

EL CASO DE ELISA

Cuando los padres de Elisa vinieron a vernos, su preocupación era patente ya antes incluso de relatarnos la historia que se disponían a contar. No era una historia nueva, pues venía fraguándose desde tiempo atrás, pero era tan frecuente y cotidiana que resultaba imposible que no inundara el día a día de sus pensamientos.

Tenían una hija de quince y un hijo de trece años. Ellos tenían unos cincuenta años y residían en un pueblo a cuarenta kilómetros de Madrid.

Los problemas que les habían inducido a buscar nuestra ayuda los presentaba su hija, Elisa, y resumidos eran que cada fin de semana salía por la tarde y por la noche y rara vez volvía a la hora que le habían puesto, y además, en alguna ocasión existían signos evidentes de que había tomado alcohol. [...]

Además casi siempre existían excusas, como fiestas en los diferentes pueblos de alrededor que justificaban que se trasladasen a ellos, por lo que tenían la sensación de que los problemas aumentaban de manera vertiginosa: más salidas, hasta más tarde, más lejos, un círculo de amistades menos conocido y de más edad, más riesgo de consumo de alcohol y otras cosas, desconocidas hasta ahora y el inicio, por edad, de los primeros escarceos con la sexualidad.

Como casi siempre, **suele haber un detonante** que rebosa el vaso que progresivamente se venía llenando, y **que les hace tomar la decisión de ir en busca de ayuda profesional**.

En este caso, **fue un día que Elisa volvió bebida a casa** y que se enteraron de que estaba saliendo con un chico de otro pueblo, mayor que ella. **Todos los miedos vinieron juntos y les desbordó.**

Como en casi todos los casos con adolescentes, **cuando les empiezo a ver a ellos procuro conocer el mayor número de detalles sobre su vida** y la de los que los rodean, particularmente la de sus padres, que todavía y por unos años son piezas clave en su evolución personal.

Aunque a veces esto se siga discutiendo, **no cabe ninguna duda de que es la etapa donde más cerca hay que estar de ellos**, pero, eso sí, donde no tiene que ser tan evidente, como en etapas anteriores, pues **han de ir dirigiéndose ya ellos mismos en muchos aspectos**.

A través del trabajo con los padres pude conocer cómo funcionaba Elisa en los aspectos que tenían que ver con sus responsabilidades dentro y fuera de casa, **y cómo reaccionaban ellos ante los comportamientos complicados que venía presentando** y también ante otras cuestiones, a priori menos relevantes para el problema en cuestión, pero cotidianas y que, de una forma u otra, estaban implicadas en la relación con ella.

En relación con las salidas, pudimos observar como **aunque casi siempre que salía acababan yendo a buscarla, allí donde fuese necesario, y la llevaban a casa**, si la encontraban, o la castigaban sin salir al día siguiente **y además le echaban un rapapolvo impresionante**, ella [...] en cuanto había ocasión, **volvía a repetirlo**, es decir, si tenía que venir a las once de la noche, venía a las dos de la madrugada o tenían que ir a por ella para traerla a casa.

Además, los registros que traían eran muy ilustrativos de cómo Elisa **había empeorado progresivamente la comunicación con ellos**, llegando a ser despectiva, **en especial con su madre**, [...] pero también se apreciaba **una disminución de su rendimiento escolar, y una dejadez en la realización de sus obligaciones en casa**, como arreglar su habitación, limpiar el polvo del salón o ayudar en la cocina, cosas que ella hacía antes con más o menos regularidad.

Habían aumentado conductas como dormir en el sofá viendo la tele, pasar horas hablando por el móvil o haciendo que estudiaba cuando la acorralaban un poco.

Comenzamos por ayudar a los padres de Elisa a **ser contundentes en la implementación de las normas fundamentales**, las que tenían que ver con esas obligaciones de casa, pocas, pero que no podía ser que hubiera dejado de cumplirlas, **incluyendo aquí un tiempo diario de estudio**, que le permitiera ponerse al día en las asignaturas pendientes, **aunque del rendimiento me encargaría yo cuando viniese a verme**.

Hay que concienciarse de que **el hecho de que no rindan o no se concentren en el estudio nunca puede ser óbice para que no se pongan a estudiar**; todo lo contrario, han de hacerlo como medida básica, para luego trabajar con ellos cómo hacerlo bien, **de lo contrario les servirá como excusa y será un círculo vicioso**.

Y también, **y de manera prioritaria, empezamos a establecer un criterio claro y fijo sobre las consecuencias que tendría el hecho de no cumplir con la vuelta a casa, o con volver bebida o con escaparse cada dos por tres**. Establecimos que implacablemente, **cuando esto ocurriera**, si era un viernes, tanto el sábado como el domingo, **los padres se situarían ante la puerta, si era necesario, para que no saliera de casa** [...].

De ninguna manera era recomendable dejarla un mes sin salir de casa, como a veces suelen querer hacer algunos padres, porque con ello se pospone el problema pero no se soluciona; en este caso, el objetivo fue que ella aprendiera a salir y cumplir las condiciones tanto de vuelta como de control de lo que hacía.

Pero además, de manera inmediata, **poder salir se condicionó tanto a mejorar los modos de tratarlos y dirigirse a ellos, como de cumplir con esas obligaciones** mencionadas anteriormente. [...]

A pesar de ello, una vez pasados esos primeros escollos necesarios, **hasta que Elisa comprobara que no había vuelta atrás** y que para salir solo había una vía, **no se dieron los primeros resultados**.

Es necesario señalar que **era tanta la necesidad que ella tenía**, no tanto de salir muchos días, sino **de quedarse hasta más tarde cuando salía**, pues gran parte de la gente con la que iba era mayor y lo hacía sin problemas, **que estuvo muy dura y durante bastante tiempo fallaba de vez en cuando**.

Fue después, **cuando yo empecé a trabajar con ella, cuando pudimos averiguar lo que la llevaba a incumplir con este aspecto** y pudimos convencerla **para que tomase decisiones que le ayudasen**, a la vez que darle directrices para ir aprendiendo a montárselo bien **y a ir mejorando con sus padres** y no al revés, como le venía ocurriendo tiempo atrás.

Es especialmente significativo como los adolescentes a través de conductas de este tipo **ardan en darse cuenta de que cada vez las cosas se les ponen peor** y que aunque aparentemente consiguen en cierta medida lo que quieren, **van acumulando dificultades** que repercuten directamente en una pérdida progresiva de calidad de sí mismos.

Un asunto sobre el que se actuó de manera radical fue sobre **el uso del teléfono móvil y el fijo por las tardes y noches en casa**.

Dado que **pasaba horas utilizándolos e incluso lo hacía hasta altas horas** en muchas ocasiones, se pusieron serios y le exigieron que lo colocara, a las once de la noche, sobre una mesa a la vista de todos, como condición indispensable para poder usarlo al día siguiente; **si no, se lo quitarían y ese día no lo usaría, sin solución hasta el siguiente**.

Igualmente, **durante un tiempo hubo de todo, desde encerrarse en la habitación y luego dormir con el móvil debajo de la almohada hasta conseguir otros móviles**, no se sabe muy bien cómo, aunque se podía intuir la procedencia, **concretamente del chico con el que estaba saliendo**.

Durante todo este tiempo **conseguimos que los padres, armados de paciencia, y aparentando tranquilidad, ejecutaran un día tras otro lo que le habían dicho**. Cuando se convenció, volvió a comprobar **que no le salía a cuenta y era mejor acceder a ello**, pues disponía de más tiempo para hablar y en mejores condiciones.

Este tipo de medidas generan reticencias iniciales por ambas partes. Para los padres supone ponerse duros en algunos aspectos, lo cual a veces les genera la sensación de estar ejerciendo de policías y les hace temer lo peor por parte de sus hijos, ante la contundencia de las consecuencias impuestas; y por parte de los hijos, no hace falta explicarlo; en cuanto empiezan a ver que no pueden salirse con la suya, empiezan a quejarse y a intentarlo con más ahínco, hasta que entienden que no hay vuelta atrás.

