base segura que permita al adolescente:

- confiar en sus propias posibilidades
- Confiar en que el mundo es seguro
- Poner en práctica sus competencias
- Ver el mundo de forma realista, o
- El futuro con esperanza

Los progenitores que inculcan buena autoestima les prestan atención, alaban su conducta, aunque sin dejar de imponer normas.

ANGUSTIA

Las víctimas de abusos dependen en demasía de la opinión de los demás; están muy atentos a cualquier signo exterior que les dé información sobre sí mismos.

Los estudiantes de bajo rendimiento son más autocríticos que los de alto rendimiento.

La autocrítica como actitud de autoprotección, ya que reduce la angustia: la autocrítica anticipa la evaluación negativa y evita la alternativa que tendría el otro de desvalorizar, criticar, etc. (Es tanta la angustia que me produce tu evaluación negativa que me la hago yo antes...y reduzco la incertidumbre).

Cuando se sufren graves castigos o abusos en el pasado, especialmente si éstos fueron imprevisibles, se siente angustia por el futuro.

FALTA DE EMPATÍA

La empatía consiste en adoptar la perspectiva del otro.

Las raíces de la empatía se retrotraen a la más tierna infancia: prácticamente desde el momento del nacimiento los bebés se muestran afectados cuando oyen el llanto del otro niño. A los pocos meses del nacimiento, los bebés reaccionan ante cualquier perturbación de las personas cercanas como si fuera propia y rompen a llorar cuando oyen el llanto de otro niño.

Estos primeros rudimentos de la empatía también se ven reflejados cuando los niños pequeños imitan la angustia de otro, en un intento por intentar comprender sus sentimientos.

Esta imitación motriz es el verdadero significado técnico de la empatía: un intento de imitar físicamente el sufrimiento ajeno con el fin de evocar idénticas sensaciones en uno mismo.

Uno de los efectos del abuso es que quienes lo padecen suelen tener problemas con la empatía: los adolescentes maltratados suelen reaccionar ante los niños como reaccionaron sus padres con ellos, es decir, no teniendo en cuenta sus necesidades (experimentos en guardería -los niños maltratados golpean, se enoja o se ponen tensos ante el llanto de un igual; mientras que los niños no maltratados acuden a consolarlos o se muestran compungidos).

Pues la empatía se halla mediatizada por la forma en que las personas cercanas reaccionan ante el sufrimiento ajeno.

La falta de empatía puede ser explicada porque en determinados contextos puede ser adaptativa, es decir, la empatía tiene cierto valor de supervivencia cuando tienes que vivir en contextos muy violentos en los que la violencia es algo muy frecuente. En tales casos el exceso de empatía puede ser contraproducente (y esto no es solo extensible a ciertos chavales que viven en familias muy violentas, en barrios marginales... pensemos en la actitud del *poli malo* o en los relatos de los torturadores bajo un régimen fascista, que comentan que se disociaban para poder llevar a cabo su "trabajo").

PROBLEMAS EN LAS RELACIONES SOCIALES

Los problemas con las relaciones con los demás está relacionado con la baja autoestima: se desvalorizan y otorgan menor valor que el que otorgan a los demás.

Como señala Virginia Satir, las personas con poca autoestima piensan que *deberían estar agradecidas a todo el mundo y nada piden para sí mismas: después de todo: quién son ellas para pedir a los demás.*

Además, como tienen poca competencia social, suelen tener comportamientos agresivos, todavía empeoran más su relación con los pares.

CONDUCTA PERTURBADORA Y/O DELINCUENCIA

"El mayor desafío actual a la autoridad no consiste en que los jóvenes no la respeten, sino en que tengan escasos motivos para ello"

D. Buamrind (1968)

La teoría de la *continuidad social* es muy adecuada para ilustrar este punto; esta teoría se aplica sobre todo a los comportamientos continuamente disruptivos, sin causa aparente, que realizan los niños/adolescentes víctimas de relaciones abusivas por parte de sus padres. Las investigaciones han dado una explicación a la aparición del comportamiento perturbador en el niño sin que medie ningún comportamiento previo del padre ni de ninguna otra figura del siguiente modo:

© La impredecibilidad en el ambiente es un factor de gran ansiedad; en un ambiente familiar hostil y violento con una pauta de relación inconsistente y errática, la incertidumbre sobre lo que va a pasar es tan ansiógena, tan productora de ansiedad y miedo que el menor sabe que la única forma de predecir el futuro es a través del comportamiento perturbador, que moverá a los padres a responder (a través de insultos o violencia física).

