

Niños con pataleta, adolescentes desafiantes

Cómo manejar los trastornos
de conducta en los hijos

Amanda Céspedes



DIAGNOSTICO

VERGARA

ePUB



Sinopsis

¿Sus hijos pelean como si fueran miembros de tribus enemigas, exigen todo con un exasperante lloriqueo y estallan con frecuencia en incontrollables pataletas? ¿Convive con adolescentes que desafían toda regla familiar, andan de mal talante y gruñen en vez de hablar? ¿Ha probado todas las técnicas de disciplina imaginables sin dar con ninguna que surta efecto? Lo más probable es que sus hijos presenten un trastorno de conducta. En este libro, Amanda Céspedes, neuropsiquiatra infantil y juvenil, explica en un lenguaje simple y directo, y con numerosos ejemplos, por qué se genera y cómo abordar con éxito la conducta rebelde de los hijos. No existe en el mundo un niño o un adolescente que no desee transmutar sus pataletas, su rebeldía y su mala fama en gentileza y buena disposición, asegura la especialista. Sólo hay que saber cómo ayudarlo.

.



eBooks con estilo

Amanda Céspedes

Ninos con Pataletas, Adolescentes Desafiantes

Cómo manejar los trastornos de conducta en
los hijos

ePUB v1.0

más libros en epubgratis.me

Título original: *Ninos con Pataletas, Adolescentes Desfiantes. Como manejar los transtornos de conducta de sus hijos.*

Autor, Amanda cespesdes Calderon

Editorial: Vergara

Editor original: Editor1 (v1.0 a v1.x)

PRIMERA PARTE

LA ZONA OCULTA DEL ICEBERG

Se estima que entre tres y cinco de cada diez niños y adolescentes muestran conductas oposicionistas ocasionales, las que son abordadas por los adultos en forma intuitiva, aplicando métodos al azar que algunas veces dan resultados favorables, pero que en la mayoría de los casos no funcionan y hacen que el adulto acabe confesándose sobrepasado e impotente. Estadísticas internacionales indican que uno de cada dos niños se muestra porfiado y desobediente en más de una oportunidad y que dos de cada diez exhiben una conducta oposicionista en forma habitual. Pero sólo en dos de cada cien niños la conducta oposicionista u oposicionista desafiante obedece a una psicopatología.

La mayoría de los adultos estima que la conducta oposicionista de niños y adolescentes obedece a una suerte de naturaleza bravía innata —algo así como la condición de chúcaros de ciertos caballos de montar—, la cual debe ser abordada con las estrategias de control que el sentido común dicta: esa naturaleza bravía, que pugna por expresarse libremente, debe ser subyugada, y cuanto antes se apliquen los métodos de control, mejor será el resultado en términos de docilidad socializada. Lamentablemente, este modelo de domesticación cumple a cabalidad con una máxima que reza así: "La búsqueda de la solución es lo que contribuye a mantener el problema". En efecto, la experiencia empírica, apoyada en investigaciones aplicadas llevadas a cabo por profesionales de la psicología, ha demostrado que los únicos métodos efectivos para abordar la conducta desafiante de niños y adolescentes son los que se sustentan en la identificación de los factores que las facilitan, provocan y empeoran. Hay que ir a la causa.

En la aparición de los comportamientos desafiantes confluyen numerosos motivos conjugados en una secuencia que culmina en la conducta rebelde, representada por la desobediencia, el negativismo y la pataleta en los niños más pequeños o en la actitud de abierta confrontación con el adulto en los más grandes. La paradoja es que alrededor del noventa por ciento de las pataletas o conductas desafiantes obedece a causas externas al niño e inherentes al adulto que trata de sofocarlas. Recetas simples del tipo "aplique mano dura" o "no se deje manipular" pueden fracasar totalmente si no se entienden las causas de la pataleta ni se abordan de un modo objetivo y consistente.

Pataletas, conductas demandantes, actitudes oposicionistas o confrontacionales, comportamientos desafiantes y rivalidad constante entre hermanos se pueden describir y clasificar para una comprensión explicativa que permite un abordaje efectivo a corto plazo. Con fines didácticos, vamos a entregarles el denominador común de "conducta rebelde", que dividiremos de la siguiente manera:

- Conducta rebelde propia de la edad de desarrollo.
- Conducta rebelde reactiva.
- Conducta rebelde como expresión de una psicopatología.

Con el fin de diseñar estrategias efectivas de abordaje, ingresaremos a continuación al ámbito explicativo, es decir, nos pondremos un traje de buzo y nos sumergiremos en el misterioso y fascinante mundo mental y emocional infantil que se esconde tras estas conductas.

CAPITULO I

BIOLOGÍA DEL MUNDO EMOCIONAL INFANTIL

Para entender y abordar una conducta desafiante es fundamental asomarse al mundo emocional infantil, constantemente en evolución a medida en que el niño crece.

Todo comportamiento o conducta es la expresión observable de fenómenos internos que surgen desde lo psíquica y lo emocional. En otras palabras; las ideas, creencias, supuestos, interpretaciones de la realidad y otras representaciones mentales, unidas a determinados fenómenos que tienen lugar en las estructuras cerebrales donde se lleva a cabo nuestra vida emocional, dan origen a las conductas. Los comportamientos son sólo la parte visible, la punta del iceberg de un fenómeno cuya real dimensión es preciso conocer para modificar.

Para ello nos adentraremos en la biología y la psicología de la vida emocional infantil y luego abordaremos los factores del ambiente que fomentan, desencadenan, mantienen o empeoran los distintos tipos de problemas conductuales frecuentes en niños y adolescentes.

El temperamento

El temperamento es la dimensión biológica de la personalidad. Está escrito en los genes y es heredado. En él confluyen fenómenos psicofisiológicos que deben ser decodificados, ordenados y regulados, y que se organizan en funciones biológicas con un sustrato anatómico y una expresión conductual. Estas funciones biológicas son la respuesta de ansiedad, las respuestas instintivas o impulsos, el estado de ánimo y la capacidad de disfrutar.

Ansiedad

Consiste en una cadena de eventos neuronales que bañan el cerebro con sustancias químicas específicas (tales como el cortisol y la noradrenalina)

para enfrentar adecuadamente situaciones desafiantes o amenazantes, ya sean reales o imaginarias. La respuesta de ansiedad nos permite hacerles frente o huir. Cuando ésta es excesiva, provoca una sobre alerta, una especie de luz incandescente que ilumina el cerebro intensamente, bloquea la capacidad de discernir y cede paso a un conjunto de conductas inmediatas, primitivas, orientadas a la supervivencia. En cierto sentido, la ansiedad calienta la cabeza y facilita conductas impulsivas. Si la respuesta es excesiva o los mecanismos de autocontrol son deficitarios, aparecen conductas agresivas y la ansiedad lleva un apellido: ansiedad persecutoria. En algunos niños y adultos, la ansiedad excesiva paraliza.

Respuestas instintivas

Son conductas primitivas orientadas a la supervivencia. Se desencadenan de modo inmediato, no consciente, sin elaboración reflexiva. Atacar un plato de comida movidos por un hambre de días, asaltar sexualmente a una mujer indefensa o agredir para defenderse son conductas instintivas. También lo es, paradójicamente, cierta forma impulsiva de suicidio. El rasgo esencial en todas estas conductas es la rapidez con la que emergen.

Estado de ánimo

Es una percepción subjetiva y relativamente estable de bienestar psíquico y físico, que va acompañada de emociones y sentimientos positivos. Sufre leves oscilaciones por influjo de las experiencias: "bajones" y momentos jubilosos. Oscilaciones mayores, fuera de rango, constituyen una psicopatología relativamente frecuente conocida como desorden bipolar.

Capacidad de disfrutar

Es una condición inherente al ser humano y a los animales superiores. Consiste en un estado de alegría provocado por la cercanía de otros seres humanos, la naturaleza y experiencias estéticas y espirituales.

