

. Capítulo 8 .

Familia y salud mental infantojuvenil

Cristóbal Martínez Gómez

¿Cuál es el concepto de salud mental?

Según la OMS es la capacidad del individuo para establecer relaciones armónicas con otros y para participar en las modificaciones del ambiente físico y social o de contribuir a ello de modo constructivo.

Para mí se le debe añadir a esta definición la posibilidad de disfrutar esta capacidad y ser feliz.

Más concretamente, salud mental es bienestar y felicidad.

¿Qué papel juega la familia en la salud mental de las personas?

La medicina incrementa continuamente su enfoque social y la familia como célula fundamental de la sociedad es un objetivo de trabajo esencial para el equipo de salud. Este equipo debe entonces estar dotado de las herramientas que le permitan intervenir efectivamente en la familia como sistema, como centro de su accionar y a través de los individuos que la forman.

Los factores de riesgo constituyen las crisis familiares que se pueden producir por desmembramientos, por incremento, por desorganización, por desmoralización y mixtas. Todas ellas se describirán de la forma más explícita para que le pueda ser útil a este equipo que, aunque no domine la técnica del tratamiento del psiquismo humano, tiene la enorme ventaja de tener el conocimiento y la vivencia tan rica que le permiten su cercanía emocional con la familia. Este recurso tan valioso se puede explotar al máximo mediante técnicas claras y específicas y le van a permitir prevenir que estos factores de riesgo ejerzan su influencia negativa en la familia como un todo o en uno de sus miembros.

CONCEPTO

El concepto de familia varía de acuerdo con el enfoque de quien lo emite.

Acerca de la familia se han pronunciado poetas, escritores, artistas plásticos, juristas, políticos, periodistas, filósofos, teólogos, pedagogos, sociólogos, psicólogos, médicos y psiquiatras. Especialistas en cibernética, teoría de la comunicación, teoría de los sistemas han hecho sus aportes. Ello nos da la idea de la importancia de esta institución.

Para algunos terapeutas familiares, la familia es la más antigua de las instituciones sociales humanas, es el

grupo primario de adscripción. Para la teoría general de sistemas, todo organismo es un sistema. De acuerdo con este enfoque la familia es considerada un sistema abierto o sea, como un conjunto de elementos, ligados entre sí por reglas de comportamiento y por funciones dinámicas, en constante interacción entre sí y con el exterior.

También cambia el concepto de familia si lo enfocamos en cuanto a su extensión y así tenemos la “familia nuclear” que solo está formada por los padres e hijos que habitan bajo el mismo techo, conviven y participan de la abundancia o la escasez; “familia extensa” si están incluidos los abuelos, tíos etc; “familia ampliada” si se incluyen individuos que no tienen lazos consanguíneos, etc.

Ahora bien, cualquiera que sea la estructura de la familia esta debe cumplir con las funciones que le permitan a sus miembros satisfacer sus necesidades, desarrollarse y relacionarse con el mundo circundante.

Para nosotros, la familia es una institución formada por sistemas individuales que interaccionan y que constituyen a su vez un sistema abierto. La familia formada por individuos, es, a su vez, parte del sistema social y responderá a su cultura, tradiciones, desarrollo económico, convicciones, concepciones ético-morales, políticas y religiosas (Fig. 8.1).

Ninguna etapa del establecimiento y desarrollo de las relaciones familiares puede tratarse sin tener en cuenta los conflictos de voluntades individuales; conflictos matizados por la riqueza de los sentimientos y pasiones humanas. Estas “voluntades”, siempre acompañadas de emociones, participan en los procesos de cambio de la familia, pero sin que ello pueda ser inmediatamente cuantificado.

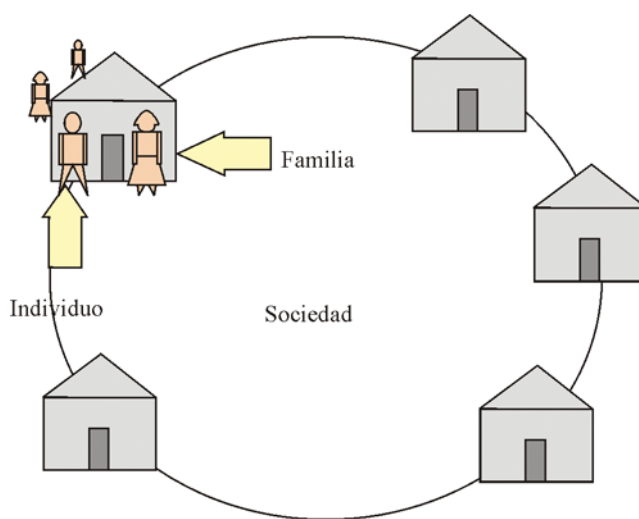


Fig. 8.1. Integración sistémica de la familia.

La familia recoge ampliamente las emociones, pensamientos y juicios de su contexto social, proporciona al mismo tiempo a la sociedad emociones y puntos de vista. Pero, de ella no solo parten sentimientos elevados y opiniones avanzadas. En ella se anidan, a veces, ideas caducas y conservadoras.

Por consiguiente, en los problemas de la familia, su función en la configuración del mundo espiritual de las personas, y en la transformación de las nuevas generaciones, centran su mirada historiadores, economistas, políticos, juristas, filósofos, sociólogos, psicólogos, pedagogos, escritores y artistas. No es de extrañar entonces que los médicos se vieran motivados a realizar estudios de la familia y de sus problemas.

