

# EL CASO DE MIRIAM



ALAVAREYES  
CENTRO DE PSICOLOGÍA

(Extraído de Ángel Peralbo:  
*El adolescente indomable. La Esfera de los Libros, Madrid, 2009*)

ADOLESCENTES DIFÍCILES. MALOS MODOS Y PALABRAS SOECES

*Miriam era hija única. Cursaba segundo de ESO y sus resultados, aún sin estar a la altura de lo que esperaban de ella, en particular su madre, estaban en la media, y en algunas asignaturas incluso por encima, aunque en otras, que no le interesaban mucho, los resultados eran más pobres.*

*Era muy inquieta, curiosa y muy perseverante cuando quería conseguir algo. Recordaban sus padres que se ponía muy pesada y era capaz de estar repitiendo algo todo un día e incluso más.*

*Cuando los padres vinieron a vernos por primera vez, lo que nos solicitaban era ayuda para entender y atajar qué es lo que estaba precipitando esos comportamientos extremos dentro de casa, que habían aumentado considerablemente durante los últimos meses y que les hacía replantearse constantemente su labor como padres, además de la preocupación por el futuro de su hija.*

*Los padres de Miriam estaban ya verdaderamente hartos de tener que aguantar sus malas caras, sus malas palabras y sus malos modos en general, pero sobre todo cuando se trataba de algo que a ella no le parecía adecuado o sencillamente que no le gustaba.*

*Antes era algo que ocurría con una mínima frecuencia, pero, en la actualidad, cada vez era más habitual y se estaba convirtiendo en la manera típica de relacionarse con sus padres. Era como si hubiera decidido comunicarse ya siempre así.*

*El caso es que desde hace ya tiempo, era capaz de utilizar las dos formas para relacionarse, de tal manera que cuando estaba tranquila y contenta su tono de voz era adecuado y normal, pero en cuanto se contrariaba por algo, cosa que ocurría a menudo, lo que mostraba era lo peor de sí misma.*

Son estas unas formas que todos tenemos, las usemos o no, y que, al menos **en los primeros años, las ponemos en práctica de manera automática**, acompañando emociones de carácter más negativo. **El problema se produce cuando empieza a ser demasiado habitual y llega a acompañar a la mayoría de las conductas**, de manera que acaba por caracterizar al repertorio de comportamientos habituales del joven y resulta **una característica muy precisa a la hora de definirle**: “Siempre está igual, con una cara de perro” o “No se le puede decir nada porque enseguida salta”.

Sus padres, cuando vinieron a vernos, **ponían mucho énfasis en el aspecto chulesco** que mostraba y que, según ellos, **ponía en entredicho el respeto que entendían que se merecían como padres. Se lo habían advertido en muchas ocasiones**, incluso en otras muchas la habían castigado por ello **y nada, es más, creían que iba en aumento el uso de estas expresiones y poses.**

Pude ver, **a través de los registros** de conducta que me traían, que **no habían exagerado nada** y que Miriam, efectivamente, podía llegar a resultar muy despreciativa, **en particular con la madre.**

***Esto es algo que observo con mucha frecuencia, y es que la madre es la que peor parte se suele llevar. El estar más tiempo con los hijos, el tener que estar pendiente de normas, horarios y obligaciones de todo tipo, además de infinidad de cuestiones, las expone a desempeñar el papel más ingrato, y, en este caso en concreto, existía otro elemento que la hacía especialmente proclive, y era su tendencia, casi patológica, a sobreproteger a su hija.***

**Esto propiciaba que estuviera casi constantemente encima de ella para todo;** por ejemplo, **para que comiera bien**, porque como estaba delgada, según su madre tenía que comer más y esta era una cantinela que traía desde siempre; **para que hiciera los deberes, para que tocara el piano, para que cumpliera con sus hábitos de cuidado y limpieza,** etc.

**Miriam llevaba mucho tiempo ya tratando a su madre y también a su padre de manera despectiva,** permitiéndose una comunicación en casa **propia de alguien que tiene la seguridad de poder permitirse casi lo que quiera.** Y en cierta forma, como yo les expliqué, era así, porque si analizaban los pormenores de lo que estaba ocurriendo, **se apreciaba con claridad que era muy inteligente** y que, en definitiva, **estaba haciendo las cosas que quería hacer y en la forma en que las quería hacer.**

**Y la madre, por sus miedos e inseguridades, estaba encima de ella,** pero había elementos que nos hacían pensar que **podía perfectamente no estarlo,** lo que no es posible en otros casos donde claramente los chicos necesitan aún una guía, alguien que constantemente los supervise.

No era este caso, y así se podía ver, por ejemplo, **respecto al estudio, donde se podía ahorrar toda la supervisión,** porque, según me decía su tutor, cada día controlaban si llevaban hechos los deberes y ellos mismos establecían unas consecuencias, asociadas al hecho de no llevarlos terminados, por lo que **era innecesario que los padres lo hicieran también y más en este caso en particular, que era una chica muy avispada** y con altas capacidades para el aprendizaje.

**He de decir que en el colegio el comportamiento de Miriam era ejemplar y no reproducía ni uno solo de los comportamientos que tenía en casa.**

Con frecuencia, su madre me insistía en que **creía que el problema de su hija tenía que ver con su autoestima.** Si bien es así en muchos casos, hay que ser prudentes porque **un planteamiento como este puede llevarnos a explicaciones circulares y despistarnos a la hora de tomar por causas aspectos que pueden ser más bien consecuencias.** Así, podríamos estar ante una autoestima baja como consecuencia del resto de las características o como causa de ellas. En este caso, **el problema de la autoestima era ante todo una preocupación más de la madre.**

Pues bien, a través de la evaluación preliminar, pudimos ver como Miriam **se permitía el lujo de disponer de su madre para cargar contra ella con toda la fuerza que el momento le sugiriera,** y eran dos las situaciones típicas en las que despreciaba a su madre: una, **cuando estaba encima de ella constantemente,** lo que le daba muchas posibilidades, como ya dije, cada día, y la segunda, **cuando se aburría,** como si fuese aposta a buscarla para meterse con ella.