Las emociones

Las emociones son estados internos pasajeros que poseen una valencia positiva o negativa. Surgen de emociones primarias instaladas en el cerebro humano desde el nacimiento: la alegría, la quietud, la rabia y el miedo. En cambio, los sentimientos son estados internos duraderos, estables, permanentes, que se construyen a partir de las emociones.

Las emociones positivas son la alegría, la quietud, el júbilo, la euforia, el éxtasis, el gozo. Entre los sentimientos positivos reconocemos el optimismo, la confianza, la serenidad, la motivación, la bondad y el altruismo.

Las emociones negativas son el miedo y la rabia, mientras que entre los sentimientos negativos identificamos el resentimiento, la hostilidad, el pesimismo, el encono, la envidia, el rencor, el deseo de daño.

Las emociones negativas nacen tal como los ríos corrientes en la montaña: las energías de estas aguas, sin control ni cauce, se despeñan por las laderas arrasando sembrados y causando destrucción. Hasta el primer año y medio de vida, las emociones son como ríos que acaban de nacer y deben buscar su cauce para no desbordarse. Es la mamá o la cuidadora quien ha de constituir ese cauce al ofrecer una atención solícita a la rabia que se origina en el hambre o el frío del niño, el miedo que experimenta cuando se siente solo o el dolor que le producen los cólicos.

Caso de Fabián

Fabián, de tres años y cinco meses de edad, ha empezado a tener pataletas diariamente, pero sólo en casa. Pataleta para vestirse, pataleta para sentarse a la mesa, pataleta para ponerse el pijama... Fabián era el primer hijo y primer nieto hasta que nació su hermanito Andrés, hace quince días. Cuando Fabián llega del jardín infantil, la mamá no lo deja acercarse al bebé porque "puede traer microbios". La abuela ha comenzado a reprender a Fabián. Dice que grita tanto que el bebé se va a poner nervioso.

En este breve ejemplo podemos suponer que Fabián está a merced de emociones negativas: el miedo y la rabia que surgen porque se siente solo y desplazado. Percibe visceralmente que su mamá ha dejado de quererlo, que lo ha reemplazado por un bebé permanentemente en brazos y lo priva de las caricias y atenciones que hasta hace poco le pertenecían a él como hijo único. Además, Fabián se siente rechazado por una abuela que hasta hace poco se desvivía por atenderlo. En cambio en el jardín infantil se siente regalado. Las tías no le han perdido el cariño. Con ellas recupera la alegría y la quietud.

A partir de los ocho o diez meses de edad, el niño desarrolla lenta y gradualmente estrategias efectivas para darles un cauce adecuado a las emociones que lo desbordan. Cuando las condiciones internas y ambientales son ideales, las estructuras cerebrales van madurando y permitiendo una autorregulación relativamente eficiente, automática, espontánea e inmediata. Gracias a la progresiva maduración de conexiones entre el mundo subterráneo de las emociones y la corteza cerebral, el niño suma estrategias relativamente conscientes para autorregularse, como echar mano a la fantasía (imaginar que es un tigre feroz) o a los objetos transicionales que representan a la madre (alguna cosa que le pertenezca a ella, como una prenda de vestir) o que adquieren el carácter de amuletos que neutralizan el miedo: un pañal o "tuto", un peluche, un chupete o un pulgar en la boca (estos dos últimos son sustitutos del pezón).

Caso de Magdalena

Magdalena tiene diez meses. Regularmente despierta entre la medianoche y la una de la madrugada y llora desconsoladamente. Su madre se levanta y mueve suavemente la cuna mientras canta una canción en voz baja hasta que la pequeña retorna su sueño. El papá está cada vez más irritado y le exige a su esposa que no se levante. "Déjala llorar hasta que aprenda que lo mejor que puede hacer es volverse a dormir", le dice a su mujer. Estima que está malcriando a Magdalena.

