

Medio	La Tercera
Fecha	30-06-2012
Mención	El fenómeno de la fatiga paterna. Habla Javier Romero sicólogo y sociólogo del Cisoc de la UAH.

El fenómeno de *la fatiga paterna*





¿QUÉ hacemos, entonces?”. Claudia Mery, profesora del Colegio Alemán St. Thomas Morus, se sorprendió con la pregunta.

Había llamado a los papás de un alumno de primero medio para contarles que lo veía desmotivado en clases y los papás no tenían respuestas, sino una inquietud: ¿Qué hacemos con este niño si ya agotamos todas las estrategias?

En la casa, ese adolescente se encerraba en la pieza, no compartía las actividades familiares y deambulaba por los pasillos ensimismado. Es decir, el niño en cuestión estaba en su casa perfeccionando la adolescencia mientras sus padres, a ojos de la profesora, reflejaban perfectamente lo que los psicólogos han acuñado como “fatiga paterna”. Un fenómeno que no se había registrado en las generaciones anteriores y que se da por el empoderamiento que los propios padres le entregan actualmente a sus hijos y porque la experiencia que tuvieron en sus familias de origen no les sirve para aplicarla con estos nuevos adolescentes.

Se trata de padres y madres que comienzan a reflejar el desgaste que les produce enfrentarse día a tras días a la oposición de sus hijos: adolescentes de alrededor de 14 años que dejaron atrás la básica, esa etapa escolar que los hacía niños con cotona y delantal, y pasaron a primero medio, un ciclo donde ellos quieren ser mirados y tratados como adultos.

Porque así se sienten. Y casi todo, de alguna manera, les confirma esa sensación: a partir de primero medio lo que hagan influirá en sus aspiraciones futuras; sus cuerpos acusan los cambios físicos hacia la adultez y su cerebro se encuentra en un proceso crucial que explica que estén más desafiantes.

Están en plena adolescencia. Esa etapa donde los padres dejan de ser modelos y sus pares y amigos pasan a ser sus referentes. Eso, además de ser par-

te de una generación que está siendo criada con mayor libertad para pensar por sí misma y oponerse a la mirada de los padres. Una condición que ejercen con empeño a partir de los 14.

En ese entendido, las situaciones cotidianas que generan conflicto son más de las que enfrentó cualquier padre de generaciones anteriores. A la larga, enfrentarse a un hijo o hija que hace sólo un par de años acataba tranquilamente -o, al menos, más tranquilamente- lo que se le decía y hoy se opone a casi todo, los agota. Y como no saben qué hacer, y no pueden recurrir a los referentes anteriores porque no les sirve, salen buscando ayuda a colegios y consultas de psicólogos. ¿Con qué se encuentran? Una de las recomendaciones más extendidas es que cambien de estrategia, es decir, que asuman que criaron a sus hijos para que opinaran y que a estas alturas, más que mandar, hay que negociar de forma inteligente.

Generación sin referentes

“Es frecuente encontrarse con papás así. Están preocupados y tienen ganas de actuar, pero no saben cómo porque no tienen las herramientas para este tipo de adolescentes, que no son iguales a los adolescentes de antes”, sigue Claudia Mery.

Este problema es tan corriente, dice ella, que se estima en más del 50% a los papás que acusan fatiga cuando los hijos llegan a los 14 años. De hecho, en las consultas a las que antes casi no llegaban este tipo de temas, se está viendo cada vez más este fenómeno. Y en los colegios también, hasta donde llegan citados por profesores que intentan aunar estrategias para ordenar al niño en cuestión y se topan con padres que ponen caras abatidas, se encogen de hombros y hablan de que se les acabaron los argumentos para que les hagan caso.

Lo mismo nota Rosario Pezoa, profesora de un colegio de Quinta Normal: “Uno los ve realmente afligidos. A ve-

ces, cuando los escucho, pienso que no soy la encargada de decirles qué hacer en su casa, con sus hijos. De repente te dicen ‘qué le parece si le pongo tal regla’ y a ti te puede parecer, pero no eres la persona encargada de evaluar qué reglas ponen en su casa”.