En el análisis de consecuencias para Miriam, cuando ocurrían conductas de este tipo, estaba muy claro que **se resumían en reiteradas advertencias y algún castigo que otro**. En raras ocasiones había algún enfado monumental por parte del padre. Algunas de las frases, habituales ya, eran: “*Dejazme en paz, joder*”, “*Imbécil*”, “*Siempre igual, bruja*”, “*Me estás jodiendo la vida*”.

Lo que hicimos de manera inmediata fue **establecer un criterio claro para distinguir dos tipos de comentarios en Miriam** y así poder actuar de manera eficaz, para minimizar ciertas palabras ofensivas y malos modos en general. Algunos eran **directos y ofensivos, y que, por ello, resultaban totalmente inaceptables**, porque no significaban únicamente que algo la contrariara, sino que **descargaba su rabia o insatisfacción sobre otra persona, casi siempre su madre** en este caso. Y otros resultaban ser más bien protestas, quejas, expresiones de sus modales **pero que no traspasaban ese límite que abordaba a la otra persona**.

Les pedí que hablasen con ella **y le advirtiesen una sola vez lo que ocurriría a partir de ese momento**, es decir, lo que pasaría cuando apareciera uno y otro tipo de respuestas. Le dirían que cuando ofendiese **no se lo iban a permitir, y siempre, sin excepción, tendría una consecuencia que directamente tuviese que ver con ella y solo con ella**, del tipo de dejar de comer si estaban comiendo, no salir, si estaba a punto de hacerlo, o marcharse del sitio donde estuviesen, si lo que estaba haciendo era algo interesante; **era una forma clara de establecer una sanción**.

Aunque a ciertas edades pueda parecer que no reconduce ciertas tendencias, en este caso era imprescindible, **para que ella pudiese observar que existía un gesto de desaprobación**, sin excepciones, que, como mínimo, le iba a resultar incómodo a ella; además, trabajé hasta la saciedad con los padres el hecho de que **ante estas circunstancias no insistieran, como de costumbre, en preguntarle por qué hablaba así, o que dejara de hacerlo, o cosas por el estilo**.

A partir de ahora, ya no debían perder el tiempo con este tipo de discurso, que estaba comprobado **que no servía para prácticamente nada**.

El segundo tipo de comportamiento, en cambio, al no ser ofensivo ni directo, lo iban a tratar de manera diferente; **iban a extinguirlo, es decir, iban a no estar pendientes de él, iban a no reforzarlo**, porque se había convertido en una estrategia más, que garantizaba a Miriam tener pendientes a sus padres, **repitiéndole una y otra vez mensajes como: “No hables así”, “Te hemos dicho mil veces que hables bien” o “Vaya formas que tienes”**.

**Dos eran las razones por las que a partir de ahora no lo harían**; una era que efectivamente se había convertido en **una estrategia que más que eliminar esta pose la sustentaba**, porque en cierta forma **le demostraba a Miriam que conseguía lo que quería**, que era provocar a sus padres, en ocasiones tan solo con miradas y gestos, sin ni siquiera necesidad de abrir la boca; otra era que **no podíamos estar constantemente sancionándola cada vez que decía algo**, pues eran demasiado frecuentes las conductas y **habríamos enrarecido el ambiente aún más, lo que no era nuestro propósito**.

*Durante algunas semanas yo me encargué de que sus padres discriminaran bien entre las respuestas que tenían que sancionar y las que, sencillamente, tenían que extinguir y no hacerles ni caso.*

**Cuando lo tuvieron dominado**, Miriam, que durante bastante tiempo había tenido prácticamente automatizadas sus respuestas y formas, ya se cuidaba mucho más y **se paraba a pensar qué decir en muchas más ocasiones**, aunque en aquellas que estaba muy enfadada, arramplaba con sus respuestas de siempre y perdía la capacidad de actuar con acierto, **pero esto ya entraba dentro de su autocontrol y lo trabajaría posteriormente conmigo**.

Si no hubiéramos conseguido que sus padres actuaran en esta línea, frente a las formas de Miriam, **nunca habríamos obtenido unos resultados satisfactorios**, ni siquiera cuando luego trabajamos directamente con ella su autocontrol, simplemente, **porque no habría habido ninguna**

**justificación para que se autocontrolara**, puesto que el hecho de que a sus padres no les guste su forma de hablar o responder, no es suficiente para cambiar ciertas conductas en la adolescencia, pero, además, porque, en parte, **lo que conseguía era precisamente lo que pretendía**.

Paralelamente, y durante algún tiempo, **el objetivo de la intervención fue conseguir que Miriam se hiciese cargo de las consecuencias de sus conductas**, pero no solo de las formas que tanto les habían preocupado, sino de todas, cuantas más mejor, **para alejar a su madre de esa tendencia a la supervisión y a la sobreprotección, que realmente a ella le facilitaba depositar siempre la última responsabilidad en sus padres**, con lo que aun tratándose de cuestiones que ella podía hacer muy bien, de manera autónoma, **ni siquiera mostraba interés en ello**.