

“Recuperando la firmeza del adulto”. Aporte completo de la Lic. Claudia Messing a la nota publicada en Clarín:

¿“Resetear” los vínculos?

“Familia reforzada”: la cuarentena y la relación con nuestros hijos

https://www.clarin.com/entremujeres/hogar-y-familia/cuarentena-hijos-familia-aislamiento_0_pw_1XyfWx.html



El impacto del aislamiento en los vínculos familiares

El impacto del aislamiento en los vínculos familiares genera fuerzas contradictorias. Por un lado aparece un límite externo, absoluto que nos exige cuidarnos porque en ello nos va la vida, este límite externo opera como gran organizador. Nuestros hijos que habitualmente nos cuestionan todo, sin embargo acatan en su gran mayoría el aislamiento porque el límite está apoyado en una gran necesidad y esto es percibido y aceptado, y por lo tanto no entra en discusión.

Por otro lado se conmueven nuestros cimientos como adultos, por la gran exigencia que requiere esta adaptación, que pone a prueba todos nuestros recursos previos, de tolerancia, autocontención, nuestra capacidad para la comunicación, nuestro manejo de la angustia y la ansiedad, nuestros esquemas de convivencia y nos obliga a crecer en nuestros vínculos de pareja y con nuestros hijos. Allí donde existían fuertes bases de convivencia los vínculos se van a fortalecer más aún, pero también se ponen en evidencia todos nuestros puntos frágiles y nos obligan a dar nuevas respuestas.

Uno de los puntos que se pone totalmente en jaque en estos momentos es el modelo de autoridad con nuestros hijos. Así como debemos ser más flexibles, bajar las exigencias y manejar nuestra ansiedad, ahora más que nunca, no podemos abandonar nuestro rol de liderazgo porque tenemos la gran responsabilidad como adultos de hacernos cargo de administrar la situación y evitar que reine el caos, que desprotege y deja a los hijos a merced de sus propios impulsos.

Pero la cuestión es **qué tipo de liderazgo funciona en tiempos de “simetría del niño y joven con el adulto”**. Como hemos explicado en otras oportunidades, como se ha acabado el miedo y la distancia de anteriores modelos de crianza, hoy los niños desde que nacen nos copian como si estuvieran frente a un espejo, por lo cual quedan ubicados psíquicamente como si estuvieran en total paridad con el adulto, y eso les hace creer que su criterio es tan válido como el de sus padres desde la más temprana infancia. La conclusión es que nuestras indicaciones, pedidos y órdenes son sentidas como un fastidio, como si los desvalorizáramos en su posición de saber y entonces nos ningunean, y demoran eternamente en hacer lo que les pedimos, hasta que terminamos gritando.

Este contexto de aislamiento que pone a prueba todos nuestros recursos madurativos es también es una gran oportunidad para reconstruir nuestro modelo de autoridad sobre bases más firmes. Por eso hablamos de un **“Modelo de autoridad en dos tiempos”**, el primero de inclusión, planteo de los problemas, pedido auténtico y respetuoso de colaboración para que se sientan incluidos y respetados, para que propongan soluciones y modos de organización. Si todo esto falla, y las propuestas no se ponen en práctica pasaremos al segundo tiempo, a explicitar la necesidad de un liderazgo más directivo, pero esta vez porque ellos lo están pidiendo. Entonces propondremos nosotros las soluciones y organizaremos la situación. Y si esto tampoco funciona aplicaremos el límite más firme y contundente que una madre o un padre puede ejercer que es el **“retiro temporario del afecto”**. Donde no dejamos de hablar ni de atender a nuestros hijos pero retiramos ese suministro de amor incondicional, que habitualmente dispensamos. Ellos necesitan a veces una separación, visualizarnos como seres externos a ellos,

de carne y hueso, que podemos respetarnos a nosotros mismos. Y esto funciona con todas las edades.

