

EL CASO DE FÁTIMA Y FELIPE

Fátima y Felipe eran una pareja joven; llevaban cinco años conviviendo y tenían un hijo de apenas ocho meses.

Ambos trabajaban muy duro fuera de casa, se dedicaban a la consultoría y tenían horarios muy extensos.

La llegada del bebé había supuesto una revolución en sus vidas; especialmente para Fátima, quien se encontraba agotada, insatisfecha y frustrada. Desde hacía meses se sentía profundamente infeliz, y pensaba que Felipe era el principal responsable.

Los dos estaban muy agobiados con la situación. Hasta el nacimiento del niño eran una pareja feliz, **aunque echaban en falta poder tener algo de tiempo para ellos mismos.** Salvo los fines de semana, **los días de diario solo se veían a partir de las 8.30 o las 9 de la noche.**

Ahora todo había cambiado. Ambos estaban **más crispados, más tensos,** saltaban a la mínima, **y Fátima especialmente se sentía desolada e incomprendida;** tenía un sentimiento muy fuerte de no ser una buena madre, **y no podía entender cómo a Felipe no le pasaba algo parecido.**

Los dos apenas veían al niño, y cuando llegaban por la noche el pequeño ya estaba muy cansado y con ganas de dormir. En realidad, **el bebé parecía tener más cercanía con la persona que lo cuidaba que con ellos.**

Fátima sentía que Felipe no estaba a la altura de las circunstancias; él le decía que no exagerase, que a él también le gustaría estar más tiempo con el niño, pero **que a muchas parejas les pasaba algo parecido** y que, en última instancia, **si alguien tenía que cambiar de trabajo, desde luego sería ella.**

Fátima nos confesó que Felipe se “le había venido abajo” desde que el niño nació; **que ella no pensaba que fuera tan insensible,** tan poco maduro y tan irresponsable.

No podía comprender que para él lo más importante continuase siendo su trabajo:

“Parece que vive en otro planeta, no se da cuenta de que estoy agotada, que me siento muy infeliz y que necesito que afrontemos esta situación juntos; si algo tiene que cambiar será para los dos, ¿o es que el niño ha sido un capricho mío?”.

Por su parte, **Felipe se sentía desbordado e injustamente atacado:**

“Cuando llego a casa solo oigo reproches y veo malas caras. Todos los días se repite la misma historia: que así no podemos seguir, que el niño cada día nos extraña

más, [...] que no tengo sensibilidad... ¡Qué quiere que haga yo!, ¡no es tan fácil conseguir un buen trabajo!; [...] lo que pasa es que está histérica desde que nació el niño [...].

“Los días de diario son malos –continuó–, pero casi temo más los fines de semana. Todo tiene que girar en torno al niño, [...] no puedo tener un segundo libre, porque entonces soy un egoísta, un insensible... ¡No creo yo que todo el mundo lo pase tan mal y lo haga tan complicado, porque entonces nadie tendría niños!”.

La situación empeoró aún más cuando **el pequeño empezó a tener molestias en los oídos**, y [...] **lloraba por las noches**.

Fátima montó en cólera al ver que Felipe “se hacía el dormido” para no levantarse, y le tocaba a ella pasarse la mitad de la noche con el niño en vela.

La siguiente vez que vino a consulta estaba decidida a terminar con todo:

“Hasta aquí hemos llegado –dijo–, ya no necesito más pruebas; Felipe es el ser más egoísta que he conocido nunca; le da igual que su hijo esté malo, que llore o grite por las noches, que yo me arrastre por el suelo, él sigue durmiendo como si nada fuera con él; si todo me lo voy a tener que chupar yo, y esto es lo que me espera, prefiero terminar cuanto antes”.

Ante este tipo de situaciones, los psicólogos debemos emplearnos a fondo, pues todos los elementos parecen conjurarse en contra de la pareja.

Cuando Fátima nos contaba lo que había pasado esa semana, en que el niño estaba enfermo de los oídos, **por primera vez desde que empezamos el tratamiento la interrumpí**, y lo hice para adelantarme a todas sus quejas, **y para exponer con sumo detalle la situación que ella había vivido:**

“Entonces –le dije– el niño estaba muy inquieto porque le dolían los oídos [...], con lo cual supongo que habría pasado el día muy molesto, ¿verdad?”.

“Sí –respondió Fátima–, cuando llegamos no paraba de llorar, apenas había comido nada en todo el día y nos costó mucho que se durmiera”.

“Perfecto –continué–; me imagino la nohcecita que vendría después, seguro que no paraba de dar vueltas y de llorar y gimotear y, por supuesto –enfaticé–, ¡Felipe [...] seguía durmiendo tan feliz!”.

“Así fue” –aseveró con fuerza Fátima.

Después de un largo silencio por mi parte, lo suficiente **para conseguir toda la atención y expectación de Fátima**, continué, enfatizando esta vez al máximo mis palabras:

“Bien, Fátima, si te preguntara si los niños pequeños sienten y piensan como los adultos, ¿qué me dirías? Entonces –continué–, ¿por qué no le pides a un niño que reaccione como un adulto, y, sin embargo, le pides a un hombre que reaccione como una mujer?”.

Ante su sorpresa, **proseguí, pero con un tono más dulce:**

“Fátima, me temo que nunca te han dicho que los hombres son menos sensibles a los sonidos agudos que las mujeres [...]. Los hombres no es que se hagan los sordos cuando duermen; sencillamente, les cuesta mucho oír el llanto de los niños, y, aunque te parezca mentira, ¡no se enteran!”.