Pero, a la vez, estas actuaciones los ponen a cada uno en su sitio. A los padres los re fuerzan bastante, **devolviéndoles la capacidad de ejercer el control** sobre determinados aspectos sobre los que lo habían perdido. **A los hijos los regula, los tranquiliza y les elimina la sensación de tener que estar saltándose la norma para poder llevar a cabo sus planes**.

A partir de este momento empecé a ver a Elisa, **una adolescente que, como la mayoría, no quiere venir al “loquero”, como dicen algunos, pero que asumía que no le quedaba más remedio** porque sus padres, ahora, le habían transmitido que era el momento de hacerla participar activamente, para la mejora de la familia, y esto no es opcional.

Elisa es introvertida, con un físico que aparenta mayor edad que la que tiene realmente, **y una primera disposición a escuchar, más que a hablar**.

Los objetivos con ella eran claros: por un lado, **hacerla reflexionar sobre cómo estaban las cosas**, sobre cómo actuaban ya sus padres y sobre cómo **solo había un camino inteligente, que ella ya había comenzado a explorar**, que era dar pasos firmes en pro de regular esas actuaciones que no terminaban de permitirle, por ejemplo, llegar a la hora cuando salía por las noches. **Había cuestiones como las tareas de la casa, que las hacía muy bien** y hasta le gustaban y se sentía bien por el hecho de ser sus cometidos.

Sobre lo de **volver puntual cuando salía por ahí, le costaba enormemente**, pues la gran mayoría del grupo con el que iba, **podían volver tarde sin problemas y ella se dejaba llevar**.

Aquí, con la seguridad de los padres fue suficiente para que la mayoría de las veces cumpliera de manera adecuada.

La cuestión del alcohol y otras sustancias la abordamos durante cada sesión, trabajando con claridad la implicación de su consumo y estrategias para el control del impulso [...].

Asimismo, **la ayudé a mejorar su comunicación en casa**, tanto en lo que se refiere a evitar contestaciones extremas, como a aumentar la comunicación positiva, y **también la referida a las conductas de riesgo**, donde la clave de mejora tenía que ver con hablar más de ello **y que sus padres pudieran conocer más sobre su parecer ante determinadas áreas de preocupación.**

Si quería más libertad y más intimidad en ciertos temas, **era necesario que entendiera que los padres necesitan algo de información**; no toda, lógicamente, pero sí algo, **pues, en caso contrario**, como aquí, dado que ella era bastante reservada y callada, **podrían acabar imaginándose cosas y siempre, como padres que son, suponiendo lo peor.**

La información que no se tiene se complementa con la imaginación haciendo un cálculo de probabilidades, que en el caso de preocupaciones tiende a acercarse al extremo de lo peor.

Por ejemplo, **si un día había bebido y se notaba de manera evidente**, aunque ella no bebiera habitualmente, **podían pensar que lo hacía muy a menudo**, porque si no cumplía inexplicablemente con la hora de vuelta podría ser que estuviera tan mal que ni siquiera fuera consciente de que tenía que volver a casa. [...]

A Elisa seguía gustándole mucho salir, **pero cumplía con regularidad, se había vuelto a motivar por estudiar y se sentía bastante bien en general. Aquí fue significativo que ella misma pidiera para el siguiente año un cambio de colegio alejado de su ambiente.** Esto no es ni con mucho habitual, pero indicaba que **ella sabía que necesitaba un control externo que allí no se produciría.**

En estos casos, **todos los logros alcanzados han de mantenerse en el punto de mira durante bastante tiempo**, hasta que el cambio de rumbo se considere estable, y esto, con los adolescentes, **no ocurre de la noche a la mañana.**

Aunque ella experimente y manifieste las presiones propias de la edad, **los padres tienen bastante claro su cometido durante el tiempo que haga falta.** Son cambios sin vuelta atrás.

La actitud ante el alcohol y otras sustancias afines debe ser mantenida y formar parte de las conversaciones habituales y de los planteamientos a largo plazo, pues el riesgo a que están expuestos no solo comienza antes, a una edad más temprana, lo cual ya es preocupante pues les expone a ello con unos niveles de maduración escasos, sino que lo corren casi constantemente en cualquier entorno juvenil y durante unos años.