Esta bebé aún no puede autorregular el miedo que la invade cuando despierta en medio de la noche y percibe silencio y oscuridad a su alrededor. La actitud de su mamá, que acuna suavemente a Magdalena hasta que la niña cierra nuevamente sus ojitos, es la adecuada. El consejo del papá será válido en unos meses más, cuando su hija pueda recurrir a sus propias estrategias para autoconfortarse. En efecto, doce meses más tarde, Magdalena frota el "tuto" contra su nariz hasta retomar el sueño. Su mamá no tiene que levantarse a confortarla. A los cuatro años, la niña continúa despertando a medianoche, pero ahora es un gran león de peluche, regalo de su abuela, el que la tranquiliza. Magdalena abraza a su león en la oscuridad y en voz baja le pide que dé un gran rugido para espantar a los fantasmas. A los pocos minutos, la niña duerme nuevamente.

A partir de los cinco o seis años de edad, el lenguaje como instrumento para elaborar la emoción, en sintonía con un adulto que conforta, es el cauce que impide el desborde y permite recuperar la serenidad. El adulto se sintoniza con el niño para decodificar, elaborar y entender la emoción infantil, y contiene el desborde a través de la cercanía tierna y afectuosa. El niño se autorregula refugiándose entre los brazos acogedores del adulto y replegándose en una actitud regresiva, necesaria para recuperar el control.

Desde entonces y hasta la pubertad, el niño autorregula sus emociones a través de sus recursos de fantasía y su lenguaje interno, el cual se mueve de modo veloz hacia sus recuerdos para traer a la conciencia experiencias pasadas que le sirvan para serenarse. Los niños ansiosos o inmaduros echan mano preferentemente a la fantasía para aplacar el miedo. En esta fase del desarrollo, los personajes de cuentos y de dibujos animados cumplen un rol muy importante en la elaboración del miedo, ya que el niño adopta en su imaginación el papel del héroe o del más poderoso. Pero encauzar la rabia no es fácil para él: sigue necesitando la presencia acogedora y setena de los adultos, cuya actitud, como antes, será el cauce para el desborde emocional. Cuando el niño no encuentra ese cauce, la rabia y, en ocasiones, el miedo emergen en forma de una pataleta o de un comportamiento oposicionista, como veremos más adelante.

Caso de José Tomás

José Tomás tiene un gemelo de ocho años. Ambos acaban de llegar a la ciudad, porque su padre se cambió de trabajo. Tras algunos días de clases, el hermano gemelo de José Tomás es intervenido quirúrgicamente en forma urgente, de modo que a partir de la segunda semana escolar José Tomás debe ir solo a su nuevo colegio. Está muy asustado, añora la presencia tranquilizadora de su hermano y tiene miedo de ser agredido por dos chicos con fama de matones. Cada cierto tiempo, mete la mano al fondo de su mochila, donde tiene escondido su juguete preferido, y se aferra a él con fuerza en busca de protección, mientras las mariposas en su estómago amenazan transformarse en incontenibles deseos de ir al baño. Pálido y tembloroso, permanece como atornillado al banco cuando suena el timbre del recreo, mientras el resto de los chicos sale en tropel al patio. De pronto, la profesora se acerca a José Tomás. Con una voz dulce y cálida, lo abraza y le pregunta: "¿Te gustaría ser mi ayudante por dos semanas? Te sentarás cerca de mi pupitre y tendrás a cargo varias tareas que yo no puedo hacer sola. Además, así no echarás tanto de menos a tu hermanito. ¿Sabes?, cuando yo tenía diez años también me cambiaron de colegio y al comienzo me sentía perdida, pero luego tuve muchos amigos". José Tomás respira hondo. Lo invade una oleada de paz. La profesora será su amiga hasta que vuelva su hermano o encuentre un amigo.

Durante la pubertad (entre los trece y catorce años de edad) se desarrollan áreas cerebrales que favorecen la reflexión y el autoconocimiento. El adolescente ya no necesita la mediación de un adulto para encauzar sus emociones; le basta con replegarse mentalmente sobre sí mismo (autocontrol) y analizar de modo flexible —a través de su lenguaje interno, la memoria de sus experiencias y las enseñanzas valóricas recibidas— aquellas circunstancias que le generan ira o miedo. Esto le permite buscar soluciones adecuadas. A menudo, la conversación con sus pares, un encuentro reflexivo en el cual se produce un intercambio de experiencias y posibles soluciones, es muy efectiva en devolverle la calma. Pero el adolescente protege su intimidad frente a sus padres. Guarda silencio cuando lo interrogan acerca de su mal talante, especialmente si las estrategias de comunicación afectiva en su familia son débiles. Por principio y doctrina rechaza los consejos del adulto, sobre todo cuando son

entregados con la actitud benevolente de la persona sabia y experimentada que se acongoja al ver la ineptitud e inmadurez de los chicos o que pontifica en tono solemne olvidando una regla de oro: escuchar.

Los púberes y adolescentes experimentan cambios funcionales cerebrales muy particulares que les permiten enfrentar los desafíos sociales que están por venir. Entre estas modificaciones, la búsqueda de riesgo en los varones y la potenciación de la impulsividad por influjo grupal en niños y niñas deben ser conocidas por padres y profesores. Es probable que el creciente interés de los chicos varones entre trece y dieciocho años por vivir situaciones riesgosas, liberadoras de adrenalina, esté escrito en clave genética desde los tiempos en que, cumplida cierta edad, los adolescentes debían salir con los hombres de la tribu a cazar o a pelear contra los enemigos. Sin placer por el riesgo, el miedo los habría paralizado o los habría hecho huir. El deseo de liberar adrenalina fue el motor que les permitió convertirse en hábiles cazadores y guerreros. Esta búsqueda de riesgo se asocio a un incremento de la impulsividad y agresividad por influjo del grupo. Podemos imaginar la desazón y el miedo que experimentaba un adolescente obligado a acompañar a los hombres a cazar o a enfrentar a la tribu rival; pero si al grupo se sumaban otros chicos de similar edad, el miedo era reemplazado por una gozosa excitación. Los adolescentes mostraban los dientes con ferocidad y hacían gala de arrojo blandiendo sus lanzas y garrotes con aullidos amenazantes. Miles de años más tarde, un chico que camina solitario por la calle se muestra inhibido, pero si se le unen amigos se vuelve desenfadado, provocador y dispuesto a agredir a quien lo llame al orden. Su grupo de pares le da valor y decisión a la hora de mostrarse opositor y desafiante.

Miedo y rabia son igual a agresividad

Desde los primeros tiempos del hombre en la Tierra, las emociones y los sentimientos negativos primarios —como la rabia, el miedo, el rencor, la hostilidad, el resentimiento y el encono— están indisolublemente ligados a la agresividad, una compleja dimensión emocional orientada a la supervivencia y, probablemente, uno de los más potentes motores evolutivos biológicos. La agresividad desencadena comportamientos de daño conocidos como agresión o conducta agresiva. En la mayoría de los

niños y adultos la agresividad es un rasgo normal que se agazapa la mayor parte del tiempo, cual animal salvaje en su madriguera, silencioso y latente, sin emerger como conducta a menos que las circunstancias sean propicias. En una minoría de niños, adolescentes y adultos, la agresividad no está latente, sino activa y provoca frecuentes conductas de daño inesperadas o injustificadas. Esto ocurre debido a lesiones o a un mal funcionamiento en numerosas estructuras cerebrales específicas y cae en el ámbito de la psicopatología.

Como la agresividad es una dimensión emocional muy antigua —escrita en clave biológica de supervivencia y adaptación al medio—, se activa en forma instantánea, súbita, sin mediación de tiempo ni elaboración consciente en las siguientes situaciones:

- Cuando aparece un extraño en nuestro territorio.
- Cuando percibimos provocación (real o fantaseada), especialmente si se expresa como burla o intento de sometimiento por la fuerza (control coercitivo).
- Cuando no decodificamos adecuadamente las señales amistosas de parte de quien es percibido como extraño o antagonista.