La familia es la unidad social primaria universal y por tanto, debe ocupar una posición central para la comprensión de la salud general y de la salud mental en particular, para el diagnóstico y el tratamiento. El primer ambiente social para todos los seres humanos es la familia; en consecuencia, es una institución sociocultural importante (la base de la sociedad) y todos los grupos humanos han diseñado prescripciones y prohibiciones tradicionales para asegurar que en la familia puedan llevarse a cabo sus tareas biológicas y culturales. En este camino, la familia es, por un lado, lazo entre las generaciones, que permite la estabilidad de la cultura y por otro también es un elemento crucial en los cambios culturales. Las funciones biológicas de la familia suelen dejarse a la madre y las culturales, a veces, a otros miembros, cuando no son asignados a ella misma.

Es un deber de la familia proporcionar un terreno de entrenamiento protegido, en el cual el niño aprende a vivir como miembro de esa sociedad en miniatura, en la cual se adquieren los hábitos de conducta social que pueden persistir durante toda la vida. Al principio, el niño depende completamente de sus padres, especialmente de la madre, pero más tarde necesita y exige que se le dé más independencia y posibilidades de autocontrolar sus actividades. Es importante en toda edad, no pedir demasiado al niño en lo que se refiere a este autocontrol de sus acciones, pero si se hace demasiado por él, puede retrasarse el proceso de crecer y hacerse independiente.

La profesión médica se enorgullece del llamado médico de familia, ahora elevado a grado de especialidad y que en nuestro país se denomina especialista en Medicina General Integral con una concepción más actual que produce un salto cualitativo en la atención primaria en salud. En otros enfoques esta designación, se basa en un papel idéntico frente a todos los miembros de la familia y no en un conocimiento formal de la dinámica del grupo y de sus características institucionales. Nuestro

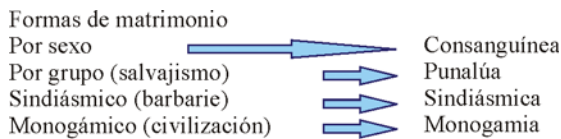
enfoque es integral y su esencia está dada en que sitúa al equipo de salud como máximo responsable de la salud de la familia, como un todo, como centro de las actividades que se programan para promover la salud mediante el ejercicio físico, los círculos de abuelos, embarazadas, adolescentes etc., para disminuir los factores de riesgo, para instruir sobre educación sexual e higiene mental, situaciones generadoras de estrés, etc. Va a prevenir los accidentes, los riesgos suicidas, el alcoholismo, la drogadicción y por supuesto, las entidades clínicas en sentido general.

Evolución histórica

La familia es un elemento activo, nunca permanece estacionaria, sino que pasa de una forma inferior a otra superior a medida que la sociedad evoluciona de un período a otro. Los sistemas de parentesco, por el contrario son pasivos, solo después de largos intervalos registran los progresos hechos por la familia y no sufren modificación, sino cuando esta se ha modificado radicalmente. Si se reconoce el hecho de que la familia ha atravesado sucesivamente por cuatro formas, se plantea la cuestión de saber si la última forma puede ser duradera en el futuro. Lo único que puede responderse es que debe progresar a medida que esta progrese, que debe modificarse a medida que esta se modifique, igual que ha sucedido antes. La familia es producto del sistema social y reflejará su cultura.

En nuestros días, la familia responde a la concepción de “familia individual moderna” que *Engels* describió hace ya más de un siglo. Poco ha cambiado desde entonces; también es pequeño el lapso histórico transcurrido, pero a lo largo de las diversas épocas existieron diferentes formas de organización familiar, lo cual nos da una idea de cómo ha influido la sociedad en las características de las familias que la forman y al mismo tiempo, cómo esas características familiares influyen y tipifican a la sociedad. Como es fácil comprender, el germen, de una familia es la unión de un hombre y una mujer por lo tanto la forma de esta unión (la forma de matrimonio) va a tener una relación directa con el tipo de familia (Fig. 8.2).

La primera forma de unión entre hombres y mujeres lo constituyó el “matrimonio por sexo” y, como su mismo nombre indica, solo la necesidad sexual unió a hombres y mujeres, sin constituir una “pareja”. Esto dio lugar a la “familia consanguínea” ya que al desconocerse quién era el padre y quiénes los hermanos, surgieron relaciones entre hermanos, padres e hijos, etc. No existía realmente una pareja ni una organización familiar como la concebimos ahora, más bien se trataba de un período



La familia es producto del sistema social y reflejará su cultura.
No es posible predecir el desarrollo futuro de la familia.

Fig. 8.2. Evolución histórica de la familia.

de transición entre lo animal de la manada y lo humano de las primeras manifestaciones de organización social (gen, clan, tribu, etc.).

Ya una vez llegada la época del salvajismo aparece el *matrimonio por grupos* que da origen a la *familia punalúa*. En esta forma de organización familiar ya las relaciones sexuales estaban limitadas a los miembros de la tribu y no a otros. Además, existía un compañero íntimo con el cual se tenía afinidad por algún motivo.