Esto explica muchos comportamientos de niños que, en el seno de familias abusivas - *Ignoran cualquier conducta positiva del hijo, Interactúan poco con su hijo y solo resaltan los aspectos negativos del hijo* - cuando ven que sus padres no les hacen caso, realizan algún comportamiento trasgresor para asegurarse la atención -a modo de caricia - por parte de sus padres.

Un chico que ha crecido en un ambiente abusivo lo puede explicar así: *"Uno se acostumbra a que lo golpeen, de modo que cuando no lo golpean no sabe qué mierda hacer; Si yo me encuentro con alguien que no me lastima, rápidamente hago algo para que le salga cualquier cosa negativa. Entonces me acerco y le digo: ya te dije que no te importaba un rábano".*

6.- LA INTERVENCIÓN CON FAMILIAS CON ADOLESCENTES: 2 POSIBILIDADES

Dos tipos de intervenciones: la clínica y la orientación educativa

- La orientación educativa permite que los padres amplíen o abran sus razonamientos, y confrontarlos con el estadio evolutivo de su hijo
- La intervención clínica permite ayudar a los padres a que se vayan separando de sus hijos sin producir un desapego o una crisis.

A. - PAUTAS PARA ORIENTAR A PADRES CON PROBLEMAS DE RELACIÓN CON SUS HIJOS/AS ADOLESCENTES.

La tarea principal de los adolescentes en nuestra cultura es **emanciparse psicológicamente de sus padres**. El adolescente debe ir dejando de lado la relación de dependencia que tuvo en la niñez. Antes de que pueda desarrollar una relación adulta con sus padres, el adolescente primero debe distanciarse de la forma en que se relacionó con ellos en el pasado. Es normal que este proceso esté caracterizado por cierta cantidad de rebeldía, desafío, insatisfacción, confusión, inquietud y ambivalencia. Las emociones generalmente están exaltadas. Las fluctuaciones amplias del estado de ánimo son comunes.

A continuación se describen una serie de pautas para orientar a los padres con hijos adolescentes:

- **Trata a tu hijo como te gusta que lo traten a él los demás.** Cuando el hijo tiene más o menos 12 años de edad, es conveniente tratar de establecer la clase de relación que nos gustaría tener con él cuando sea adulto. Hay que tratar al hijo/a de la forma en que nos gustaría que nos tratara cuando sea adulto. El objetivo a fijarse es el mutuo respeto y apoyo, y la capacidad de divertirse juntos.

Algunas de las cosas que se pueden probar son:

Tener conversaciones relajadas, informales, mientras andan juntos en bicicleta, caminan, van de compras, juegan a la pelota, pasean en automóvil, cocinan, comen, trabajan, y en cualquier otra actividad que se comparta.

Utilizar el elogio y la confianza para ayudarle a adquirir una imagen positiva de sí mismo.

- **Evita la crítica en aquellas situaciones que *no tienen demasiada importancia*.** Hay que distinguir entre las cuestiones importantes y las cuestiones no importantes. Los adolescentes necesitan desafiar el mundo de los adultos, especialmente el de sus padres, pues necesitan ir distanciándose de él para ir creando su propia identidad. El cuestionamiento, pues, es parte de las necesidades interaccionales del joven para que se produzca un desarrollo sano.

Permitir que su hijo adolescente se rebele en estos campos de importancia secundaria a menudo evita que lo haga en campos importantes, tales como la experimentación con drogas, escapadas o robos. Solamente intervenga y trate de efectuar un cambio si el comportamiento de su hijo adolescente es perjudicial, ilícito o viola los derechos de usted.

