

COMUNICACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS EN EDAD ADOLESCENTE

Cuando uno se pregunta como se dicen las cosas entre padres e hijos en edad adolescente necesariamente tiene que aclarar dos aspectos

Tanto la adolescencia (periodo etario entre los 12 y los 30 años) como la edad media de la vida (periodo etario entre los 45 y 55 años, que es la edad promedio de padres con hijos adolescentes) son fases evolutivas del ciclo vital.

Como tal ambas tienen sus aspectos críticos ya que el crecimiento está siempre asociado a una cierta cuota de dolor y sufrimiento.

Atendiendo familias con hijos adolescentes he visto con frecuencia, que todos sus integrantes sienten algo así como confusión y extrañeza.

No pueden hablar entre sí porque no saben que les está pasando.

Los adolescentes frente a su dificultad de poner en palabras ese mundo que se les volvió confuso, poco claro, débil y sin valores ciertos como cuando eran niños, hacen cosas o adoptan actitudes que necesariamente provocan reacciones en sus padres.

Los padres que habitualmente están olvidados de su propia adolescencia, a menudo responden de un modo reactivo adoptando actitudes que se vuelven represivas en lugar de comprensivas.

Veamos un ejemplo simple, cuando al adolescente se le empieza a transformar su cuerpo, se siente muy mal y no sabe como arreglárselas con ese cuerpo nuevo, entonces es muy probable que se lleve una mesa por delante o se le derrame la comida, lo que generalmente genera el reproche de los padres.

Los especialistas sabemos que por un lado, el adolescente está empezando a organizar su yo y su identidad a nivel genital y por el otro los padres comienzan a sentir que su genitalidad declina.

Cuando este proceso circular en la comunicación que los separa, puede explicitarse, el dialogo intergeneracional se amplía y enriquece.

Todos los que estamos cerca de los adolescentes, debemos mantenernos en contacto con nuestros propios recuerdos adolescentes

Es importante encontrar las palabras precisas frente a la pregunta de un adolescente o a la dificultad de los padres en darles respuesta.

Estas preguntas generan ansiedad incertidumbre preocupación.

Si los intentos por comunicarse entre ambos fracasan, hay que consultar con un especialista, ya que ambos necesitan saber cosas del otro.

Los hijos necesitan saber de la experiencia de los padres y los padres de las incertidumbres e indefensiones de sus hijos.

¿De que depende que esta situación pueda resolverse en una consulta?

Si la comunicación entre padres e hijos se ha visto interferida o interrumpida desde los primeros años de vida, puede llevar a un bloqueo, a algo así como a una paralización del hablar.

Aquí empezamos a alejarnos de la adolescencia como fenómeno evolutivo normal para encontrarnos con la psicopatología más habitual y característica de este periodo de la vida (anorexia, bulimia, deserción escolar, aislamiento social, psicopatías, abortos a repetición, fugas de la casa, adicciones)

Lo que ocurre aquí es que el adolescente que está en pleno proceso de caos y transformación y cuyos valores de niño ya no le sirven, recurre consciente o inconscientemente a la producción de conductas sintomáticas en un intento desesperado de comunicarse y ser comprendidos.

En busca de un límite adulto.

Como especialista en adolescentes y familias sostengo desde hace muchos años y con muy buen resultado las siguientes indicaciones.

Tratamiento de familia cuando el punto de urgencia es ayudar a padres e hijos a asumir sus respectivos roles que el proceso adolescente trastoca.

Tratamiento en grupo de pares cuando hay que ayudar al adolescente en su salida hacia la exogamia y a la discriminación del grupo familiar de origen.

Tratamiento individual del adolescente o de los padres cuando aparece alguna patología ya constituida.

A veces vemos no ya en el consultorio, sino por comentarios de docentes, entrenadores deportivos, amigos con hijos adolescentes, en fin, todos aquellos que están de alguna manera ligados a este periodo evolutivo de la vida familiar un fenómeno importante...

Tantos padres e hijos frente a su dificultad de comunicarse entre sí eligen hacerlo en rueda de pares.

Los hijos hablan de lo difícil que es entenderse con los padres y los padres de la edad difícil por la que están atravesando sus hijos.

En estos casos aunque se establezca una relación indirecta, de algún modo la comunicación es fértil porque les permite a padres e hijos hablar de lo que les pasa y así elaborar nuevas alternativas.

Quiero que les quede en claro que cuando hay patología constituida esto no se da por lo menos en rueda de adultos porque el dolor y la vergüenza frente a lo que está pasando paraliza.

Y cuando se da en rueda de adolescentes hacen causa común frente a los padres lo cual complica mucho más la situación

Estamos entonces frente al fenómeno de aquello que al no explicitarse en la infancia se vuelve paralizador en la adolescencia porque en aquella relación primitiva con los padres se interrumpió la comunicación.

Si en cambio el proceso natural de amor, de celos, de odio, fue comprendido por los padres, esas imágenes de padres comprensivos operan dentro del adolescente a pesar del caos que están viviendo, permitiéndoles entonces buscar a otros adultos, conectarse con ellos para seguir su proceso de crecimiento y pasar de una identidad adolescente a otra adulta previo pasaje por la desidentificación.

Estamos viendo el síndrome de la adolescencia normal dentro de una estructura familiar continente.

Podemos observar como se van discriminando progresivamente el mundo de los adolescentes del mundo de los adultos.

Los adolescentes viven su crecimiento estableciendo un mundo íntimo y secreto que defienden por muchas razones, y que les permite disfrutar de una venganza retaliativa por la exclusión que vivieron pasivamente cuando niños

Los padres pueden vivir habitualmente la intimidad y el creciente despegue de sus hijos como algo intolerable y que no deben permitir en nombre de la salud y la educación

Esta posición los lleva a desarrollar conductas invasoras y controladoras que no son útiles ni en el síndrome normal de la adolescencia ni cuando hay patología.

Estas son las quejas que traen al consultorio tanto los padres como los hijos.

Mi actitud es la de apoyar el crecimiento de los adolescentes, dentro de un marco de cuidado y seguridad.

Ayudar también a los padres en el duelo frente al crecimiento de los hijos que se están alejando progresivamente del hogar en su natural camino hacia la exogamia, para prevenir el síndrome de “nido vacío”

Y finalmente ayudar tanto a padres como a los adolescentes a elaborar que si hay cosas que empiezan a ser secretas y a no decirse, no es por incomunicación entre ellos, sino por un comienzo de discriminación madura.

Que es un periodo de crecimiento de ambos y que los padres también tienen cosas que prefieren no compartir con sus hijos adolescentes.

Y que este progresivo proceso de borramiento de los vínculos de consanguinidad junto a la aparición de vínculos de alianza (formación de nuevas parejas en la joven generación), llevará a la conformación de la familia ampliada y esto permitirá que se retome la comunicación entre padres e hijos en nuevos niveles de integración.

Lic. Rebeca Cohen

Para Mayor Información

psicologiaeninternet@rebecacohen.com.ar