

ViaLliur^e

Peleanos o negociamos

Guía para padres y
madres de adolescentes

Silvio Gutman y
Betina Lubochiner
Prólogo de Carmen Amoraga



Andana
editorial

© Betina Lubochiner y Silvio Gutman, 2012

Prólogo de Carmen Amoraga

Corrección: Nàdia Revenga

© Andana Llibres SL

andana@andana.net

www.andana.net

ISBN: 978-84-939445-3-7

Depósito legal: V-251-2012

Prohibida la reproducción y la transmisión total y parcial de este libro de ninguna forma o por cualquier medio electrónico o mecánico sin el permiso de los titulares del copyright y de la empresa editora.



índice

Prólogo	9
Introducción	15
Nuestra mirada personal	17
Capítulo 1	21
Pero, entonces, ¿no sigue siendo un bebé toda la vida?	23
Capítulo 2	37
Descubriendo al desconocido	39
¿Un alien en casa?	42
Explicando el síndrome	44
La adolescencia no es una enfermedad	46
Reflexionemos juntos	49
Capítulo 3	55
Ayudándoles a ser adultos	57

Noticia de última hora: ¡Nuestra función como padres no se ha acabado!	58
Quejándonos de nuestros hijos.com	60
Al don, al don, al don Pirulero, cada cual, cada cual atiende su juego	67
...Y el que no, y el que no, una prenda tendrá	68
Pero ¿cómo lo hago?	69
Todos queremos ser buenos padres	70
¡Vamos, vamos, solo un pasito más!	72

Capítulo 4 75

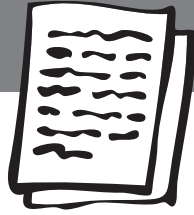
Nuestros locos, no tan bajitos	77
Los guardaespaldas	80
Pasemos de nuevo a... la lista del terror	81
Las aventuras de Tom y Jerry	86
Observando la acera de enfrente	87
¡Todo lo tuyo es mío y todo lo mío también!	89
¿Dónde estaba el perro del hortelano?	90

Capítulo 5 93

¿Pealeamos o negociamos?	95
¡No sin vosotros!	96
¿Quién es? Soy yo. ¿Qué vienes a buscar?	
¡A ti!	99
Ser firmes	104
Para finalizar, recordemos juntos	108

Agradecemos a todos los padres y madres con hijos adolescentes que compartieron con nosotros sus vivencias y que han hecho posible la realización de este libro.

A nuestro hijo Matu, que nos enseña cada día a ser mejores padres.



Prólogo

Estas Navidades llevé a mi hija al circo por primera vez. Tiene cuatro años y nunca habíamos ido antes porque los payasos le daban miedo. Ese mismo día, antes de salir, su padre y yo le pusimos en el ordenador uno de esos vídeos que encuentras en Internet y que puedes manipular para que el mismísimo Papá Noel, desde Lapponia, se dirija a ella por su nombre, le pregunte cómo está, le diga que sabe de ella todo el año, la anime a terminarse toda la comida del plato y le confiese lo orgulloso que está de ella porque siempre hace caso a sus papás. Se pasó todo el camino al circo hablando de Papá Noel, recordando la conversación, asegurándonos que, como era tan buena y él lo sabía porque se lo había dicho, tendría todos los regalos que había pedido. ¿Verdad, papá? Pues claro, hija. ¿Verdad, mamá? Por supuesto, hija.

Llegamos al circo. Empezó la función. Comenzaron los tigres, siguió una actuación de gauchos argentinos y a continuación, un ballet ruso. Y de repente, salieron los payasos. Mi hija se rio con todas y cada una de las gracias del trío, un padre y sus dos hijos, y para cuando la gala vino a terminar, dos horas después, había caído rendida de amor por el payaso más joven. Peter, se hacía llamar. Con las luces apagadas, mientras salíamos de la carpa, se abrazaba a su padre y sollozaba: «Peter, Peter, yo quiero a Peter». Lloraba lágrimas de verdad, sentidas y abundantes, y por más que la llevamos a un parque de bolas, que salimos a cenar a su restaurante favorito, que le insistimos en que en esta vida aún tendría que conocer a muchos payasos, su llanto no encontró consuelo. Al llegar a casa me preguntó si no tendría una foto suya (bendita inocencia, la de los cuatro