- **Evita criticar el estado de ánimo o la actitud del hijo adolescente.**

Es bien sabido que contra más se insiste en comportamientos o actitudes negativos más probabilidad existe de crear la profecía autocumplida, es decir, que ayudemos a construir precisamente aquello que queremos evitar.

Por el contrario es mejor escoger aquello bueno que haga el chaval (por poco que sea al principio!) para pillarlo *in fraganti*.

En este sentido, para aquellos padres que acuden a los profesionales a quejarse de todo lo que hace mal el chaval (de sus comportamientos, de sus intenciones y hasta de sus pensamientos!) es útil prescribirles que para la próxima visita tomen buena nota de aquello que constituye una excepción en el comportamiento del chaval.

- **Dejar que las reglas sociales y las consecuencias le enseñen responsabilidad fuera de casa.**

El adolescente debe aprender por su propia experiencia y sus propios errores. A medida que experimenta, aprenderá a asumir la responsabilidad de sus decisiones y de sus acciones. La madre o el padre deben intervenir sólo si el adolescente se propone hacer algo peligroso o ilegal

Estimular a los jóvenes a comportarse a través de los retos y haciendo que se ganen aquello que quieren, a través de esfuerzos concretos es la mejor manera de hacer responsables y felices a los niños.

Ya dijo Rousseau aquello: *El medio más seguro de hacer desdichado a un niño es acostumbrarlo a obtener lo que pide.*

- **Es conveniente que la familia participe en la formulación de las reglas de la casa.**

Algunas familias encuentran útil tener una breve reunión después de la cena, una vez por semana. En esta ocasión, su hijo adolescente puede pedir cambios en las reglas de la casa o mencionar algunas cuestiones familiares que estén causando problemas. En estas reuniones, los padres también pueden plantear algún asunto

(exigencias con el dinero, por ejemplo). Debe haber un ambiente de: *"Tenemos un problema. ¿Cómo podemos resolverlo?"*

- **Mantenerse a distancia cuando el adolescente está malhumorado.**

En general, cuando el hijo adolescente está de mal humor, no querrá hablar de ello. Si los adolescentes quieren hablar sobre un problema con alguien, generalmente es con algún amigo íntimo. En general, en esas ocasiones es conveniente dejarlo tranquilo y respetar su intimidad.

- **Utilizar los "mensajes yo" cuando existen *conflictos de baja intensidad***

Los adolescentes comúnmente hablan a sus padres en forma descortés o irrespetuosa. Ante este tipo de comportamientos los padres acusan, critican o culpabilizan al adolescente; de este modo hacemos que se ponga a la defensiva y abortamos cualquier modo de comunicación. Por el contrario, en estos casos es conveniente utilizar los *mensajes yo*, que no se centran en el hijo y no acusan, sino que informan lo que siente el padre.

Eres un insensible y un desobediente; te dicho más de mil veces que no pongas la música alta a estas horas...! Sería un ejemplo de mensaje acusador o mensaje tú.

Cuando pones la música tan alta no podemos hablar; si no bajas el volumen tendrás que apagar el aparato. Sería un ejemplo de mensaje yo.

Es conveniente pasar por alto las *pequeñeces* - son solamente palabras -. Pero no olvidemos que *todos los sentimientos pueden aceptarse; aunque ciertas acciones deben limitarse*: no hay que aceptar comentarios irrespetuosos como el hecho de que le llame "estúpido". "Realmente me duele que me desaires o que no contestes a mi pregunta". Decir esto en una forma tan tranquila como sea posible. Si el hijo adolescente sigue haciendo observaciones airadas y desagradables, es mejor salir del cuarto. Hay que evitar entrar en luchas de poder con el adolescente.

