



J.-D. Nasio

¿Cómo actuar con un adolescente difícil?

Consejos para padres
y profesionales



¿CÓMO ACTUAR EN LA COTIDIANIDAD CON UN
ADOLESCENTE DIFÍCIL, ES DECIR, NORMALMENTE
NEURÓTICO?

Consejos prácticos para los padres

*Si usted quiere que su adolescente cambie,
¡cambie la mirada que usted tiene de él!*

J.-D. N.

Ahora me gustaría dirigirme muy particularmente a los padres y responder a las preguntas más frecuentes que se hacen cuando se enfrentan a dificultades con su adolescente. Elegí la opción de presentarle, en las páginas con recuadros, las ocho recomendaciones más importantes que suelo formularles a los numerosos padres y madres que recibo en la consulta para desanudar situaciones conflictivas sin gravedad.

Consejos para los padres

➤ **Saber esperar.** Ante todo, nunca hay que olvidar que el *mejor remedio* para calmar a un joven que se ha vuelto difícil de manejar *es el tiempo que pasa*. Dígase que, tarde o temprano, los disgustos debidos al comportamiento del adolescente van a cesar. No pueden más que cesar, salvo en el caso de una patología mental grave. Si usted recuerda que *la adolescencia es una etapa de la vida que comienza y termina*, tendrá la fuerza de esperar, de soportar y de relativizar los inconvenientes inherentes a esta prueba insoslayable que todos los padres y sus hijos deben atravesar.

➤ **Saber relativizar.** Cuando usted regaña a su hijo o a su hija adolescente, ¿qué escucha él o ella? No es tanto la sanción moral que usted le dirige, ni siquiera la emoción que llena sus palabras. Lo que el joven escucha, a través de vuestro enojo, es mucho más profundo, es vuestra *disponibilidad espiritual*. Más allá de vuestra reacción legítima y necesaria de cólera o de decepción, es necesario que sienta que, en el fondo de usted mismo, usted no está desestabilizado por el comportamiento no obstante inadmisibles que acaba de tener, que usted no ha perdido confianza en él y que sigue creyendo que, pase lo que pase, será mejor de lo que es hoy. En una palabra, *sepa distinguir a la persona de sus actos*; usted

Consejos para los padres

puede condenar un comportamiento condenable sin por ello renegar de su amor de padres.

➤ **Saber negociar.** *Hay que saber prohibir y sancionar, pero también saber hacer arreglos con el joven*. Si su adolescente tiene un desvío en su conducta (como, por ejemplo, llegar a una hora muy tardía, ebrio o impregnado de olor a cannabis), no reaccione impulsivamente en el momento. Espere al día siguiente para hablarle y muéstrese firme pero abierto al intercambio. *Usted no es ni un gendarme ni un amigo*. No olvide que su hijo espera de usted que asuma un rol de adulto protector y no dude en fijar límites cuando hace falta. Poner límites significa no solo *prohibir* (evitando siempre humillar o atacar al joven), sino también *negociar* con él. Además, es preferible que esta aclaración, muchas veces difícil y otras malograda, concluya con una iniciativa positiva: por ejemplo, proponerle a su hijo que organice una reunión en la casa con algunos amigos que han participado en la parranda de la víspera. Su hijo se sentirá entonces valorizado a los ojos de sus amigos y usted tendrá la ocasión de saber quiénes son las compañías que frecuenta —buenas o malas—. Más tarde, en un momento más favorable y estando usted mejor informado, podrá entonces volver a hablar con él de

Consejos para los padres

dicha batahola, de sus amigos y de su relación con el alcohol o el cannabis.

➤ **Saber no comparar.** Cuando usted lo rete, nunca lo compare con uno de sus hermanos o con otro joven que tendría un comportamiento ejemplar. Poniéndolo en competencia con un modelo, usted tal vez cree provocar un sobresalto de orgullo. Pues bien, se equivoca: en lugar de aguijonearlo, lo desalienta o, peor aún, lo humilla.

➤ **No presagie nunca un fracaso de su hijo. Por el contrario, sea siempre positivo.** Para incitar a su adolescente a responder a una exigencia escolar, por ejemplo, **no lo asuste anunciándole un fracaso seguro si no estudia.** No es la amenaza de un fracaso lo que va a estimularlo, ya que no sabe anticipar los problemas y evitarlos. Solo vive en el presente y, en lugar de sentirse aguijoneado por el miedo de un eventual fracaso, solo se escuchará, de vuestras palabras preventivas, su falta de confianza en él. ¡Usted quería protegerlo de la derrota, pero él solo escuchará su supuesto pesimismo! Es por ello que resulta inútil agitar el espantapajaros del fracaso. Más vale llevarlo a dirigir sus esfuerzos a lo que concretamente debe hacer. Es preferible que tome clases particulares de una de las materias en las que está flojo, con un profesor calificado para que le enseñe a estu-

Consejos para los padres

diar, conocer el placer de dominar una noción y sobre todo sentirse reconocido en sus progresos por el docente del colegio. Estos logros puntuales darán al adolescente una mejor opinión de sí mismo y, por ende, una mayor tolerancia respecto del prójimo.

➤ **Un adolescente insoportable en su casa es muchas veces muy bien apreciado fuera de ella.** En efecto, los padres a veces se ven agradablemente sorprendidos al recibir elogios del comportamiento en sociedad de su hijo, cuando en la casa es insufrible. ¿Cómo se explica esto? Primero, hay que saber que el amor de los padres puede ser vivido por el adolescente no como un afecto tierno y protector, sino como una presión asfixiante: **"Sé muy bien que mis padres me quieren, pero yo no siento el amor; solo siento que se interesan por mi rendimiento escolar y no por mi persona; que me gobiernan y me juzgan en vez de quererme. En cambio, mis abuelos no me juzgan y me quieren tal como soy, sin pedirme nada"**.

En una palabra, en el corazón del adolescente neurótico, el amor del padre o de la madre, lamentablemente, queda suplantado por las exigencias y los juicios: **"Cuanto más juzgado me siento por mis padres, menos amado me siento. En cambio, el amor de los otros adultos es para mí un alivio; es un amor sin pedi-**

Consejos para los padres

do, un amor calmo que no me angustia y que, por el contrario, ¡me consolida!". Es por ello que un adolescente puede ser insufrible en la casa y agradable en el exterior. Y es por ello también que, los terceros –los abuelos, el tío, un amigo de la familia, el médico de cabecera, un docente o a veces los amigos– son mejor aceptados por el adolescente y pueden desempeñar un rol muy positivo en el desenlace de una eventual crisis. *Las intervenciones de los terceros muchas veces son bien recibidas por el joven porque no reavivan su sentimiento de inferioridad.*

➤ Justamente, a propósito de los terceros, no dude en hacerlos intervenir en caso de conflicto con el adolescente. Los abuelos, un tío, una tía, un amigo de la familia o incluso un profesor al que el adolescente aprecia suelen ser recursos inestimables para evitar los enfrentamientos explosivos padre-hijo o madre-hija. *En caso de tensiones con su hijo, no reaccione enfrentándolo creyendo así imponer mejor su autoridad.* Seguro que lo lamentará.

➤ No olvide que su actitud hacia el adolescente suele estar animada por sus sueños de lo que el joven debería ser. *Sea realista y ámelo tal como es.* La agresividad y la viva susceptibilidad del adolescente neurótico son reacciones inherentes a las expectativas totalmente neu-

Consejos para los padres

róticas, aunque comprensibles, de sus padres. Por cierto, el sufrimiento de un adolescente neurótico se debe a los desgarramientos que sufre entre las exigencias de su cuerpo y las exigencias de su moral, pero también se debe a un malentendido profundo entre él y sus padres: estos no aceptan a su hijo tal como ha llegado a ser, y el joven, por su lado, piensa que no puede realizar sus propios sueños a causa de la actitud de sus padres. Se imagina impedido por su padre o su madre de ser él mismo y de hacer lo que cree que tiene que hacer. *“¡No eres como deberías ser!”*, deploran constantemente los padres de Cyril; y él replica: *“¡Son ustedes los que me impiden que sea el que quiero ser!... aunque conozca que mi ideal –llegar a ser una estrella de rock, por ejemplo– ¡es un sueño de niño!”*. Observe que los padres también sufren, pues deben cumplir el duelo del pequeño niño dócil de ayer que su adolescente ha dejado de ser y aceptar que el joven o la muchacha de hoy no sea el que han soñado tener. *De hecho, los padres de un adolescente deben asumir dos pérdidas: la pérdida del niño que ahora ha crecido y la pérdida de su ilusión de un adolescente ideal, contento consigo mismo, sin demasiadas dificultades escolares, amante de la familia y de sus valores.* Pero esta ilusión de los padres,

Consejos para los padres

vivida como una expectativa legítima, es percibida por el adolescente neurótico como una exigencia aplastante. "*Además de mis dificultades y de mis temores* —nos dice Cyril—, *tengo que soportar la ansiedad de sus expectativas. ¡Me exasperan!*".

*Extractos de las obras
de S. Freud y de J. Lacan
sobre la adolescencia, precedidos
por nuestros comentarios*