Cuando aparece un extraño en nuestro territorio

Entre el nacimiento y los ocho o diez meses de edad, el niño no discrimina entre conocidos y desconocidos. Le sonríe abiertamente a todo el mundo, tiende sus bracitos y acepta con placer las caricias de quien se cruce en su camino. Pero el bebé sociable da paso a uno cauteloso que teme a los desconocidos, esconde su rostro contra el cuello de su madre y se aferra a ella como un koala asustado cuando un extraño intenta cogerlo en brazos. A partir de ese momento, y gracias a la maduración de estructuras cerebrales específicas, el niño —y más adelante el adulto— reaccionará "territorialmente", experimentando intensa agresividad cuando su terreno (su casa, sus juguetes) sea invadido por un extraño. Serán las reacciones amistosas del otro, como la sonrisa amplia, la mirada transparente y la actitud relajada, que también se activan automática o conscientemente al percibir una agresión inminente, las que neutralizarán el torrente agresivo

que amenaza convertirse en conducta de daño y darán tiempo para organizar una elaboración consciente y un inmediato "cambio de programa".

Pero si en vez de sonrisas y miradas claras el extraño muestra el ceño fruncido, los ojos acerados, la boca apretada y la actitud tensa y alerta, la agresividad no será neutralizada, sino que se potenciará y emergerá un repertorio de conductas de daño dependientes de la edad, el género y otros factores. Un niño pequeño morderá; uno algo mayor dará patadas y golpes de puño; un adolescente varón derribará, pateará y dará bofetadas, mientras que una joven arañará y repartirá manotazos. Sin duda que todo será más veloz y definitorio si hay un arma blanca, de fuego o un objeto contundente al alcance de la mano.

Caso de José Tomás

José Tomás y su hermano gemelo llegaron juntos a su nueva escuela el primer día de clases. Minutos antes de que la profesora entrara a la sala, José Tomás se sentó en un pupitre a la espera de que le dijeran dónde sentarse. De pronto, el dueño del puesto entró a la sala y al ver a este desconocido en su pupitre se le acercó con el puño en alto y los ojos chispeantes. "¡Oye, tú, a ver si sales de mi asiento ahora!", le gritó. José Tomás lo miró con sus grandes ojos asustados, sonrió y le tendió la mano: "Hola, soy el nuevo... y éste es mi hermano José Pedro. No te estoy quitando el puesto, sólo estoy esperando que me digan en qué lugar me tengo que sentar". El rostro pecoso del dueño del pupitre se distendió. Su actitud agresiva fue reemplazada por una sonrisa y luego, por una risa alegre. "¡Oye, pero si este otro es igual a ti! Es tu clon, es tu clon", exclamaba mientras abrazaba a ambos gemelos. Lejos había quedado su primera reacción agresiva. Posiblemente ganó dos amigos.

Es probable que por muchos años los primeros hombres que habitaron el planeta hayan deambulado solos intentando sobrevivir hasta que descubrieron que la unión hace la fuerza. Entonces apareció en la evolución ese conjunto de señales amistosas que constituyen el primer paso de afiliación. Los chicos que juegan en una plaza miran al recién llegado como antagonista. Se ponen en guardia. Son las señales amistosas del que llega

las que derriban las actitudes belicosas y dan paso a una invitación a formar parte del grupo. Así nacen las amistades, nutridas y sostenidas por potentes sentimientos positivos. El animal de la agresividad se oculta nuevamente en su madriguera.

Cuando percibimos provocación, especialmente si se expresa como burla o intento de sometimiento por la fuerza

A partir de los 24 meses, el niño comienza a percibir el alcance de su libertad exploratoria y su poder sobre personas y objetos. Se propone dimensionar activamente hasta dónde puede llegar en este ejercicio primario del dominio. De este modo se van gestando una voluntad y un goce ligados al ejercicio de la libertad y la manipulación, término este último que alude a la acción de mover con las manos un objeto o una marioneta a voluntad.

Manipular en la interacción con un adulto o un niño mayor es, entonces, intentar mover a voluntad al otro, modificando sus conductas, expectativas y decisiones para comprobar gozosamente que uno tiene poder y lo puede ejercer con alguien que indudablemente posee una facultad de dominio mayor. En este juego, el adulto —o el niño mayor— es un antagonista, de modo que uno moviliza energía agresiva, orientada a ponerse en guardia y atacar si el otro da señales de sometimiento o control. Este juego de poder es máximo durante los primeros cinco años de vida, en la edad preescolar, cuando el niño se va haciendo consciente de su pequeñez, por una parte, y de su capacidad para ejercer dominio sobre alguien con poder, por otra. Es la llamada "edad de la terquedad".