En la época de la barbarie aparece el *matrimonio sindiásmico* que da origen a la *familia sindiásmica* y en la cual ya existe una “pareja” aunque débil que permite que tanto el hombre como la mujer tengan relaciones con otros sin que esto constituya problema alguno.

En la civilización, aparece el llamado *matrimonio monogámico* que da origen a la *familia monogámica* a causa fundamentalmente de la aparición de la propiedad privada, que a su vez engendra la necesidad de conocer exactamente la paternidad con el fin de transmitir los bienes de herencia. Contribuye también el antagonismo de clases, ya que también se dejará en herencia el poder económico y político de la clase dominante. Esta forma de organización familiar va a dar origen al adulterio y a la prostitución, como nuevas formas de relación desconocidas hasta ese momento. Básicamente, esa forma de familia se mantiene hasta nuestros días y tiene su fundamento en la esclavitud doméstica franca o más o menos disimulada de la mujer. Las responsabilidades de garantizar las necesidades básicas de la familia recaen por completo en la mujer y, el hombre cuando mucho, ayuda en estas tareas. La higiene, el cuidado y la alimentación de los niños es responsabilidad materna. El lavado de la ropa, la limpieza y orden del hogar son tareas femeninas. El cuidado de los enfermos y la atención de la salud igualmente. El mantenimiento de un clima de estabilidad afectiva, muchas veces, recae también en la mujer. En fin, el peso del mantenimiento de la familia, como tal, recae en la mujer y si algo anda mal, tanto los hijos como el resto de la familia inculpan a la madre por ello.

Evidentemente, con el desarrollo de la sociedad se van modificando estas concepciones y en la medida que se eliminan estas injustas relaciones intrafamiliares, el funcionamiento del sistema se hace más adecuado. Es necesario tener conciencia de ello y, aunque no se pueden eliminar por decreto, es bueno conocerlas. Siempre es posible tratar de disminuir su influencia negativa, sin violentar las reglas de la familia sin imponer criterios, a veces inaceptables para las tradiciones o mitos familiares, por muy loables que estos sean. Podemos así sintónicamente mejorar algunas disfunciones que engendran problemas.

FUNCIONES DE LA FAMILIA

Para la mayor comprensión de los problemas del ser humano es necesario entender a la familia como entidad funcional, como sistema intermediario entre la sociedad y el individuo e interactuando con ambos sistemas.

Como unidad de supervivencia la familia tiene las siguientes funciones:

Satisfacer las necesidades afectivas de sus miembros. En la familia, se dan las condiciones ideales para que el afecto se manifieste en toda su intensidad, ya que por el hecho de vivir juntos y tener que compartirlo todo se favorecen las relaciones interpersonales. Si la familia como institución no permite o dificulta la realización de esta función se verán afectados tanto los adultos como los niños.

La idea de ver a la familia como proveedor de afecto para los niños solamente, es totalmente errónea, pues es evidente que los niños son una fuente inagotable de afecto. No obstante, la familia debe satisfacer estas necesidades afectivas de los niños dada la importancia que ello tiene y el daño que produce la carencia de afecto en el desarrollo de la personalidad del niño. Este no es un recipiente pasivo, sino que interviene activamente en el establecimiento de relaciones afectivas entre los padres y él. Está dotado de atributos de personalidad distintivos e individuales, así como de una determinada constitución física. Una madre que encuentra comodidad y placer en un bebé dulce y plácido puede sentirse contrariada con uno activo y enérgico. La madre que considera que la agresión es varonil se puede sentir mal ante el niño que no combate. Un sentimiento real de pertenencia surge cuando el niño cree que es amado, comprendido y aceptado. El exceso o deficiente afecto puede tener consecuencias para el hijo.

Esta función es primordial ya que cuando aparece un problema, el vínculo afectivo entre los miembros, va a ser un recurso muy valioso para su solución. En la familia unida afectivamente los adultos pueden mostrar

de forma abierta sus sentimientos con la seguridad de que van a ser aceptados y comprendidos. Los viejos van a sentir el afecto de los niños y los adultos, con el respeto y consideración que tanto necesitan para sobrellevar las dificultades propias de la senectud. Cuando las necesidades afectivas de los miembros de la familia están satisfechas es más fácil resolver cualquier problema al cual se enfrenten.

Satisfacer las necesidades físicas. Si bien las necesidades afectivas son de gran importancia no podemos ignorar que cuando las necesidades físicas no están satisfechas, el funcionamiento familiar se altera. De ello depende, inclusive, la supervivencia de la familia en particular y de la especie en general. La familia garantiza alimentación, abrigo, higiene, seguridad, descanso, cuidados, recreación, apoyo, etc. Si la familia no es capaz de satisfacer lo anterior es muy difícil que pueda funcionar adecuadamente. Las condiciones de la vivienda condicionan el “modus operandi” de los familiares que en ella viven. La alimentación es algo tan vital que no es necesario destacar su importancia, ya que es obvia, solo debemos recordar que “nadie con hambre puede ser feliz”. La higiene de las personas, de su ropa y hábitat permiten el bienestar necesario para que las funciones restantes puedan cumplirse. No se puede perder de vista que estas necesidades puedan ser satisfechas en gran medida de acuerdo con la solvencia económica de la familia. En ese sentido, el miembro que tiene el mayor peso económico va a caracterizar, de cierta manera, el funcionamiento familiar. Mientras los hijos son pequeños van a asumir el papel de receptores y los padres de suministradores, pero según estos van creciendo progresivamente contribuyen a la satisfacción de las necesidades de la familia. En el próximo ciclo de la familia esto se iguala y tanto padres como hijos participan de forma pareja. Inclusive se da el caso de que en la fase última del ciclo familiar esta situación se invierte y los hijos son los suministradores y los padres son los receptores.