años, que hace que los hijos piensen que los padres somos capaces de conseguirlo todo) y cuando se la di (tras sacarla de Internet), se durmió abrazada a su amor. Al día siguiente, de ese amor apenas quedaban restos. En ella. En mí, sí. Se preguntarán por qué. Porque lo que le dije era cierto: conocerá a muchos payasos en su vida. A muchas personas, hombres y mujeres, que valgan la pena, también, y mientras ella jugaba con sus juguetes de siempre, olvidado ya el drama de la noche anterior, yo me pregunté si sabría estar a la altura, no de lo que mi hija espera de mí, sino de lo que mi hija merece.

Lo más difícil de ser padres es enseñar a nuestros hijos a vivir sin nosotros. Leí esta frase hace algunos años, en una novela maravillosa de una autora norteamericana, Nicole Krauss, cuyo título es *Historia del amor*. Entonces, al leerla, aún no era madre y ya me impactó, y desde que mi hija nació, ha vuelto a mi cabeza una y otra vez. ¿Sabré hacerlo? ¿Sabré enseñarla a ser una mujer libre, valiente, independiente, segura de su fuerza y de su debilidad? ¿Seré capaz de dejar que crezca, que se forme, que tome decisiones, que acierte, que se equivoque?

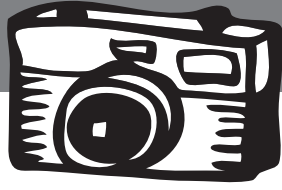
Leer *Pealeamos o negociamos*, de Betina Lubochiner y Silvio Gutman, ha supuesto para mí una revelación similar a la lectura de aquella frase que les acabo de mencionar. ¿Por qué? Porque puede que no lo sea. Puede que no sepa comprender que mi hija crecerá y yo seguiré tratándola como una niña. Puede que algún día el payaso no se llame Peter y que el dolor no se evapore tras unas horas de sueño. Puede que no me alcance la memoria para recordar cómo me sentía yo a su edad y que, sin embargo, sí tenga presente al

bebé que acuné entre mis brazos y que, con esa imagen en la cabeza, no sea consciente de que los remedios que entonces sirvieron (mimos, cosquillas, tal vez un cuento) ya no sean válidos hoy. Puede que ninguna de las dos nos encontremos cómodas con el nuevo cuerpo de mi hija, o con su nuevo papel en el mundo, sin ser una niña todavía pero sin llegar tampoco a ser adulta. Puede que todo eso ocurra y no sepa conseguir que mi hija no fume si es que fuma, estudie si es que no estudia, que sea educada, que se dirija a nosotros con buenas palabras. Que me deje abrazarla y besarla y reñirla y decirle las cosas que tiene que hacer, como cuando era una niña.

Puede que no sepa. Pero podré aprender. Podré aprender a no pelear. Podré aprender a negociar. Y sabré enseñar a mi hija a vivir sin mí. Como todos los que leen este libro atrevido, políticamente incorrecto, audaz y, sobre todo, imprescindible para todos quienes queremos aprender a ser mejores padres. Y mejores personas también. Porque como bien dijo el compositor Gustav Mahler: «No hay más que una educación, y es el ejemplo».

CARMEN AMORAGA





Introducción

Nuestra mirada personal

Ya son muchos los años que llevamos trabajando el tema de la adolescencia, y lo hemos hecho no solo como psicólogos, sino también como padres. Nosotros hemos sido de aquellos padres que lo quieren saber todo sobre el mundo adolescente, por lo que hemos asistido a multitud de talleres para conocer la receta del éxito en la educación de los hijos. Lo que encontramos, sin embargo, fueron charlas largas, serias y respetuosas que, según nuestra forma de ver el mundo, resultaban aburridas y que, además, al finalizar, tan solo nos suscitaban pensamientos del tipo «pero al final no le he preguntado lo que necesitaba» en vez de soluciones para hacer frente a los «problemas» con nuestro adolescente.