Para ejemplificar, voy a narrar una situación y volcar un testimonio. En el primer caso una pareja con dos hijos pequeños, uno de tres años y otro de 18 meses. A las dos semanas de cuarentena el menor duerme con la madre y el mayor con el padre, la pareja se va distanciando, el hijo mayor quiere ser bebé y “nena”. Después de realizar una consulta deciden hablar con los dos hijitos para plantearles que mami y papi son una pareja y duermen juntos. Que los grandes duermen con los grandes y los chicos con los chicos. Al que quiere ser bebé se le dice que si esto es así, lo van a tratar como bebé y le van a poner pañales nuevamente, frente a lo cual el pequeño retrocede rápidamente. A partir de esta conversación los dos hermanitos empiezan a dormir juntos. La pareja recupera su sexualidad, y el padre que antes se dedicaba mucho al hijo menor comienza a prestar mucha mayor atención al mayor y a jugar los juegos que su hijo le plantea. La fantasía de ser nena desaparece.

La mamá de otra familia con hijos de 26, 20 14 y 11 nos hace el siguiente relato: *“Me sentía muy sobrecargada en la casa con todas las tareas del hogar y la comida, y tratar de seguir adelante con la vida en este contexto y los chicos que no están acostumbrados a trabajar en las tareas de la casa porque tenemos una persona a la que le pagamos que viene y ayuda. Entonces era todo muy “remado”, no se sostenían las pautas, había que recordarlas todo el tiempo, me sentía como arreando la situación. Entonces en un almuerzo los senté a todos y les dije que yo notaba en este contexto general, mirando un poco hacia afuera, que había dos reacciones: está la gente que piensa todo el tiempo en lo que necesita, y está la gente que piensa qué se necesita, en que se puede ayudar, como podemos colaborar en esta emergencia para salir adelante. Y que yo notaba que los que están en ese camino del egoísmo, esto los llevaba a estar cada vez más aislados y los que estaban en el camino de ayudar estaban cada vez más conectados. Y que yo entendía que es una situación difícil, que a todos nos costaba pero que íbamos a tener que madurar todos y salir de esa posición infantil de la demanda. Y entonces en ese momento el mayor hizo un comentario como medio superado, y yo ahí fui tajante y les dije: “eso sí, les aclaro las personas egoístas no me gustan, y no cuenten conmigo”. Y le corté el rostro fuertemente. Y bueno a partir de eso se dio vuelta completamente, se*

puso otra persona, mucho más colaborador, ayuda, pregunta.... porque hasta ese momento estaban todos como haciendo a reglamento, lo mínimo que se les pedía, mirando que hacía o no el otro permanentemente. Y a partir de allí se pusieron todos en una actitud de ver que se necesita y por supuesto es otra cosa la convivencia.

En el segundo ejemplo vimos que la madre venía planteando desde hace tiempo su pedido de colaboración, y la forma que les pide ayuda es con autenticidad y sensibilidad hacia ellos. Pero cuando el ninguneo continúa, la madre recupera su firmeza, su sentimiento de valor y autoestima frente a sus hijos y decide “cortarle el rostro al mayor” con total decisión y firmeza. Recién allí y ante la amenaza de perder el amor de la madre, el joven reacciona muy fuertemente. Ambos ejemplos nos muestran que los padres decidieron retomar el liderazgo en sus familias, porque cuando esto no ocurre, los adultos quedan sobrecargados, agotados y separados en sus relaciones de pareja, los hijos quedan por su lado, a merced de sus impulsos.

Es indudable que otro de los pilares fundamentales de este nuevo modelo de autoridad es **el trabajo en equipo de la pareja parental**, estén juntos o separados. Para ello se deben abandonar modelos de autoridad anteriores donde se aceptaba el maltrato de alguno de los padres. En tiempos de simetría la violencia se replica con creces por parte de los hijos. Entonces una de las mejores estrategias es valorizar la mirada de aquel que tiene mayor conexión emocional y menos descontrol para percibir lo que está ocurriendo (generalmente la madre) y el otro (generalmente el padre) debe validar esta mirada. Si esto ocurre los hijos aceptan el límite, de lo contrario si perciben la contradicción, la ambigüedad, los límites no se internalizan. Hay que romper con el mito de la descalificación de la autoridad parental y cambiarlo por el ofrecimiento y pedido de ayuda delante de los hijos, mostrando un modelo más humano y menos omnipotente.

Veamos el relato de otra madre que se decide, con la aceptación del padre a liderar el modelo de autoridad en su familia afectado por grandes contradicciones. El padre con una educación autoritaria se ponía muy obsesivo frente al orden. La madre no acordaba con la crítica permanente y padecía la situación. La hija mayor de 15 años con ataques de pánico no podía dormir sola. El hijo con grandes dificultades para el estudio y la concentración. La

madre en medio de la pandemia decide dejar de hacerse cargo de la problemática que su marido instalaba y me escribe: *“Primero tuve que ver el vínculo que habíamos construido con mi marido, de alguna manera yo lo respaldaba en su forma de establecer su orden y por otro lado lo cuestionaba. Y los chicos percibían mi ambigüedad. Desde que me liberé de su “orden” me siento bien. Empecé a liderar con mucha calma mi vida, mi vínculo con los chicos y la organización familiar. Los noto más tranquilos, más calmos. Cada día mi hija mayor va durmiendo un poco más de tiempo sola y lo intenta cada vez con más ganas y el menor se concentra mejor en su tareas..”* El aporte importantísimo del padre fue aceptar este liderazgo.

Debemos cuestionar el viejo mito autoritario de la no descalificación frente a los hijos cuando las actitudes de uno de ellos sea maltratante. Y no es suficientemente que hablemos con ellos por separado, es necesario que nuestras intervenciones protectoras sean delante de los hijos y para eso nuestra pareja debe aceptar ser ayudado.

Esto es lo que ocurrió en los dos ejemplos anteriores, donde las madres decidieron asumir su liderazgo y fueron seguidos por sus parejas.

Hoy donde los hijos son tan creativos y pueden colaborar con múltiples propuestas necesitan más que nunca que exista un liderazgo firme afectuoso, conectado emocionalmente, capaz de pedir ayuda, planteando las propias limitaciones, que confíe es su sentido común, que pueda escuchar pero que también en determinado momento pueda plantarse para modificar el rumbo.

¿Cómo influirá este período en el desarrollo del vínculo futuro con nuestros hijos? Por ejemplo, cuando sean grandes, ¿Cómo lo recordarán o les influirá en sus vidas?

Nuestros hijos se impregnan de nuestras emociones y absorben todo aquello que nosotros sentimos. Por eso lo más probable es que esto sea recordado por ellos con la misma calidad emocional que sus padres lo hayan transitado. Para algunos será recordado como el momento en que más contaron con el acompañamiento de sus padres, que pudieron hacer con ellos las cosas más divertidas y solidarias, que se pudieron acercar como nunca, otros tendrán el recuerdo de cómo se pudieron superar situaciones conflictivas, de cómo se replantearon y afianzaron los vínculos, de como se pudo mantener aún de

modo virtual el vínculo con parientes y abuelos. Otros recordarán más los momentos de tensión, de angustia, de desacuerdos de sus padres entre si y por lo tanto de mayor desamparo y soledad.

Otros hijos recordarán esta cuarentena como una bisagra, como un momento de gran cambio en sus vínculos familiares, porque pudieron en esta situación de aislamiento aprender a confiar nuevamente en sus padres, porque los sintieron firmes, contenedores y cercanos, capaces de ser los capitanes que este barco necesitaba en medio de la tormenta.

Claudia Messing es Psicóloga, Socióloga, Presidenta de la Sociedad de Terapia Familiar, autora de cuatro libros entre ellos: *“Como sienten y piensan los niños hoy”* y *“Por qué es tan difícil ser padres hoy”*, ambos de editorial Noveduc.

Home Page: www.claudiamessing.com