Suele ocurrir que el adulto, seguro de su fuerza, reacciona con sorna, burlándose del niño y haciéndole ver su pequeñez y su carencia de verdadero poder. Esa actitud burlona también despierta en el niño una intensa agresividad que se moviliza como una energía que se desborda en conductas de daño. Años más tarde, la edad de la terquedad se reedita en el púber que siente los intentos de control de un adulto (padre, profesor) o de un hermano mayor.

Caso de Alan y Adolfo

Alan tiene siete años. Es el primer hijo de su madre y el cuarto de su padre, quien tiene tres hombres de un primer matrimonio. Alan es un chico alegre, bondadoso y dócil, según su mamá. En pleno febrero llega a la cabaña de veraneo Adolfo, el menor de los hijos del papá, un adolescente de dieciséis años, algo inmaduro. Adolfo está celoso de Alan, a quien ve como un ladrón que lo ha despojado del cetro de hijo menor y favorito de su padre. Desde el primer día, Adolfo se propone molestar a Alan. Decide que el mejor recurso es zaherirlo haciéndole sentir su superioridad: lo apoda "microbio". Disfruta proponiéndole juegos en los cuales Alan carece de destreza o velocidad y lo interrumpe cuando está conversando. "Sólo hablas estupideces", le dice. En pocos días, la alegría de Alan se esfuma y da paso a una creciente rabia que se mezcla con el agudo dolor de la impotencia. Silenciosamente, en la cabaña de veraneo se incuba una relación peligrosa que puede desencadenar una agresión de Alan hacia Adolfo. Pero el padre de ambos chicos se da cuenta del dominio que ejerce el gato, Adolfo, sobre el ratón, Alan, y decide actuar. Le llama severamente la atención al mayor y lo amenaza con privarlo de salidas con amigos por un semestre si no cambia su actitud con el más pequeño. Lo vigila, lo somete a un control implacable y en más de una ocasión, al comprobar que las descalificaciones de Adolfo hacia Alan continúan, opta por descalificar a su vez al mayor. Le dice "cretino" y le requisita el celular por varias semanas, hasta que aprenda a tratar bien a los más chicos. Con esta reacción no logra sino confirmar los temores que Adolfo tiene en su corazón: Alan es el preferido del papá. Acto seguido, Adolfo abandona a su víctima para dirigir todo su encono hacia el padre, a quien confronta cada vez que se presenta la oportunidad. Desobedece, llega tarde a comer, permanece hasta el anochecer en la playa con sus amigos y se pone un piercing en el labio superior, que exhibe en forma desenfadada ante su padre furibundo.

En este ejemplo, el niño menor puede reaccionar en forma impulsiva ante las conductas de mofa y sometimiento del hermano mayor. Podría lanzarle algún objeto contundente o una taza de leche hirviendo... También podría ocurrir que Alan sintiera a Adolfo como un Goliath invencible y, entonces, su agresividad latente podría dirigirse contra sí mismo, en forma de una repentina úlcera gástrica, la caída de manchones de cabello —alopecia areata— u otro desorden de somatización.

Cuando no decodificamos adecuadamente las señales amistosas de quien es percibido como extraño o antagonista

Hay niños que presentan alteraciones de diverso grado y naturaleza en ciertas regiones cerebrales encargadas de percibir al otro como ser humano, decodificar sus códigos comunicativos (lenguaje verbal y no verbal, como gestos, tono y timbre de voz) o interpretar lo implícito en sus conductas. Estas habilidades, esenciales para relacionarse e interactuar con otras personas, en la mayoría de los niños están activas desde antes de nacer. Ellas decodifican e interpretan correctamente una mirada, una sonrisa, gestos faciales y corporales, desplazamientos, etc. Incitan al niño a inhibir conductas de huida o ataque y a activar aquellas de acercamiento confiado.