- **Establecimiento de límites**

Algunas cosas no son negociables. Los padres han de fijar claramente cuáles son los límites del comportamiento, de tal modo que permite a los adolescentes saber hasta donde pueden llegar; es obvio, que durante la adolescencia, los límites han de adecuarse a esta edad y deben permitir la responsabilidad y cada vez mayor autonomía; pero que sean adecuados a esta etapa no quiere decir que no puedan ser firmes y consistentes.

No hay que confundir confianza y empatía con firmeza. Hacerle ver que le comprendemos o que confiamos en él, no significa que debamos ceder siempre a sus deseos.

No hay que olvidar que los adolescentes quieren límites y disciplina porque les ayuda a sentirse seguros. Sin disciplina los niños están confundidos, desorientados.. La disciplina es una de las formas que tienen los padres de transmitir amor a los hijos, pues requiere constancia, dedicación, tiempo y energía.

B. - INTERVENCIÓN CLINICA CON LA FAMILIA DEL ADOLESCENTE DESDE EL MODELO ESTRATÉGICO

B. 1- Estrategias para establecer buena relación con Adolescentes Difíciles (Selekman, 1996)

- ▣ Utilizar el humor y la sorpresa
- ▣ Utilizar el reto y la provocación
- ▣ Estrategia de la utilización

Es una estrategia que utilizaba Milton Erikson que consiste en prestar mucha atención a los dotes, recursos y fuerzas específicas de las personas para posteriormente poder ser utilizadas en la resolución de los propios problemas.

- ▣ Ponerse del lado del adolescente

Es necesario ofrecer un espacio individual, separado de sus padres, al adolescente; en este espacio es importante hacer ver al chaval que estamos con él, y que no estamos dispuestos a que lo machaquen...Hacerle preguntas como "*¿en que puedo ayudarte?*", o "*he visto a tus padres muy alterados...¿qué les pasa contigo?*" pueden ser de gran ayuda al principio de la intervención.

- ▣ Mostrar ignorancia o considerar al adolescente como un asesor experto
- ▣ Hacer autoconfesiones por parte del profesional (cuidado con la credulidad!!).

A los adolescentes les gusta que los terapeutas hayan pasado por similares circunstancias en la juventud.

▮ **Metáfora del casete:** Qué casete (o cd) haces sonar en tu cabeza cuando consigues enfrentarte a la rabia (o la ansiedad, etc.)

B.2.- Algunas Técnicas Eficaces (Selekman, 1996)

• Establecer rapport

La persona quiere que, además de reconocer el contenido de su problema, reconozcamos las repercusiones emocionales que tiene para ella.

Hasta que la persona no se haya visto aceptada, validada y reconocida en sus sentimientos no se podrá avanzar a otras etapas de la relación de ayuda.

Especialmente durante las primeras entrevistas ha de prevalecer dos principios: *el reconocimiento y la posibilidad de cambio*.

Si la familia no ve que se le entiende o que se hace un esfuerzo por validar sus sentimientos, podrá ocurrir que o bien deje de asistir o no confíe en el tratamiento o la relación terapéutica.

Mientras más me uno y vinculo con la familia y más se vincula ésta a mi, más poder tendré para ayudarla a cambiar. Hay que buscar las oportunidades de unirse a la familia (Bergman, 1987; pp 42 y ss.).

• ¿Cuál es el problema?

Al principio de la primera sesión, hay que preguntar: *¿Cuál es el problema que les ha traído aquí?*

Hay que aceptar la nominalización que hace la familia. Hay que hablar el lenguaje de la familia.

Con estas preguntas centradas en el problema se consiguen, al menos, dos cosas:

- Se da al sujeto el mensaje de que nos interesa aspectos concretos del problema.
- Se permite al terapeuta tener acceso a una información a las pautas de acción y de mantenimiento del problema que le permitirá pensar en soluciones alternativas y creativas a las utilizadas hasta el momento.

• Preguntas centradas en la excepción

Permite indagar momentos *no saturados* por el problema.

Es una forma de acceder a los recursos y a las situaciones familiares en las que no se produce el problema.

Sirve para romper la pauta interactiva de "conversación sobre el problema"

Estas excepciones ampliadas son como bloques que servirán para construir la solución.