Es por esto que un día decidimos dejar de lado por un momento el papel de padres quietos y silenciosos que participaban en talleres que no dejaban más que dudas, y decidimos emprender una aventura nueva; una aventura, esta vez, como padres y como psicólogos. Para ello nos propusimos plantear un taller diferente, más dinámico, con más espacio para escuchar las preguntas de padres y madres que, como nosotros, necesitan expresar sus experiencias y compartirlas.

Y es que a la hora de tomar esta decisión nos preguntamos: ¿Y por qué no planteamos un taller donde todos los padres y madres seamos una sola voz que contenga los mismos miedos, las mismas dudas, la misma sensación de no saber qué hacer en el momento adecuado? ¿Por qué no compartir junto a otros padres nuestra experiencia de tener un adolescente en casa, un pedazo de grandullón o grandu-

llona que antes fue «nuestro bebé» y que ahora es un adulto en un envase nuevo? Tal vez sería una buena idea compartir información profesional de una manera más dinámica, más cercana y poder mezclarla con las emociones, miedos y preocupaciones que compartimos con otros padres.

Y así fue. Convencidos de la necesidad de un taller de este tipo que diese voz a los padres con hijos adolescentes, nos embarcamos en este proyecto que, desde los inicios, tuvo muy buena acogida y sirvió como válvula de escape para los padres y madres que tenían preguntas sobre sus hijos, preocupaciones y deseaban compartir sus experiencias de la mano de otras personas que se sentían de la misma manera.

Aquello fue el inicio y a día de hoy podemos constatar que nuestros talleres han dado sus frutos. Llevamos casi veinte años sentándonos al lado de los padres, mirando a la cara a cada uno de ellos que llega con el mismo gesto de gran incógnita y siempre con la pregunta del millón en la punta de la lengua: ¿Y ahora qué hago con mi hijo adolescente? ¿Voy a discutir con él toda la vida? Y si él no cambia... ¿yo qué hago?

Y a pesar de que han pasado años, muchos años, los comentarios sobre los hijos se repiten, las sensaciones de los padres son las mismas, sus sentimientos no cambian. «Vivo en una eterna guerra con mi hija», nos dijo una vez una madre. «¿Qué hago? Peleamos todo el tiempo y no llegamos a ninguna solución».

A partir de este comentario surgió el título de este libro y el de nuestro taller para padres y madres de adolescentes: *¿Peleamos o negociamos?*

En efecto, este libro recoge todas las experiencias, ejemplos, dudas, preguntas, respuestas, etc., que hemos ido recogiendo a lo largo de nuestra larga trayectoria y que consideramos que es necesario que los padres tengan a mano para poder leer con calma y consultar cuando lo consideren necesario. Además de esto, este libro también da cuenta del amor por los hijos que hemos encontrado en todos los talleres y en todos los corazones de cada uno de los padres y madres que han compartido sus experiencias con nosotros. Así pues, esperamos que los lectores también encuentren en estas páginas la forma de mantener vivo el amor por sus hijos.





Capítulo 1

Pero, entonces, ¿no sigue siendo un bebé toda la vida?

La adolescencia comienza alrededor de los once o doce años. Es en esta etapa cuando se generan en nuestros hijos una serie de cambios hormonales que producen un crecimiento físico espectacular, sin precedentes a lo largo de toda su existencia. Podemos decir que es una etapa de ebullición y transformación que dura entre seis y siete años y, si bien este desfase hormonal llega a su punto cumbre alrededor de los diecisiete o dieciocho años, sentimos decir a los padres y madres que la adolescencia se mantiene algún tiempo más, ya que estos cambios a estas edades pugnan por buscar el equilibrio hasta llegar a la edad adulta.

