

EL CASO DE CHARO

Cuando Charo, la madre de Guillermo, vino por primera vez a verme, la causa de su intensa preocupación y de su desesperación consistía en que consideraba que su hijo presentaba algún problema de adicción temprana a los juegos –más concretamente, a los de ordenador–, ya que, si se lo permitía, podía pasarse horas y horas seguidas jugando, y si no se lo permitía, sus reacciones eran terribles.

En esta dinámica se encontraban desde hacía ya algún tiempo, y el problema, lejos de haberse solucionado, a pesar de los intentos previos que había hecho, iba en aumento.

La demanda que ella me planteaba era claramente esta y **no había ninguna referencia en principio a que perdiera el control o a que no se sintiera capaz de solucionarlo**, ni nada por el estilo, sino que estas cuestiones y otras que puedan ser relevantes pueden empezar a aparecer **siempre a través de los primeros registros de conducta** que nos hacen los padres durante las primeras sesiones.

Y esto es precisamente lo que da sentido a una herramienta **tan poderosa como esta para ayudar a las familias en la intervención de los problemas en casa**, porque a través de ella **descubrimos las variables que influyen en las diferentes problemáticas**.

En el caso que nos ocupa, **esas primeras observaciones ponían de manifiesto ciertos aspectos evidentes**; por ejemplo, cuando Guillermo jugaba y se pasaba en el tiempo más de la cuenta, **Charo se enfurecía y descargaba sobre él su ira**, insistiéndole en que tenía un problema, que no era normal, y, en muchas ocasiones, **sacando a colación temas que no venían a cuento, pero también relacionados con cosas que hacía mal**, como que no estudiaba lo suficiente, que contestaba mal a sus padres o que tenía la habitación hecha un desastre.

Se observaba que Guillermo, en estas situaciones, **lejos de acabar admitiendo que tenía un problema, insistía más en su postura de que siempre le estaban observando y no le dejaban en paz**, que parecía que hacía todo mal y que **la que tenía un problema era precisamente su madre, que se desquiciaba**.

Esto es algo muy habitual cuando los padres suelen estar saturados y pierden el control. **En esas situaciones, a menudo sus hijos se lo recriminan diciéndoles cosas como las siguientes:**

“Tú sí que tienes un problema”.

“Estás loca; tú eres la que necesita ir al Psicólogo”.

Como, además, **ven con claridad que ello tiene efecto**, es decir, que los padres se lo toman muy mal y se ofenden, **incluso, a partir de ese momento lo utilizan preferentemente como un arma más**.

En casos como este, con niños pequeños, preadolescentes o adolescentes ya en muchos casos, sabemos que **trabajar esas adicciones o excesos en el uso de juegos va a requerir un buen control externo de sus conductas** porque, de lo contrario, los críos tenderán a **dejarse llevar por aquellas poderosas herramientas que les encandilan y les hacen sentirse muchas veces los mejores**.

Guillermo era un niño, como pude ver más adelante, que les daba muchas vueltas a las cosas, sobre todo a las que tenían que ver con cuestiones donde él no se veía **suficientemente bueno, suficientemente popular, suficientemente buen estudiante...**

Siempre hay algo, en estas edades, en lo que los chicos no se ven lo suficientemente buenos o competentes, y esto les importa mucho.

Pues bien, Guillermo descubrió que **cuando estaba enganchado al ordenador se sentía fantásticamente y se le olvidaban todas sus penas**, por lo que era impensable que por sí solo dejara de dedicarse a **esa actividad que para él estaba cumpliendo una función tan gratificante**, aunque luego le provocase otros problemas; eso él no lo iba a tener en cuenta aún.

Aquí es donde su madre, que estaba muy pendiente, presentía los problemas futuros que esto le podía reportar y **se decidió a dar el paso de buscar ayuda**.

De esta manera, Charo empezó a ver en los registros que **si no empezábamos a ejercer ese control externo con eficacia, el problema no haría sino empeorar**, como lo venía haciendo en los últimos tiempos.

Y es en ese punto donde **empezamos a desmontar la idea de que ella no podía hacer nada ya por la adicción de su hijo**, ni por los malos modales de este, ni, en definitiva, por que Guillermo **se sintiese a gusto y feliz**, cuestión, por cierto, que le preocupaba mucho a Charo y la hundía aún más.

Por tanto, el objetivo primero fue **devolverle la capacidad de sentirse eficaz y capaz de hacer mucho en el asunto**. Lo primero, pues, que trabajamos ella y yo fue el adecuado manejo de su **autocontrol emocional** para que, por un lado, en esas situaciones problemáticas que se daban cuando Guillermo estaba en el ordenador, ella, **más que desbordarse y gritarle, se dedicara a cumplir aquello que le había advertido** y es que se lo apagaría si no había respetado el horario y que **no jugaría al día siguiente**.

Esto se complicó un poco porque él estaba tan empecinado **que la pauta no funcionaba**, ya que cada día prácticamente era la misma lucha, así que Charo **tuvo que ser más contundente y, durante algún tiempo, quitarle completamente la posibilidad de jugar ni un solo rato**.

Fue el manejo que Charo empezó a tener de sus emociones lo que **le permitió afrontar el miedo que tenía a las reacciones de Guillermo al quitarle el ordenador**. Por fin, y bastante pronto, **empezó a sentirse eficaz en el control externo de la problemática**, y, además de hacerlo bien, empezó a creérselo.

Charo no solamente consiguió esto, sino que **fue capaz de mantenerse firme ante otros conflictos cotidianos con su hijo**, y de estar por encima de sus provocaciones **mostrando una entereza y una fuerza que ayudó mucho a que Guillermo se regulara**; por ejemplo, **cambió drásticamente en la manera de tratar a su madre**, porque, primero, observó que **ya no conseguía ofenderla** y, por otro lado, se dio cuenta de que **ella siempre le sancionaba, y se mantenía firme, por lo que el único que perdía era él**.

No menospreciemos la capacidad de los niños para poner a prueba a los adultos; si ven que estos son vulnerables, débiles, o perciben que se sienten así, lo explotarán e intentarán sacar partido de ello, poniéndolos a prueba a menudo; en cambio, si perciben en los adultos firmeza, seguridad y sensación de eficacia, tienden a autorregularse.

En las condiciones que habíamos alcanzado, comenzar a trabajar con Guillermo, **empezar a abordar esa demanda que Charo nos hacía el primer día que vino a verme fue realmente fácil** porque, aunque también tuvimos que trabajar **el control del impulso del chico**, ya teníamos asegurado el control externo, que sabemos que al principio nos garantiza que **cuando él no pueda o no quiera corregir una conducta, alguien lo inducirá a ello**; en este caso, Charo, que lo hacía ya francamente bien.

Volver a creerse competente, recobrar sensaciones positivas de la propia actuación, **sentirse equilibrada emocionalmente**, ser capaz de no entrar en el juego de la provocación verbal que Guillermo había ejercido, **mantenerse firme en ejecutar las medidas a que él se hacía acreedor**, recobrar la entereza **a pesar de que Guillermo a veces intentaba engañarla**, fueron algunos de sus logros conseguidos por Charo y la clave de su éxito.