

Navidad en familia

Todas las familias felices se asemejan,
Cada familia infeliz, lo es a su manera.
León Tolstói

Camilo Ramírez Garza

Fin de año. Fiestas: reuniones de trabajo, familia, amigos; intercambios, cenas, posadas. Pretextos para reunirse y convivir -¡Y con beber!- pasarla juntos. Maratón Lupe-reyes, dicen. Aunque hay quien prefiera estar a solas, así como para quien esto no es una opción, sino efecto -advertido o no- de la cosecha de sus actos.

Es el fin que se une con el principio, fin de año, cuesta de enero, ofertas de fin de año y alzas de inicio (impuestos, prediales, tenencia, etc.); tránsito y pasaje, todo en un instante: fin y comienzo, asechanza del tiempo imparable, estelas imborrables que en el recuerdo habitan, dialogan, luchan, se destiñen o se borran, cuando no permanecen.

Si bien la navidad surge como una celebración religiosa de la tradición cristiana, la Natividad de Jesús, que desplazara y sustituyera la fiesta romana del Sol invictus, Deus Sol Invictus ("El invencible Dios sol") ha



La familia, esas personas que no se eligen sino tocan, poseen al mismo tiempo los elementos para disfrutar-se o arruinar-se la existencia.

seguido una transformación por la inclusión de elementos (pino, corona, Santo Clos, osos de coca-cola, etc.) de diversas culturas, hasta convertirse en un producto de consumo más, en donde hay oferta-demanda, descuentos, rebajas, ¡Empiece a pagar hasta enero de...! Que hasta los no-creyente y ateos celebran, lo cierto es que la navidad, en su

dimensión más elemental de festividad, funge como pretexto y lazo social para hacer fiesta, -¡Y como en México eso casi no se nos da!- quizás con dos posibilidades con infinidad de matices: arruinarse la existencia o pasar un rato de convivencia agradable, o un poco de las dos, festejar haciéndose daño -hay quién solo puede dañar conviviendo,

Psicología

¡Amor apache!- ¡Cuántos dramas y viejas heridas, personales y familiares, salen a relucir en estas fechas! Y Aderezadas por el alcohol, ("El vino es para alegrar el corazón no para embriutecer la razón") algunas de ellas terminan en bailes, risas y carcajadas, cuando otras no corren con la misma suerte, cerrando en trágicos y fúnebres desenlaces. ¡Incontables serían las anécdotas!

La familia, esas personas que no se eligen sino tocan, poseen al mismo tiempo los elementos para disfrutar-se o arruinar-se la existencia, lo mismo que las fiestas, pueden ser lo mejor o lo peor, rutinarias y protocolarias reuniones "a güevo" o oportunidad de compartir "en tiempo real", haciendo no solo recuerdos, sino instantes. Para muchos las fiestas de navidad y fin de año pueden representar un tiempo

aplastante, pues, como decíamos, las heridas calan más hondo cuando se aproxima el final del año, las cosas pendientes, mientras que para otros quizás sea un tiempo de encuentro, medio a fuerza; o de descanso del trabajo o el estudio.

En la navidad hay series, series de luces, fiestas, invitados...pero si las fiestas son en serie, entonces cansan, aburren. Pues ¡no hay amor sin humor! Las cosas serias, muy formales, tradiciones convertidas en ley absoluta, terminan por aplastar el deseo, robotizar la vida, suprimiendo la experiencia. Esa podría ser otra forma de muerte en vida: querer quitarle todo riesgo y espontaneidad, entonces no hay apuesta ni experiencia pero tampoco esperanza ni anhelo.

camilormz@gmail.com
http://camiloramirez.jimdo.com

Dado el elevado número de separaciones entre parejas que se producen hoy en día, son muchos los niños afectados por esta situación. Esta situación ha dejado de ser excepcional para pasar a ser bastante habitual.

Además del shock emocional para los padres que supone una ruptura sentimental, éstos cargan con el miedo de cómo toda esa situación repercutirá en sus hijos.

Las consecuencias que sufre el hijo de padres separados estará más relacionado:

- con las desavenencias familiares previas y asociadas a la separación
- y con el papel que hacen jugar al niño en la separación más que con la propia separación.

Esto, junto con la edad y la madurez del propio niño condicionarán la forma



El hijo de padres separados

cómo esta separación influirá en su desarrollo.

POSIBLES REACCIONES DEL NIÑO

- Reacción de ansiedad, e incluso angustia, durante el conflicto y tras la separación de los padres. Suelen sentir miedo.

- Lloran a menudo y esto les tranquiliza. Hay que acompañarles en ese momento, y favorecer esa expresión del dolor que sienten.

- Insisten una y otra vez en el deseo de que los padres vuelvan a estar juntos. Hasta que no aceptan que esto no es posible, se muestran muy tristes e infelices. Acabarán aceptando que esto no es más que una fantasía.

- Algunos se acuerdan del otro progenitor, cuando el que está con ellos les regaña; y desean tanto estar con el otro, que incluso pueden llegar a pensar en escaparse de casa. Llegan a idealizar más al otro progenitor, al ausente, pues sólo recuerda los buenos ratos pasados con éste.

- Probablemente, aparezcan trastornos en el sueño y en la alimentación

COMO INFLUYE LA EDAD Y MADUREZ DEL NIÑO

- Cuanto más pequeño es el niño, dispone de menos mecanismos para elaborar lo que está pasando. En consecuencia, suelen aparecer manifestaciones de ello a través del cuerpo: molestias abdominales, vómitos, dolores de cabeza...

- Cuando el niño es algo mayor puede sentirse la causa de dicha separación



Cuando el niño es algo mayor puede sentirse la causa de dicha separación.

y, por tanto, sentir gran culpabilidad. Suelen aparecer depresiones con fases más agresivas, repercusiones en el rendimiento escolar, regresiones a edades anteriores (vuelven a surgir comportamientos anteriores, de más pequeños,...),...

- En niños ya más mayores, suele desarrollarse una hipermadurez en parte positiva, pero a la vez peligrosa que pretende sustituir al progenitor ausente.

MENSAJES CLAVES PARA RECORDAR AL NIÑO

- La decisión de separarse es exclusivamente de los padres. Ellos han tomado esta decisión porque creen que es lo mejor para todos los componentes

de la familia. Los hijos no han tenido nada que ver en esta decisión.

- Los padres no se han separado porque el niño se haya portado mal, pues otras veces lo ha hecho y no ha ocurrido así.

- Resaltar al niño cuántas personas se preocupan por él (abuelos, amigos, profesores,...) y desean que sea feliz. Por tanto, ha de borrar ese miedo que siente a ser abandonado, a quedarse sólo. Cuenta con el cariño de más personas.

- Seguirá disponiendo de ambos padres, en todos los aspectos que él precise, aunque ya no vivan juntos.

- Siempre que le preocupe algo o se sienta mal, podrá hablar con los padres; ello le hará sentirse mejor.

Trastornos del comportamiento

Se trata de las llamadas "conductas antisociales", en las que no se respetan los derechos de los demás ni las normas sociales.

Suelen ir apareciendo en el transcurso normal del desarrollo de un niño, pero en el momento en que persisten en el tiempo más allá de lo "esperable" y en un grado de intensidad "llamativo" quedará determinada la conducta como problemática.

EL NIÑO QUE MIENTE

El niño suele mentir como resultado de un sentimiento de frustración.

Hasta los 4 años, el niño suele comportarse con el fin de complacer a los padres; de ahí, que el realizar algo que se sabe no va a gustar, se omite, no se cuenta.

Es alrededor de los 6-7 años, cuando el niño ya tiene conciencia de haber mentido y se siente mal por ello, aunque no se le haya descubierto.

Razones por las que un niño suele mentir:

- por imitar a los adultos: El niño se da cuenta que los adultos mienten cuando les interesa:

- para complacer a alguien
- para no hacerle daño,... Para el niño esto se va a ir convirtiendo en algo natural, que cree poder utilizar a su conveniencia tal y como ha observado en los demás.

- por predisposición en su personalidad: encontraremos diferentes reacciones según el carácter del niño. Si es tímido o si es un niño con muchos miedos, lo que hará será negar las cosas. El niño exaltado, las exagerará. Precisarán diferente trabajo terapéutico:

- al niño tímido se le estimulará más, se hablará con él para que al "conocer"

esas cosas que le producen tanto miedo se sienta con más dominio sobre ellas.

- al niño exaltado se le intentará relajar mediante ejercicios de descarga psicomotriz o mediante alguna actividad deportiva; y se atenderá con detalle a sus fantasías, haciéndole ver que no son más que eso o que sólo una parte de éstas se ajustan verdaderamente al mundo real.