Las primeras experiencias de cambios físicos son tan apresuradas y sorprendentes que son percibidas por nuestros adolescentes como una invasión imposible de controlar que los deja faltos de armonía y sincronía corporal. Estas transformaciones físicas arrojan a nuestros adolescentes definitivamente a la «pérdida de su cuerpo infantil». ¿Que qué significa esto? Pues que nuestros niños ya no son vistos en la sociedad como niños, pero hay otro problema: tampoco son vistos aún como adultos. Aunque psicológicamente todavía no han logrado la madurez esperada, el aspecto físico alcanzado en estos años hace que físicamente se les reconozca como adultos, aunque psíquicamente no estén aún preparados para comportarse como tales. La sociedad les exige ahora conductas que en la etapa de niñez no se daban; por lo tanto, deben asumir roles que hasta el momento no

tenían, y esto les hace enfrentarse a un reto importante: la búsqueda de una nueva identidad. Así pues, si nuestros hijos ya no son niños ni son adultos y tampoco se comportan como niños ni como adultos, entonces, ¿qué son?

Es muy común que les digamos cosas como: «¡Ya estás mayor para hacer esas tonterías!». Y unos instantes después les diremos: «¡Ah no! Todavía eres muy pequeña para salir con esos chavales tan mayores».

Pensemos juntos: la dificultad de asumir este nuevo rol tan diferente del infantil no solo es una dificultad para nuestros hijos, sino que para nosotros, los padres, también lo es. Esta incapacidad de aceptar que «ya no son lo que eran» hace que de repente el vínculo que manteníamos con nuestros hijos se estanque, no crezca y, por lo tanto, comiencen a aparecer dificultades en la relación, en la comunicación y en la confianza de unos hacia otros. Si estamos planteando que los adolescentes deben asumir una nueva identidad, seremos nosotros los que también deberemos asumir esa nueva identidad, y con ello una nueva forma de relacionarnos con nuestros hijos. Este nuevo estatus en la identidad de nuestros hijos los posiciona en un terreno de nuevas posibilidades que hasta el momento pertenecía a los más adultos:

«Hago cosas que antes no podía: puedo quedar con mis amigos, puedo salir sin mis padres, puedo ir a bailar, puedo tener mis primeras experiencias sexuales, puedo regresar a casa más tarde, tener acceso a las bebidas, a las drogas, puedo fumar y también elegir a mis propias amistades».

Efectivamente, están físicamente aptos para hacer frente a estos nuevos desafíos y vivencias tan novedosas y exci-

tantes, aunque psicológicamente aún no estén del todo preparados. Estas nuevas posibilidades distorsionan el sentido de su vida llevada hasta el momento y es necesario que la cabeza se reubique.

«Durante toda mi vida he sido un niño y conocía cuál era mi lugar y lo que se esperaba de mí. A partir de estos cambios que me hacen parecer más adulto, y que me alejan de mi condición de niño, siento la necesidad de ubicarme en el mundo de otra manera, porque ya no soy visto como un niño; yo no me veo como un niño ni me gusta que me traten como tal».

En este proceso de reubicación, nosotros, los sufridos padres, pensaremos algo bastante diferente:

«Durante toda su vida ha sido mi niño, conocía cuál era su lugar y lo que yo esperaba de él. A partir de estos cambios que lo hacen parecer más adulto, siento que se aleja cada vez más de mí. Aunque yo lo siga viendo como a mi niño, a él no le gusta que yo lo vea así ni que lo trate como tal».

No hay una sola forma de ver la adolescencia. Además, tenemos que tener presente que las adolescencias de nuestros hijos difieren en extremo de las nuestras. Cada adolescencia tiene que ver con el lugar en el que se desarrolla, con la época y con el ambiente en el que transcurre. Asimismo, la etapa de la adolescencia variará en función de la cultura familiar de cada casa. Por lo tanto, es sumamente complicado buscar referencias en otras adolescencias, algo a lo que nosotros, los padres, insistentemente recurrimos; tomamos como referente la única adolescencia que hemos tenido: la nuestra. Es decir, recurrimos siempre al recuerdo comparativo para encontrar aquellos comportamientos que nos parecen más adecuados: