

Comunicación en familia - 2a parte

Facilitar la confianza

Por Fernando de la Puente

Revista Padres y Maestros, No. 263, octubre 2001



En la charla anterior (PyM nº 262, septiembre 2001) hemos comenzado a analizar algunas expresiones y respuestas nuestras que dificultan el acercamiento confiado de los hijos. Pero hay más; existen ciertos comportamientos y esquemas de motivación que se relacionan muy estrechamente con la apertura confiada. Veamos algunos de ellos.

Actuaciones relacionadas con la confianza

a) Es muy importante saber **guardar el secreto "profesional"** por parte de los padres. Un hijo/a nos dice una cosa y la comunicamos tranquilamente a otras personas (familiares, educadores...) O se nos escapa decir algo en

público, ante personas entrañas o ante el resto de los hermanos. Hay cosas que mi hijo/a me dice a mí o se las dice a su madre, deseando que la comunicación se quede precisamente en mí (y no en el otro cónyuge). Si por considerarlo necesario, los padres se cuentan cosas íntimas de alguno de sus hijos, es importantísimo que esto quede en secreto.

b) Usar una **mentalidad ejecutiva** (tratar al niño como objeto). La utilizamos cuando el niño tiene un problema y le tratamos como un objeto, es decir, nos ponemos a hablar sobre él con el tutor o con la pareja; le diagnosticamos (*a este niñola le pasa esto, y necesita tal cosa*); tomamos decisiones y luego se las comunicamos. Estamos decidiendo por él sin contar con él, sin oír su voz. Es una mentalidad ejecutiva, como si el niño fuera un objeto. Le estoy transmitiendo de mil maneras que no le escucho, ni cuento con él; lo cual va bloqueando poco a poco la confianza, *si todo me lo dan hecho para qué hablar*.

c) **Guardar silencio sobre temas humanos**, es decir, callarse. Por ejemplo, salen problemas morales en la televisión, en los periódicos o en la calle; el niño pregunta o me mira y yo me callo. Los niños y adolescentes esperan nuestra palabra como padres y educadores sobre valores humanos, pero nosotros guardamos silencio, disimulamos, cambiamos la mirada o cambiamos la conversación. Estas actitudes transmiten el mensaje de que no me quiero "mojar" en temas difíciles, que no me gusta hablar sobre aspectos vitales para ellos. El diálogo se desvía de lo importante y se desliza lentamente hacia lo trivial y tópico, *si mis padres no me hablan sobre cosas interesantes y difíciles, ¿cómo puedo confiar en ellos mis problemas?*

d) **La intolerancia o el miedo ante sus opiniones.** A veces nos da miedo o no podemos admitir que piensen de manera diferente de la nuestra, porque sentimos que atacan o ridiculizan nuestras convicciones más queridas. Por eso entramos enseguida en una dialéctica tensa que termina en la descalificación personal. Recuerdo por el contrario que una madre decía que hablaba mucho mejor con los hijos de su vecina que con los suyos propios, *porque estoy relajada y no me asusto; y ellos me cuentan sus ideas, precisamente porque estoy sin miedo; de esta manera me puedo enterar de lo que piensan y puedo influirles.*

e) **La ironía y las ridiculizaciones.** Muchas veces son muy sutiles o de guante blanco. Pero ellos lo vivencian como humillación. Con las bromas levantamos barreras de incomunicación, creamos "odios" y sentimientos de culpabilidad. Pues bien, ellos se "vengan" con el silencio. Rompemos la comunicación con el educador que nos ridiculiza en público. Lo mismo sucede con los padres. Cuanto más cerca estamos efectivamente del miro, mayor efecto motivo produce la ironía sobre la identificación afectiva y la confianza.

f) Acentuar lo negativo, sus defectos, **la censura constante.** Echar en cara los fallos a todas horas, en la comida, en infinitos sermones, en la cena... esto cansa y "quema" las ganas de hablar. ¿Cómo les va a apetecer charlar con nosotros? Perciben que tenemos una expectativa negativa sobre ellos y esto no les anima precisamente a dialogar.



Actitudes de fondo

Además de estas seis actuaciones o criterios, existen también "temas de fondo", modos de ser y de estar que explican por qué ciertos padres, aun sin utilizar muchas técnicas de diálogo, son capaces de crear una atmósfera de apertura y confianza en la que es fácil hablar.

Nuestra sensibilidad

Todos los niños y adolescentes, incluso los no conflictivos ni difíciles, tienen imágenes y sentimientos negativos de sí mismo, tienen "zonas sensibles": *soy torpe para el deporte; no discuro bien; no leo bien; no me expreso, me bloqueo; no soy simpático; soy miedoso y cobarde; no quiero bastante a mis padres; soy egoísta, etc.* O bien son secretos reprimidos, consciente o inconscientemente que no logran manifestar.

Si actuamos con falta de sensibilidad, no sólo herimos sino que hundimos más esos contenidos e impedimos que salgan a flote. Muchas veces quieren saber si les queríamos igual si supiéramos que ellos son así; y andan ocultando o disimulando su problema. Otras veces, por sus preguntas o narraciones de cosas que le han pasado a "otros niños", ponen a prueba nuestra sensibilidad y nuestra capacidad de comprensión.

No olvidemos que los adultos también tenemos "zonas sensibles", sufrimos o saltamos agresivamente cuando la alusión inoportuna toca alguna de esas zonas. De este modo hemos tenido a muchas personas "fichadas" y rechazadas durante meses y años, por un

primer encuentro en que nos hirió quizás sin pretenderlo. ¿Por qué un niño no va a poder reaccionar así como nosotros?

Para crecer en sensibilidad es muy importante saber mirar y observar. Observamos el cielo, las plantas, los animales, todo aquello que nos interesa personal o profesionalmente. Sin embargo, no observamos a los niños o nos hemos cansado ya de ello. Les mirábamos cuando nos hacían gracia de pequeños, cuando comenzaban a andar, hablar, montar en bicicleta, etc. Cuando van creciendo y ya no nos hacen tanta gracia les dejamos de mirar. Y es cuando más necesitan nuestra mirada. Incluso hay padres e hijos que ya no se pueden mirar a la cara. Bertrán Quera decía que *estamos perdiendo la capacidad de mirar empáticamente*. Y esto nos impide crecer en sensibilidad.

Mínimamente actualizados

Muchos adolescentes han decidido que no hablan con nosotros porque no tenemos ni idea de la vida actual, que estamos anticuados y no les podemos comprender. Se hizo una encuesta entre los adolescentes para saber qué significaba para ellos que sus padres "estaban anticuados"; nos dijeron que *se meten con mi peinado, vestido, calzado, adornos, no me dejan hablar a mi estilo; tienen miedo a todo; se meten con mis amistades; etc.* Naturalmente habrá que poner límites pero hay padres que se enteran de qué va la vida de los jóvenes, sus gustos, sus "razones" y reacciones, de modo que saben distinguir lo positivo, lo inocuo y lo intolerable.

Ilusión desde el realismo

De hecho muchos niños/as sienten que sus padres no tienen ilusión por ellos, aunque les dicen que les quieren y de hecho se preocupan de su salud, sus estudios y su tiempo libre. Pero es verdad que puede existir una falta de auténtica ilusión por un hijo/a concreto, cuando solíamos demasiado sobre él/ella, marcándoles un nivel que no es el suyo, quizás porque proyectamos sobre ellos nuestras frustraciones históricas (que llegue a donde yo no llegué); o sencillamente nuestras ambiciones humanas, de prestigio y de éxito, de acuerdo con ciertos estilos y niveles familiares. No les queremos en el nivel de vida que ellos van escogiendo libremente o por condicionamientos vitales; y por lo tanto no situamos el diálogo en ese nivel.

La difícil coherencia

Pablo VI formuló la famosa frase de que los jóvenes ya no escuchan a los maestros sino a los testigos. No les interesan los sermones sino la coherencia de valores. Hablarnos excesivamente y les motivamos a que sean trabajadores (pero nosotros dejamos sin hacer lo que nos molesta, porque no tenemos ganas); que sean ordenados (y nosotros andamos como locos, estresados, sin tiempo); que sean austeros (y nosotros no controlamos los gastos superfluos); que sean respetuosos (pero ven y oyen nuestras continuas faltas de respeto en la pareja). Al cabo de unos años, resulta que no saben por qué, pero no les convencemos.

Verdaderamente es casi imposible ser coherentes en todo, pero si tiramos la toalla de la coherencia ética, perdemos la autoridad moral y por lo tanto la capacidad de inspirar una mínima confianza. No es necesario que nos vean perfectos pero sí que nos vean

esforzándonos por clarificar y asumir valores, buscando el sentido de la vida, incluida la dimensión trascendente.



Alguien en quien confiar

Merece la pena reflexionar e intentar mejorar todos estos comportamientos, criterios y actitudes que facilitan el diálogo. En el proceso constructivo de sí mismos, los niños y adolescentes se encuentran muchas veces perdidos y desorientados sin saber por dónde caminar. Por ello necesitan contar con alguien en quien confiar, que les ayude a descubrir lo que realmente son, lo que buscan y les conviene.

Manuel Iceta en su libro "Comprenderse y decidir" define las características de la persona en quien se puede confiar. En positivo dice que es alguien que:

- te conoce y te escucha,
- tiene una cierta experiencia y desde ella puede ayudarte,
- no te deja engañarte con falsas razones,
- te exige de acuerdo con tus posibilidades,
- te da una luz para que tú mismo puedas decidir,
- te deja ser,
- te echa una mano cuando estás muy bajo.

En realidad esto es lo que nosotros mismos buscábamos cuando éramos jóvenes. Si recordamos alguna persona que en su día nos inspiró confianza, ¿no eran éstas sus características y su modo de actuar con nosotros? En el fondo tales personas tienen una filosofía positiva y optimista sobre el ser humano. Creen que las personas tienen la capacidad de crecer, de madurar y ser felices, lo cual es el verdadero objetivo de la educación. Ya dijimos en alguna ocasión que ser rico, guapo, arquitecto o diplomático brillante no siempre es posible; y a veces tampoco es posible ser un médico o un abogado corriente. Pero ser persona siempre es posible y por lo tanto, vivir en paz consigo mismo y con los demás. Todo individuo posee la capacidad de ser persona. Éste es el nivel en que hay que situar la comunicación, el diálogo y toda la acción educativa.

El clima afectivo

Todo lo dicho anteriormente son condiciones del clima afectivo, que es el caldo de cultivo de la comunicación. Se educa lo que se recibe efectivamente. En la familia cuando se quiere a las personas como son, se desencadena un proceso de influencia personal, transmisión de valores. El diálogo se convierte en una amistosa persuasión. La aceptación afectiva facilita la empatía, el ponerse en el lugar del otro sin desencadenar dialécticas de vencer y convencer. Este clima supone también la creación de un ambiente atractivo y cordial. Las familias frías y distantes, pesimistas o aburridas,

donde hay poca alegría y fiesta, no propician este clima de satisfacción, de estar a gusto unos con otros, necesario para la confianza e influencia personal.

En resumen, hemos visto que las condiciones que facilitan la confianza no son meras técnicas o reglas que podemos adoptar más o menos tácticamente. Se trata de actitudes profundas de apertura, aceptación, respeto, cordialidad. Se trata de una sensibilidad que sabe captar las zonas irritables de la persona. Y una sensibilidad ética que trata de luchar continuamente por la propia coherencia. Prepararse para el diálogo es algo que nos implica como personas y que por lo tanto nos ayuda a crecer y madurar responsablemente.

En la próxima charla trataremos de completar estas actitudes con unas reflexiones acerca de cómo y cuándo utilizar el diálogo-conversación, para adentrarnos después en los tipos de respuesta que afloran en toda comunicación humana, cuando se pretende el consejo y la orientación educativa.

Analizando el clima de confianza

Piensa en el hijo/a con quien tienes más dificultades para comunicarte. ¿Cuáles pueden ser las causas de esta falta de comunicación y confianza? ¿cómo me ve o qué imagen le transmito? ¿cree que sé guardar secretos? ¿le dejo expresarse sin alarmarle, interrumpirle o sentirme amenazado por sus opiniones o expresiones?

Si tiene más confianza con el otro cónyuge, ¿por qué es? ¿es sólo porque es hombre o mujer? ¿o es porque se sitúa de otro modo ante el diálogo, no le trata como objeto, tiene más sensibilidad ante sus defectos o inferioridades, etc.?

Respecto al clima familiar, ¿es un clima afectivo agradable donde hay espacios para la distensión y alegría? ¿O predomina la tensión, la frialdad y la distancia? ¿por qué?

Metodología

a) Cinco minutos de reflexión individual, en silencio, sobre una de las preguntas elegidas por el grupo o a sugerencia del Conductor.

b) Cinco o siete minutos de diálogo con la persona que está a mi lado en la reunión, comentando lo que hemos reflexionado individualmente.

c) Treinta o cuarenta minutos de diálogo general, en el que el Moderador o Conductor del grupo invita a cada uno a decir lo que ha pensado sobre dicha pregunta. Cuando se ha agotado este primer turno de intervenciones, el Conductor invita a una segunda intervención. A continuación trata de centrar el debate en algún aspecto, profundizando en él con razones a favor y en contra, ventajas o desventajas, aportaciones de experiencias, etc.

d) Finalmente el Conductor trata de hacer un breve resumen de lo más importante allí tratado, para entregarlo al conferenciante o responsable de la Escuela de Padres. En dicho informe aparecerá también alguna cuestión que el grupo desea aclarar.

(Como es sabido, de acuerdo con la metodología de esta Escuela de Padres, es importante que el conferenciante o responsable de la Escuela de Padres estudie estos informes y responda a ellos o los tenga en cuenta para elaborar la charla de la sesión siguiente).