Según los especialistas y profesores, más que con una actitud de derrota, llegan con el cansancio de intentar y no lograr; y buscando que alguien les diga cómo hacerlo bien: “Bueno, y ¿qué hago?”, “qué le digo”, “cómo hago para que me obedezca”.

El problema es que cuando sus propios padres se preguntaron lo mismo, les bastó con buscar respuestas en su historia. Pero hoy, esas preguntas no encuentran respuestas imitando a generaciones anteriores. Estos padres no tienen un modelo que les sirva de guía. Así lo explica el libro *Creciendo en la era posmoderna: el niño y la familia en el estado de bienestar*, de Lars Dencik, de la U. de Roskilde, Dinamarca: la educación de los niños está en un contexto en que prácticamente todo en el día a día cambia cada vez más rápidamente y hoy muchos padres no pueden utilizar su experiencia de educación como modelo para la educación de sus propios hijos. Cuando llegan a padres tienen la sensación de que su propia educación falla a la hora de afrontar las nuevas demandas dirigidas a sus propios hijos, se lee en el libro.

Estas nuevas demandas se hacen especialmente complejas a los 14 años. ¿Por qué? Hay varias razones que lo explican. Las personas necesitan hitos para marcar el antes y el después, para hacer el quiebre, y un ritual clave en la adolescencia es el paso a la enseñanza media. “De alguna manera lo sienten como una ‘autorización’ para pasar a la siguiente etapa y ser otra persona. Un paso para ser más grandes y exigir tratos de grande. Es como posicionarse en otra etapa de la vida, pese a que los cambios psicológicos

más fuertes ocurren entre sexto y séptimo”, dice Raúl Carvajal, sicólogo de Clínica Santa María. Y el desgaste de los padres se entiende porque muchas veces siguen usando las mismas estrategias desde que los niños eran chicos, sin considerar que la mezcla entre la crianza de empoderamiento de los hijos sumada a la crisis de autoridad que los padres de esta generación experimentan, son dos factores que aunados detonan más situaciones de conflicto de las convenientes.

“Yo estoy agotada. Y a veces me siento culpable por sentir que estoy tirando la esponja. Pero hay situaciones que me superan y me cuestiono si lo hice mal”, dice Fabiola Ruiz (34), madre de Pablo (14). “Yo tenía un hijo modelo y ahora es igual a los hijos de mis amigos que se quejan como yo”, cuenta.

Su hijo, efectivamente, hoy se parece al resto. Porque está experimentando, como los demás, la maduración del cerebro. A los seis años, casi 90% del cerebro humano está desarrollado y hasta los 12, se desarrolla lo que se conoce como proliferación de la materia gris, cuando las conexiones neuronales se extienden generando rutas para conectar distintas áreas del cerebro. Es en esta etapa cuando el cerebro experimenta una especie de “refinamiento” de habilidades cognitivas o de razonamiento. Entonces, a los 14 años el cerebro se encuentra en una plena etapa de “poda cerebral”, cuando se desarrolla el 10% restante y se eliminan las conexiones que no se utilizan.

En este proceso las funciones más básicas, como las motoras y sensoriales, maduran más temprano, mientras que las zonas involucradas en el planeamiento y toma de decisiones –como la corteza prefrontal, relevante en el control de impulsos y emociones– no presentan características adultas sino hasta los 20 años de edad. Es la razón por la que cualquier motivo puede originar una pelea: su reacción está mediada por es-

tos cambios cerebrales, y reforzada por el empoderamiento.

“Mi mamá me mira como si todavía tuviera ocho años. Me abraza y me besa como si fuera chica. Me dice sobrenombres como “sofi” o “hijita” delante de mis amigas. Y los papás de mis amigos los castigan como cabros chicos”, dice Sofía (14)...Así las cosas, dicen los especialistas, lo que les queda a los padres es readecuarse.

Cuestión de ajuste

Alvaro González (34) vive a diario las consecuencias de una actitud desafiante que antes no existía. “Antes yo le decía algo y le llegaban mis palabras... Ahora le explico todo dos, tres, cuatro veces y aún así no le llegan... no me entiende”.

Este cambio de escenario en la relación con su hija lo tiene algo desencajado. “Ha sido la etapa más difícil con ella. Si no puedo ir a buscarla, por ejemplo, le duele. Me cobra todo”. Y esta rebeldía de los 14 no sólo se ve en la casa. Cecilia Jiménez (55), profesora hace 23 años de un colegio particular de Santiago, mira cómo el reloj avanza cada mañana en sólo intentar que sus alumnos de primero medio se sienten, se callen, se saquen los audífonos y guarden el celular. “Y cuando te entrevistas con los padres de esos adolescentes, algunos se encogen de hombros y dicen que no se sienten capaces de controlarlos. Entonces los niños se sienten con el derecho de hacer lo que quieran en el colegio”.

Los padres, entonces, se frustran. Pero, dicen los especialistas, es cuestión de ajustarse.

Una estrategia que ha dado resultado en la consulta de Raúl Carvajal es la ritualidad. La idea es simple: llevar al hijo a un espacio neutro –no en la casa– y establecer un rito –pasarle llaves de la casa, por ejemplo–. “Así se marca un quiebre y el paso a la adultez”, explica. Ese es un buen punto de partida para establecer cuáles son las

pautas de esta adultez y de fijar los límites: en cuáles aspectos pueden funcionar como adultos y cuáles no. Es hacer un nuevo rayado de cancha. “Es la ambigüedad la que agota a los padres”, dice Carvajal.

La crisis de los 14 años es universal. Según una encuesta realizada en Inglaterra por el TheBabyWebsite.com a dos mil padres y madres, el 65% de ellos reconoce que los 14 años es el momento más difícil de sus hijos, sobre todo con las niñas. En los niños, los padres identificaron la edad de 15 años como el momento más difícil (78%), cuando se niegan a hablar o a comprometerse con sus estudios.

Es que están en otra “parada” y tienen otros intereses. Por eso, agrega Carvajal, lo mejor es entender que de la autoridad que impone a un niño hay que pasar a la negociación.

Algo que también se ha comenzado a hacer en los colegios. Según cuenta Bernardita Aninat, subdirectora de Enseñanza Media del Colegio Sagrado Corazón-Monjas Inglesas, en ese establecimiento tomaron la iniciativa: a esa edad existe un encuentro papá-mamá-hija. “Sabemos que hay un debilitamiento de la cercanía en primero medio. La relación se hace más conflictiva, se desafía la autoridad, los límites se ponen a prueba, las cosas ya no se acatan. La convocatoria ha dado resultado. Ahí se ve la frustración de ellos (los padres) por este tema”, dice.

Lo que ocurre, explica Javier Romero, sicólogo y sociólogo del CISOC de la U. Alberto Hurtado, es que ahora los padres tienen que asumir una nueva función, que incluye ayudar a sus hijos en el desarrollo de su identidad y autonomía. Porque ellos han fomentado ese estilo de crianza: no sólo querían resultados académicos, sino que pensarán por sí mismos, que resolverán. “Por eso, hoy la autoridad tiene que ver con el respeto y el diálogo, más que con el castigo y sanción”, dice. ●

Educan a sus hijos para que piensen por sí mismos y busquen soluciones, pero cuando éstos crecen y comienzan a ejercer ese poder, llega el desgaste de los padres, que se enfrentan a un escenario que sus propios padres no vivieron: los cambios en los adolescentes y en la sociedad de hoy son mucho más veloces, y entonces los referentes dejan de ser válidos. **TEXTO: J. M. Jaque / P. Sepúlveda ILUSTRACION: Rafael Edwards**

“Es frecuente encontrarse con papás así. Están preocupados y tienen ganas de actuar, pero no saben cómo”.
CLAUDIA MERY
Profesora Colegio Alemán
Thomas Morus

“Los padres se encogen de hombros y dicen que no se sienten capaces de controlarlos”.
CECILIA JIMÉNEZ
Profesora (SS)