- para llamar la atención, pues se siente poco atendido: la mentira más frecuente suele ser el inventar una dolencia (se trata de algo diferente a los trastornos psicósomáticos, pues aquí el niño en realidad no sufre enfermedad alguna). Los padres deberán intentar dar al niño el afecto que reclama y dedicarle más tiempo.

- para evitar un castigo: la mayoría de las mentiras vienen producidas por este miedo. Suele responder a unos padres demasiado rígidos y moralizadores, y a un hijo con miedo de perder el amor de éstos. Es conveniente averiguar qué imagen tienen estos hijos de los padres, pues a veces es muy distinta de la que creemos.
- por vanidad o "chulería": generalmente se produce porque el niño quiere agradar a los padres, sabiendo cuánto valoran éstos las apariencias.
- por no tener la capacidad de distinguir entre lo real y lo imaginario: este caso precisa de psicoterapia, ya que este tipo de niños no tienen conciencia de que están mintiendo; significa que está anclado en fases anteriores de su desarrollo o que está perdiendo contacto con la realidad.

De acuerdo a las capacidades evolutivas del niño, es conveniente buscar la manera de enseñarle sobre la honestidad, a identificar lo real de lo imagina-

do,... y sobre todo, intentar ser un buen ejemplo.

Se felicitará siempre la veracidad de lo explicado, y una vez el niño miente, antes que reñirle, es necesario averiguar los motivos que le han llevado a mentir.

EL NIÑO QUE ROBA

El robo también suele producirse como resultado de un sentimiento de frustración.

Cuando el niño se inicia en esta conducta, fácilmente la convierte en un hábito, pasando de pequeños hurtos en casa a robos cada vez mayores.

Algunas de las causas por las que un niño, al que no le falta nada, roba son:

- por impulso, actúa sin reflexionar: desea un objeto y su egocentrismo no le deja darse cuenta de que deja a otra persona sin ese objeto.

- por culpabilidad (para que le castiguen)

- para tomar protagonismo ante compañeros,...

- para compensar el sentimiento que tiene de carencia afectiva o de abandono

- por agresividad, únicamente para perjudicar al dueño de aquel objeto, aunque después dicho objeto sea destruido o regalado.

En cuanto se observen indicios de esta conducta, los padres deben actuar, no deben dejar lo sucedido en algo ignorado. No debe culpabilizarse al niño: "malo" no es el niño, sino la acción de robar que ha realizado. Se hablará sobre lo sucedido, sobre cómo poder reparar el daño realizado y, si es posible, pedir disculpas a la persona afectada.

Según la gravedad o la persistencia de esta conducta se hará precisa la



El niño suele mentir como resultado de un sentimiento de frustración.

intervención de un psicólogo infantil

EL NIÑO AGRESIVO

Las primeras conductas consideradas realmente como agresivas aparecen entre el 2º y 3er año de vida cuando se siente frustrado por no ver cumplidos sus deseos; entonces, el niño araña, muerde, pega,...

Antes de esta edad, lo que muestra el niño es rabia, mediante pataletas y gritos.

Es a partir de los 4 años, cuando esta agresividad pasa a ser expresada verbalmente.

Esto ocurre en el desarrollo normal de todo niño. Lo que sucede es que algunos continúan mostrándose agresivos, y esto sí que se convierte en una conducta problemática. El grado de agresividad, la edad de aparición, así como su permanencia en el tiempo hará determinar la intervención de un psicólogo infantil que abarque el problema desde su globalidad.

Generalmente, tras este comportamiento hay una baja autoestima, un ser que lucha por autoafirmarse y/o la expresión de un exceso de tensión o angustia que no encuentra otra vía de escape. Para unos, la agresión es una forma de dominar al grupo y para otros es imitar lo que han visto o vivido en casa,...

Para lograr algún cambio en dicho comportamiento, habrá que incidir directamente sobre las causas que lo originan, además de educarle en el control de sí mismo.

Al hablar de agresividad nos referimos tanto a la agresividad física como a la verbal, y tanto a la autoagresividad como a la agresividad contra los demás. Tanto el comportamiento autodestructivo como el de agresividad contra los demás pueden llegar a resultar muy peligrosos; de ahí, que no deben ignorarse, ni se puede esperar a que se resuelvan por sí solos.