Establecer patrones positivos de relaciones interpersonales. La manera de relacionarse con los demás obedece a un patrón que se adquiere muy temprano en la vida. Si además tenemos en cuenta que la imitación, con sus aspectos afectivos y cognoscitivos, es una de las vías de adquisición de estos patrones, podemos aquilatar la importancia que tiene el cumplimiento de esta función.

En una familia donde la hostilidad, la ambivalencia y la comunicación enmascarada e indirecta sean la norma, el patrón de relación interpersonal es totalmente negativo. El niño introyecta también el “patrón de la familia” o sea el “modus operandi” y los diferentes roles que van a tener cada uno de los miembros. Todo ello va

a repercutir en el modo de interrelacionarse y en el papel que va a asumir cuando constituya su propia familia. Es posible que, por la importancia que esto reviste en la formación de una personalidad adecuada, alguien piense que solo los niños van a ser influidos por este modo de interactuar. Los miembros adultos se benefician enormemente donde existan patrones de relación interpersonal positivos, ya que esto les va a permitir no solo la satisfacción y el disfrute de un ambiente armónico y tranquilo sino que va a permitir el desarrollo de sus potencialidades en sentido general. Estos patrones de conducta adecuados hacen que los miembros de la familia logren la plena integración a la sociedad.

Permitir el desarrollo de la identidad individual de cada uno de los miembros. El niño logra los elementos de su identidad individual o sea, gana conciencia de su esquema corporal, de su nombre y sexo alrededor de los 2 años y medio. De ahí en adelante, esta identidad individual se va a ir desarrollando hasta que en la adolescencia ya el niño toma conciencia de individuo como tal y además, toma “conciencia de su conciencia” que es la máxima expresión de identidad. A partir de ahí la identidad va a seguir creciendo de acuerdo con las adquisiciones cuantitativas y cualitativas que va teniendo en lo afectivo, lo intelectual y lo social pero no se puede negar que la etapa más importante es la adquisición de la identidad en la niñez y la adolescencia. Estos dos saltos cualitativos (adquisición de identidad y adquisición de la “conciencia de la conciencia”) de no producirse o producirse insuficientemente, indican trastornos que pueden ir desde el más grave al más tenue.

No es difícil comprender entonces la necesidad de que la familia permita el desarrollo de esa identidad individual de manera que conduzca a una formación integral de la personalidad. Por supuesto es imprescindible que se cumplan las dos funciones precedentes para que esto se haga efectivo. El proveer un clima de seguridad y al mismo tiempo de relativa independencia es lo ideal para conseguir este objetivo tan importante. La dosificación adecuada de la autoridad y la independencia de la flexibilidad y la disciplina, así como la adecuación de las normas de conducta a las posibilidades reales del individuo, van a permitir una identidad del niño consigo mismo, con su familia y con el grupo social.

Para los miembros adultos aunque ya llegaron a la familia actual con su identidad individual, esta adquisición no es un hecho estático. Con la incorporación de conocimientos, experiencias, habilidades, relaciones afectivas, vínculos laborales, etc., se enriquece la identidad individual. La familia debe permitir este desarrollo y además, brindar un clima de confianza y apoyo que coadyuven a la realización de la multitud de actividades

necesarias para la incorporación de todo lo mencionado como enriquecedor de la identidad individual.

Como ejemplo concreto podemos señalar la situación tan conocida por nosotros de la esposa que cuida a sus hijos para que su esposo pueda alcanzar graduarse como profesional universitario y el esposo que hace lo mismo para que su esposa también se gradúe. Se pone de manifiesto aquí la cohesión y adaptabilidad de esta familia.

Favorecer la adquisición de un patrón psicosexual adecuado. Es evidente que dentro de la identidad hay un aspecto que reviste singular importancia. No basta con que un individuo sepa que existe como ser individual y que se diferencia de los otros seres. Es conveniente y necesario que asuma su *rol* masculino o femenino identificándose con los de su propio sexo y diferenciándose con los del otro. O sea, que es diferente e individual de los demás seres humanos, pero semejante a los de su sexo en ese aspecto. Esa identidad sexual se debe favorecer por la familia al asumir la actitud de aceptación ante las manifestaciones que identifiquen al niño con su *rol* sin castigar o reprimir lo contrario.

El *rol* masculino y femenino con todos sus atributos culturales, sociales, psíquicos y sexuales está representado en la familia de acuerdo con la cultura en la que se desenvuelve y así lo va a transmitir a sus miembros. Es evidente que estos patrones psicosexuales, le permiten al individuo una adaptación integral al medio. Sabemos todos que referente a este aspecto la discusión que se podría establecer sería interminable, pero se pone de manifiesto que si hay algo que podemos evitar es darle al niño patrones equivocados de los gestos, modos de hablar, modos de moverse, inflexiones de la voz y preferencias que puedan influir en la adquisición de estos como conducta habitual y luego le fuera criticada por su entorno.