“Lo que me faltaba –saltó Fátima–, ahora va a resultar que son unos pobres angelitos”.

“No, Fátima, simplemente son hombres, y durante millones de años quien ha estado a cargo de los niños hemos sido las mujeres [...] y por mucho que ellos quieran, les resulta imposible, de repente, que su naturaleza evolucione en unas cuantas décadas, el equivalente a millones de años.

”Hay cosas que tenemos muy claras; por ejemplo, no les pedimos que den de mamar, porque sabemos que no pueden; de la misma forma que, por mucho que nosotras nos esforcemos, difícilmente vamos a correr más deprisa que ellos, o vamos a conseguir levantar más peso. Pues va siendo hora de que sepamos que hay cosas para las que ellos están biológicamente más preparados, y otras donde nosotras les llevamos ventaja. [...]

”Fátima, hay rasgos externos muy visibles que demuestran las grandes diferencias entre un hombre y una mujer; pues de la misma forma hay rasgos internos que no se ven con la misma nitidez, pero están ahí, y lo peor que podemos hacer es seguir ignorándolos. Tú decides, puedes pasarte la vida quejándote y buscando un hombre que tenga la misma sensibilidad que una mujer, [...] o, por el contrario, podemos estudiar en qué nos parecemos y en qué nos diferenciamos, y así será más sencillo encontrar acuerdos razonables”.

A continuación, **cuando aún no había salido de su asombro, aproveché y le dije:**

“Ahora cogemos una hoja y apuntaremos todas las cosas que te hacen feliz. [...] Por ejemplo, ¿quién tiene la culpa de que no termines de trabajar antes de las ocho de la noche?, ¿es Felipe?, ¿quién es el responsable de que sientas que no estás siendo una buena madre?, ¿también es Felipe?, cuando el niño está enfermo y te sientes feliz al verlo sufrir, ¿también tiene la culpa Felipe de su enfermedad?”.

Poco a poco, Fátima **dejó de mirarme con sorpresa**, y pasó de la indignación a la tristeza, de la ira al llanto, de la rabia a la impotencia. **En esos momentos le dije:**

“¡Ánimo, Fátima, por encima de todo los dos os queréis mucho, y si remáis en el mismo sentido, conseguiréis llegar a la orilla que os proponáis! [...] Sin pretenderlo, le estás haciendo responsable de todos tus males, de todas tus insatisfacciones y de toda tu infelicidad, y es lógico que lo hayas hecho, pues es la persona [...] en la que has depositado tu amor y tu confianza, pero eso no significa que tenga la llave para resolver cualquier situación [...].

”Criticándole continuamente solo conseguirás que ambos os sintáis mal, y que os encontréis en un callejón sin salida; ¿qué tal si el viernes, cuando acostéis al niño, y a pesar del cansancio que tengáis, os vais a bailar los dos juntos?”.

Ante su cara de sorpresa, añadí: *“¿Tú crees que bailar –a ambos les encantaba– es un peligro para vuestra relación? ¿Verdad que no?”.*

”Entonces ahora vamos a confeccionar otra lista, y en ella pondremos todo lo que os gusta, o al menos os gustaba hacer juntos; después haremos otras listas, donde escribiréis cuáles son las cosas que queréis que cambien en vuestras vidas, en estos momentos.

”Pero tiempo al tiempo; de momento, esta noche, si el niño llora y tú te sientes muy agotada, despertarás suavemente a Felipe y le dirás algo parecido a: ‘¡Cariño, sé que estás derrotado, pero a mí no me quedan fuerzas para coger al niño, se me caería al suelo; por favor, seguro que consigues calmarle, te quiero, mi vida!’”.

Ante la sonrisa esta vez de Fátima, le pregunté:

“¿Tú crees que Felipe responderá con un gruñido, o se levantará sorprendido y hasta con buen ánimo?”.

Esta sesión fue muy dura, **pero nos permitió a partir de ahí trabajar a fondo con los dos; los reproches dejaron sitio a las sugerencias positivas**, ambos acordaron empezar a buscar trabajos que les permitieran tener tiempo libre, [...] alcanzaron un acuerdo sobre el nuevo reparto de tareas y responsabilidades, aprendieron a disfrutar del niño **y, sobre todo, volvieron a sentirse felices de estar juntos.**

En la última sesión ambos se mostraban muy positivos y estaban convencidos de que esta crisis había sido una prueba muy dura para su relación, pero coincidían en que al final la habían superado con sobresaliente.

Fátima y Felipe aprendieron:

1. Que cada uno es responsable de su felicidad, **pero será más fácil conseguirla si los dos miembros de la pareja se coordinan y forman un buen equipo.**
2. Que pueden optar **por potenciar sus habilidades, o por pedirse imposibles.**
3. Que las mujeres y los hombres pueden y deben **complementarse en el cuidado de los hijos**, y lo harán no a pesar de sus diferencias, sino **gracias a la riqueza que entrañan sus singulares características.**
4. Que **los niños no destruyen relaciones que funcionaban bien**, pero sí **exigen bastantes cambios**, mucha generosidad [...] y adaptación, **para que todos alcancen un buen equilibrio.**
5. Que **las situaciones más desesperantes encierran grandes oportunidades**, pues nos impulsan a tomar decisiones que luego serán vitales.
6. Que **el inconformismo bien encauzado constituye una excelente ayuda para no resignarse** y superar situaciones injustas o poco humanas.
7. Que **el trabajo no nos puede robar nuestra vida.**