Ejemplo: *"Me habéis dado una buena descripción del problema que os preocupa, pero ahora me gustaría saber que ocurre cuándo no se presenta el problema"*

Es una pregunta que evita que la familia nos arrastre a las arenas movedizas del problema.

Cuando la familia presenta alguna excepción hay que ampliar estas situaciones; por ejemplo::

- *¿Qué tendrá que suceder para que estas excepciones se produzcan más a menudo?*

Con las excepciones, hay que ir ampliándolas, dotándolas de sentido en la narrativa de la familia, e ir posibilitando que la familia vaya creando, junto a nosotros, historias alternativas a la historia dominada por el problema; por ejemplo:

- *¿Cómo fue que aplicaste esta solución tan efectiva?*
- *¿Qué te dijiste a ti mismo para tomar una medida de tal naturaleza?*

• Pregunta por el milagro

Sirve para llevar a la familia a una realidad futura exenta del problema.

"Supongamos que esta noche mientras duermen se produce un milagro y el problema se resuelve...¿cómo se darán cuenta de que a la mañana siguiente que se ha producido un milagro?"

Nos permite averiguar los objetivos accesibles para el sujeto.

Nos dan pistas sobre qué sería el resultado ideal una vez solucionado el problema.

Es especialmente útil cuando no funcionan la preguntas por la excepción y existe una visión muy negativa y global del problema.

• Por qué las cosas no están peor...todavía?

Pregunta que se emplea con aquellas familias pesimistas que no responden a la *pregunta del milagro*.

Con esta pregunta el terapeuta se pone en una situación más pesimista que la propia familia, lo que, generalmente, produce que algunos miembros de la familia comiencen a señalar algunas excepciones a los problemas.

Cuando la familia señala alguna excepción, hay que ampliarla:

Por ejemplo: *¿Qué tendrían que seguir haciendo para que esto siguiera ocurriendo?; ¿Cómo se os ocurrió tan buena idea?*

• Pregunta por la escala

Sirve para tener una medida cuantitativa del problema familiar en el presente, y averiguar dónde desearían colocarse en una semana.

¿Cómo calificarían en una escala de 1 a 10 la actitud desafiante de su hijo?

Si los padres puntúan un 3, les preguntaremos cómo podremos obtener que saque un 4 la siguiente semana...

Esta respuesta se convierte en el objetivo inicial de la terapia.

- **Sabotaje benévolo**

Indicada con familias que han convertido a sus hijos en tiranos, es decir, para adolescentes muy rebeldes y propensos a las actuaciones y que tienen muy dominados a sus padres.

Se podría decir que los padres son rehenes de sus hijos.

En estas familias, cuanto más se esfuerzan los padres por ejercer su poder y autoridad sobre el adolescente, más se rebela éste.

El *sabotaje benévolo* consiste en que los padres adoptan una posición basada en admitir francamente ante el hijo que son incapaces de controlar su comportamiento.

A tal efecto se instruirá a los padres para que simulen debilidad ante el joven; se trata de hacer "como si no fueran ellos mismos". Por ejemplo, los padres se pueden olvidar de cosas importantes: hacer la cena a la hora; o se pueden mostrar despistados, como por ejemplo olvidar quitar el cerrojo la puerta por la noche.

Si son preguntados por el hijo por estas actitudes, solo habrá que decir: "*Últimamente, no sé qué me pasa... no soy yo mismo*". Y deberán pedir disculpas al hijo por los errores cometidos. En cualquier caso, los padres deberán evitar cualquier actitud punitiva o sarcástica durante la aplicación de la técnica.

Esta técnica permite varias reestructuraciones importantes:

- Porque da a los padres cierta sensación de poder y control sin tener que recurrir a los conflictos que conducen a escaladas violentas.
- Porque enseña al adolescente que es imposible rebelarse contra unos padres débiles.
- Porque hace al adolescente sentirse menos seguro de sí mismo y de su poder y tiranía sobre sus padres, al hacer el ambiente menos predecible.