El individuo con una mala identificación psicosexual, sea o no homosexual, tendrá las dificultades de adaptación que serán motivo suficiente para tratar de que esto no ocurra. Para aquellos que defienden el criterio de que la homosexualidad no es un problema, yo le preguntaría si desean que sus hijos lo sean. Ciertamente es que no se debe perseguir ni discriminar al que sea portador de esta situación, pero tampoco es aconsejable estimularla o promoverla.

La familia no debe reprimir una manifestación hecha por un niño que se considere del *rol* opuesto ya que esto puede reforzar esta conducta, pero tampoco debe estimularla considerándola graciosa o sin importancia por la corta edad del niño, etc., ya que este puede mal interpretarlo y dar lugar a equívocos desagradables en la adultez. La frase popular “de chiquito no se vale” no tiene vigencia, ni debe ser valorada en este caso.

El ejemplo vivo de ambos padres es imprescindible y fundamental. La máxima “haz lo que yo digo y no lo que yo hago” debe ser eliminada de la práctica diaria en la vida familiar. Si el padre y la madre plantean que los hombres pueden lavar la ropa o los platos sin perder su masculinidad, pero no son capaces de demostrar con su ejemplo, el niño varón considerará esta actividad femenina y la rechazará. Si lo estimulamos o lo obligamos a realizarla, para que no sea machista, sin el ejemplo del padre, se sentirá humillado, confundido o la adquisición de un patrón psicosexual adecuado se verá obstaculizada. Exactamente igual puede ocurrir con la hembra.

La validación del sexo es sumamente importante. Un niño desarrollará estimación hacia su *rol* sexual si ambos padres lo validan. Tiene que identificarse con su propio sexo, sin embargo esa misma identificación debe incluir una aceptación del otro sexo.

Los hombres validan a las mujeres como mujeres y las mujeres validan a los hombres como hombres. La identificación, en este sentido es un asunto bilateral “soy hombre en la medida de mi buena relación con las mujeres”. “Es bueno ser hombre por lo que las mujeres son”. Las mujeres realizan la misma validación. Cuando los padres no son capaces de validarse entre sí como personas sexuales tampoco podrán validar a sus hijos como persona sexual.

La estrecha vinculación que existe entre la validación parental y la autoestima, la independencia y la originalidad se ve con claridad cuando uno observa como una persona disfuncional (o sea un niño “no validado” que ahora es adulto) todavía se aferra a sus padres o busca figuras parentales sustitutas, o se relaciona con su compañero sexual como si ese compañero fuera de hecho su progenitor. Aunque no pudiéramos clasificar esta última situación como un trastorno en la identidad sexual no hay dudas de que constituye un *rol* sexual, inadecuado o inadaptado.

Promover el proceso de socialización. La socialización es un fenómeno que se va produciendo gradualmente durante el desarrollo. La familia es un microsistema social que está inmerso en el gran sistema que es la sociedad. Visto de otro modo, la sociedad está formada por órganos que son las familias y estos por células que son los individuos que las componen.

Se pone de manifiesto que es a través de la familia que el niño va a entrar en contacto con la sociedad y que su función en este caso es hacer que de forma paulatina este vaya entrando en contacto con los demás grupos sociales: círculo infantil, escuela, pariguales, vecinos, familiares no nucleares etc., de manera que vaya adquiriendo su independencia de la familia y su inmersión en

la sociedad sin perder su base de seguridad. Cuando se cumplen las funciones ya descritas es evidente que se está promoviendo la socialización de los miembros de la familia.

La familia debe programar sus actividades de modo que le permita a sus miembros tanto niños como adultos entrar en contacto con los demás grupos sociales y así en esa interacción lograr los ajustes imprescindibles para una relación armoniosa con ellos, de manera que se produzca un desarrollo positivo de ambos.

El ser humano se socializa en tanto va entrando en contacto con las distintas instituciones con que se enfrenta. La primera de ellas es la familia, de la cual forma parte y en la que va a permanecer más tiempo. En ella se le deben dar a sus miembros las premisas sociales de convivencia para que en la escuela, en la vecindad, en el trabajo, en los espectáculos culturales, deportivos, políticos, su comportamiento produzca la aceptación que todo ser humano normal necesita. La familia es la máxima responsable de dar la formación adecuada a todos sus miembros para un desempeño feliz, en armonía creadora y modificadora, en sentido positivo, del resto de la sociedad. Al mismo tiempo, para que sea capaz de recibir de ella todo su influjo beneficioso, creador y modificador, en una constante interacción.

Si la familia es la célula elemental de la sociedad y en ella se integra el individuo y además sirve de eslabón entre lo individual y lo social, es entonces fácil de entender lo fundamental del proceso de socialización.

Para lograr una buena socialización es imprescindible tener un buen concepto de sí mismo, o sea, tener autoestima. El niño desarrollará respeto hacia sí mismo como una persona hábil (como una persona capaz de realizar acciones por sí misma) si los padres validan los pasos que él da en su desarrollo.

Un progenitor valida este crecimiento cuando:

- Nota la existencia de crecimiento.
- Comunica verbal o no verbalmente que nota dicho crecimiento.
- Da al niño una oportunidad cada vez mayor de manifestar y ejercer nuevas capacidades que emergen del crecimiento.
- Conforme el niño crece y aprende, se vuelve cada vez más capaz de hacer cosas por sí mismo y de cuidar de su persona. Las capacidades aumentan y llegan a incluir la habilidad de tomar decisiones, de formar y mantener relaciones. Para validar las habilidades de un niño, los progenitores deben ser capaces de reconocer cuándo el chico ha alcanzado una etapa de su desarrollo y en qué momento concederle validez.

- La validación parental no implica una aprobación sin crítica de todo lo que el hijo desea hacer. Los padres son los sociabilizadores. Deben enseñar al niño que él no es el centro del mundo de sus progenitores, ni del mundo en general.
- El chico tiene que aprender a amoldarse a los requerimientos de la vida familiar, a equilibrar sus propias necesidades con las de los demás y a adaptarse a las exigencias de la cultura.
- Necesita desarrollar habilidades para equilibrar y enfrentarse a los requerimientos propios y los del otro, además de los requerimientos del contexto en este momento y bajo estas circunstancias.
- Tal vez grite y se queje ante las restricciones y las reglas, pero aprender a aceptar reglas y restricciones es imprescindible para la convivencia social armónica. Las “restricciones” y la “validación” no son términos que se oponen.
- La validación parental tampoco quiere decir dar atención intensa y solícita, al momento, en extremo, a todas las necesidades del niño.
- La validación parental es más efectiva cuando se expresa sin solemnidad, como algo natural. Si un progenitor no valida la capacidad de su hijo o no escoge los momentos adecuados, el niño tendrá dificultad para integrar el concepto de su propia habilidad. Quizás los padres:

- No ven las capacidades del niño cuando son obvias y no dan oportunidad para que se expresen dichas capacidades, o no muestran aprobación o desaprobación cuando el niño las manifiesta.
- Ven las capacidades prematuramente, y en forma angustiada incitan al niño a que las exprese.
- Ven las capacidades incorrectamente (capacidades que simplemente no existen) y en forma angustiada incitan al niño a que las exprese.
- Ven las capacidades del chico, pero lo desaniman y lo castigan por expresarlas.

Si cuando un padre valida las capacidades del niño y el otro padre las contradice, el aprendizaje del chico será más difícil y el pequeño manifestará lo que sabe de una manera más inconsistente.

- Quizá uno de los padres espera mucho del hijo y el otro poco.
- Hay que estar alertas para observar cómo cada uno de los padres validan la capacidad del niño. Si los padres no validan las capacidades de su hijo (si no la

ven o si lo castigan), el niño a pesar de todo, seguirá creciendo, ya que todo ser vivo está programado para el crecimiento continuo. Sin embargo:

- Tal vez el niño se abstenga de manifestar su capacidad de crecimiento.
- Tal vez la manifieste en forma secreta.
- Tal vez la manifieste en forma distorsionada o disfrazada.
- En cualquiera de los casos, su capacidad de crecer no contribuirá a la autoestima del niño, y por consiguiente también entorpece la socialización.

Estimular el aprendizaje y la creatividad de sus miembros. El aprendizaje como sabemos es un proceso muy complejo en sí y está condicionado e influido por múltiples factores. En lo que a la familia se refiere, a ella le corresponde crear las condiciones materiales y afectivas para que los niños puedan aprender y los adultos puedan incrementar lo aprendido, las condiciones materiales fundamentales son suministro de los materiales de estudio suficientes, la asistencia a la escuela, la ropa adecuada, etc. Pero aún antes de comenzar en la escuela la familia le debe suministrar a los niños objetos, juguetes, instrumentos, herramientas y enseñarles su manejo de forma que aprendan las actividades de la vida cotidiana.

El ser humano tiene la necesidad innata de aprender, pero esta puede ser desestimulada o incrementada por la familia. Tanto niños como adultos necesitan de una fuerte motivación para aprender y cuando esta falta el aprendizaje se hace lento y difícil. Aquí ya no son las condiciones materiales las que priman, sino las condiciones afectivas. Estímulos de muy variado tipo se pueden realizar por parte de la familia, pero son fundamentales el reconocimiento y la aceptación de los esfuerzos por aprender. Hay que permitir que el niño “investigue” lo que quiere conocer y cuando obtenga algún logro de esa “investigación” hay que reconocerlo, si queremos que sienta necesidad de aprender cada día más. Hay que apoyar y reconocer también los esfuerzos que haga el adulto por aprender, ya que el aprendizaje es una necesidad imperecedera. La aprobación del ser querido es mucho más valiosa que el estímulo material (juguetes, regalos, etc.).

El aprendizaje y la creatividad son dos atributos que deben ser estimulados por la familia, ya que de ellos depende el desarrollo pleno de la personalidad. Si en la etapa que el niño, continuamente, ante cada nuevo objeto de su percepción y ante cada fenómeno pregunta ¿por qué?, no atendemos su inquietud ni tratamos de explicarle

lo que él necesita saber y hasta dónde necesita, perderá esa curiosidad tan útil en el aprendizaje. Es cierto que los niños son insaciables respecto a su curiosidad y después del ¿por qué? viene el ¿cómo? etc. Pero si tenemos un poco de paciencia, tranquilamente se puede responder de manera satisfactoria para él, no engañándolo al ser lo más exactos posible. De lo contrario, en el mejor de los casos, buscará otra fuente de información, con los peligros que esto encierra, o peor no preguntará más. Una madre o un padre adecuados responden siempre a las inquietudes del niño o canalizan sus necesidades de saber por la senda correcta, si es que ellos no saben responder.

En cuanto a la creatividad se refiere, es evidente que todo lo anteriormente expuesto referente al aprendizaje incluye también a la creatividad. Permitir que el niño “experimente” e interactúe con sus juguetes y objetos no peligrosos estimula esta importante actividad. No dejar usar a los niños sus juguetes porque los rompe es criminal. El juguete es un artículo de uso y gastable, concebido para que el niño ponga en práctica su imaginación e ingenio y si perece en el empeño, no hay nada que lamentar, pues cumplió su función. Nos produce gran pena ver, a veces, esos estantes llenos de juguetes intactos, que algunas familias muestran como prueba, con orgullo, de lo cuidadosos que son o fueron sus hijos.

ACTITUDES INADECUADAS DE LOS PADRES

Las actitudes de los padres provocan muchas veces daño permanente en el psiquismo infantil y de ellas expondremos las más definidas.

Sobrepotección

Es exceso de afecto, una exageración de la actitud afectuosa normal. Se usa generalmente este término para caracterizar la conducta de las madres cuya devoción por los hijos es extraordinariamente intensa. No permiten que intereses competidores se interpongan en sus deberes maternos y así reducen las actividades en otros aspectos de la vida (conyugales, sociales, intelectuales, etc.) a un mínimo. Se dividen en dos grandes grupos: las puras y las culpables compensadoras. Las puras son mujeres que muestran excesivo cuidado hacia sus hijos por verdadera devoción. Las culpables compensadoras son mujeres que protegen de forma extraordinaria a sus hijos para ocultar o compensar actitudes hostiles o de rechazo de la que generalmente no se percatan. La mala conducta del hijo, consecuencia directa de la solicitud excesiva de la madre puede conducir a un rechazo secundario. La sobrepotección por parte de las abuelas es frecuente, pero también puede

haber sobreprotección por parte del padre, el abuelo, los hermanos u otra persona que viva en el hogar. Los factores que provocan la sobreprotección de la madre se pueden dividir en tres grupos: impulso maternal excesivo, factores externos (pérdida de un hijo, maternidad tardía, etc.) y privación emocional sufrida por la madre durante su primera infancia.

Permisividad

El niño recibe todo lo que quiere, siempre que sea económicamente posible y se le deja hacer todo lo que desea. Las hijas de madres excesivamente afectuosas o sobreprotectoras son muchas veces permisivas. Los padres cuya niñez ha sido insatisfactoria a causa de limitaciones o penurias económicas a menudo se muestran excesivamente permisivos. La permisividad impide el desarrollo emocional del niño manteniéndolo en un estado de dependencia infantil. El niño mimado es un niño exigente, acostumbrado a tener lo que desea, que insiste en una pronta respuesta. Sus demandas son con frecuencia irrazonables, porque todas las solicitudes razonables ya han sido satisfechas. Espera ser lisonjeado y se lleva mal con otros niños que no ceden ante él. No se puede confiar en su comportamiento cuando está de visita. Es posible que los padres, al final, se muestren irritados.

Exceso de ansiedad

El exceso de ansiedad se ve en los padres cuando ha existido una enfermedad grave o muerte de algún hijo. Es también frecuente en familias con un solo hijo. Se asocia generalmente con afecto exagerado, sobreprotección y permisividad. Las actividades del niño se limitan por miedo a que contraiga una enfermedad o que sufra un accidente. No se le permite jugar con otros niños o practicar un deporte. No se le permite salir sin la compañía de un adulto. El niño responde con miedo, timidez, cobardía y vergüenza. Le hace dependiente de sus padres y es posible que se vuelva aprensivo y ansioso acerca de su salud.

Rechazo

Es posible que se produzca el rechazo en cualquier conjunto de circunstancias en que el hijo no sea deseado. Sin embargo, los hijos no deseados pueden llegar a ser amados y los hijos deseados a veces, son rechazados. La mayoría de las madres que rechazan a sus hijos son inmaduras, inestables, neuróticas y en ocasiones, realmente psicóticas. Muchas de las madres que rechazan a sus hijos fueron rechazadas cuando niñas. Las características que se encuentran con mayor frecuen-

cia en los padres son la discordia, la falta de afecto, la aversión a la gestación, el matrimonio forzado, o matrimonio que encontró oposición entre los parientes o interfirió en la carrera universitaria. El rechazo no es poco frecuente cuando el niño tiene un grave defecto como: parálisis cerebral, retraso mental, invalidez, defectos sensoriales o autismo. Los padres a veces rechazan al hijo por no ser del sexo deseado. El rechazo puede ser abierto, es decir obvio y reconocido por el padre y la madre o puede estar oscurecido por esfuerzos conscientes o inconscientes de ocultarlo. La conducta de los padres hacia sus hijos se caracteriza por: severo castigo, desprecio, regaños, indiferencia, irritación, amenazas, trato incoherente, suspicacia, resistencia a gastos y desfavorables comparaciones con otros hermanos y niños. El defecto de personalidad que más sobresale en el niño rechazado es la falta de un sentimiento de pertenencia. La ansiedad puede ser prominente. Cuando el rechazo de los padres es abierto, generalmente el hijo reacciona con agresividad y deseo de tomar represalias mezclado con hipersensibilidad e infelicidad. Es probable que se muestre egoísta, resentido, vengativo, desobediente, pendero e hiperactivo. No son raros el robo, las rabietas, las mentiras y las escapatorias.

Exceso de autoridad

Algunos padres son incapaces de aceptar al hijo tal como es, pues exigen que actúe de conformidad con las ideas de ellos. Ejercen un gran esfuerzo y excesiva autoridad para tratar de “enseñarles”. Los padres con un sentimiento de inferioridad asumen una actitud dominante para mantener su dignidad. En ciertas familias, hay una creencia de que esta es la mejor forma de preparar al niño para el futuro. Una respuesta característica del niño pequeño a la autoridad excesiva es sumisión acompañada de resentimientos y evasión. A veces recurre a la lentitud en el comer, el vestir, el bañarse, etc. La rebelión abierta contra la excesiva autoridad se manifiesta en conducta inquieta, mentir, robar, faltar a la escuela.

Identificación

La identificación de los padres se refiere a la actitud de los progenitores que vuelven a vivir su vida en su hijo y desean para él ciertas ventajas que no pudo obtener para sí. Es una actitud natural en los padres, pero puede exagerarse mucho. Los padres con esta actitud puede que impongan sus intereses en el deporte, la música o el prestigio social, al hijo. Los padres con esta actitud por lo general, están sinceramente deseosos de ayudar a su hijo y se les puede hacer comprender la verdadera situación.

Perfeccionismo

Esta actitud se caracteriza por la necesidad de alcanzar la perfección en todo lo que se emprende. Cuando nace un hijo su crianza se considera como algo que se necesita hacer bien. Se concentran todos los esfuerzos en el lactante y en alcanzar notables éxitos mientras el niño permanezca receptivo. Al avanzar el desarrollo y aumentar la necesidad de conducta independiente, la madre, lejos de aceptar la etapa más madura del niño, concentra todas sus energías en modelarlo según su plan. Va continuamente tras él, con sugerencias, consejos e instrucciones. La necesidad de obtener un resultado perfecto se aplica no solo al hijo, sino al aspecto de ella, a su hogar, a sus tareas domésticas. Al crecer el niño, se le niega aprobación y se da poco crédito a su aprovechamiento. Es característica la presión ejercida sobre el hijo para que alcance el primer lugar en muchos campos. Un niño pequeño no puede comprender esa necesidad tan exagerada de orden y perfección. Con frecuencia, el niño reacciona con mal dormir, anorexia, hábitos nerviosos y conducta inquieta.

Exceso de crítica

Algunos padres tratan al hijo como un ser inferior y le ridiculizan y humillan. El orgullo del niño se lastima y pierde la estimación de sí mismo. Se siente inferior a sus compañeros, infeliz, tímido, insatisfecho. Puede reaccionar con: tensión emocional, hiperactividad, hábitos nerviosos, retraimiento, volverse indebidamente dócil y tímido o reaccionar con conducta agresiva y desafiante.

Inconsistencia

La disciplina, para que tenga éxito, es decir, para que sea aceptada, supone que por parte de los padres haya una clara conciencia de las necesidades del niño para madurar y el respeto que ello implica. El niño debe aprender a tener consideración hacia otros y a respetar la propiedad ajena. Los problemas disciplinarios pueden comenzar durante el período en que surge la dependencia de sí mismo, o sea, la autonomía. La disciplina debe ser consistente. El niño debe saber por qué, debe saber además lo que puede y no puede hacer. Debe saber que si transgrede, inevitablemente recibirá desaprobación. La confusión que produce la inconsistencia de permitir algo en una ocasión y rechazar lo mismo en otra, de acuerdo con el estado de ánimo de los padres, es razonable que ejerza un efecto adverso en los niños. Estímulos inconsistentes producen neurosis en los animales, por lo que podemos deducir que en los niños, seres más sensibles, tengan también repercusiones negativas. El niño puede que reaccione haciendo lo que desea o lo que es peor no

sabiendo qué hacer, mostrándose indeciso como conducta habitual. Como resultado de todo esto, llegan a veces a despreciar la autoridad no solo del hogar, sino también del mundo exterior.

Hemos expuesto en síntesis apretada nuestro criterio acerca de qué es el maltrato psicológico, cómo la tradición y las reglas familiares que se derivan lo encubren y lo justifican. Cómo se puede maltratar por acción dañina o por omisión de la satisfacción de una necesidad psicológica.

Somos optimistas, confiamos en que esa poderosa institución, la familia, sea capaz de asimilar estas concepciones para prevenir, atenuar o eliminar todo aquello que atente contra la felicidad de nuestros niños y de la propia familia. Estamos comprometidos y obligados a hacerles llegar este mensaje de amor y solidaridad. Es evidente que para que la familia logre este objetivo tiene que conocer y ser capaz de controlar todas las influencias perniciosas que la modernización, la urbanización y los medios masivos de comunicación pueden ejercer sobre esas personalidades en formación. Es por ello que la violencia familiar no solo puede surgir en el seno de esta, sino que puede ser inducido desde fuera por esos “maravillosos” medios. Corresponde entonces a la familia “filtrar” ese poderoso influjo, que bien administrado puede ser de enorme utilidad.