Caso de Claudio

Claudio tiene nueve años, presenta síndrome de Asperger y entró a un colegio privado en plan de integración. Varios días después de iniciadas las clases, Claudio continúa saliendo abruptamente de la sala ante el desconcierto de la profesora, quien decide intervenir poniéndole límites. Es así como cierta mañana intercepta a Claudio antes de que franquee la puerta del aula y lo toma suavemente del brazo mientras le dice con voz gentil, pero firme: "¡Señor conejito, usted no puede entrar y salir de la sala cuando le dé la gana como si estuviera en el bosque!". Al sentir la mano de la profesora sobre su brazo, Claudio gira sobre sí mismo, le asesta un violento puntapié a la maestra y escapa por los pasillos para ocultarse en un baño mientras grita: "¡Yo no soy un conejo, no soy un conejo!".

Los niños y adultos con síndrome de Asperger tienen disfunciones de diverso grado en las estructuras cerebrales que decodifican las señales amistosas y "leen" las metáforas que solemos decir en clave cariñosa. En este caso, el contacto con la mano de la profesora fue decodificado por Claudio como control y amenaza a su integridad física. El chico no supo descifrar "conejito" como la metáfora del animalito que salta por los campos libremente. Su capacidad de discernir no funciona, está paralizada.

Discernir si la situación amerita ponerse en guardia y movilizar energía agresiva para atacar o defenderse exige una cabeza lo suficientemente fría, capaz de seleccionar, evaluar, jerarquizar y decidir antes de actuar. Una cabeza fría es una mente con eficiencia analítica. El principal enemigo del discernimiento como estrategia de autocontrol de la agresividad es el estrés excesivo, generador de una ansiedad igualmente excesiva. Debemos recordar que la ansiedad consiste en una cadena de eventos neuronales que bañan el cerebro con sustancias químicas específicas. Una ansiedad excesiva es un baño químico que inunda el cerebro e impide mantener una mente fría y analítica. El resultado es la aparición inmediata de conductas agresivas extremas que se caracterizan por su elevada connotación impulsiva, ciega. Son conductas orientadas a la supervivencia. En sentido metafórico, la ansiedad excesiva traslada velozmente al niño por el túnel del tiempo y lo deja caer en medio de una selva prehistórica, solo e inerme, a merced de los más temibles depredadores. Vaga en búsqueda de un lugar protegido con los músculos en tensión, los puños apretados, las pupilas dilatadas. Su corazón late desbocado como si se le fuera a salir del pecho. Todo le despierta una inmediata reacción defensiva; mira alerta buscando al enemigo o al depredador. Más de una vez descarga su machete sobre una rama que cruje o un animal que se desliza tras el follaje. En otras palabras, la ansiedad le calienta la cabeza, le impide discernir y facilita que surjan en él conductas agresivas. Esto se llama "ansiedad persecutoria".

Caso de un niño en un terremoto

Una ciudad ha sido devastada por un terremoto. Horas después, mientras continúan los derrumbes, un chico emerge súbitamente entre los escombros de una casa, corre sin rumbo y se agazapa en un portal, enloquecido de pavor. Un bombero rescatista acude a protegerlo, pero cuando el chico lo ve acercarse, coge una piedra enorme y se la lanza al rostro para luego reanudar su loca huida. La ansiedad extrema que lo enceguece le ha impedido discernir que el uniforme que viste el hombre es el de un bombero, que su expresión es de solícita amistad y que se ha acercado con la intención de socorrerlo.

CAPÍTULO II

PSICOLOGÍA DE LA VIDA EMOCIONAL INFANTIL: PERSONALIDAD Y CONDUCTA

En los primeros veinte años de la vida, el ser humano aún no es autónomo y depende del conjunto de normas y límites que le imponen los padres, la escuela y la sociedad como requisito para lograr ser aceptado como ser social. Durante estas dos décadas es fundamental que logre hacerse cargo de las consecuencias de sus acciones e internalice, es decir, haga suyo, el corpus valórico que padres, escuela y sociedad le imponen, el cual, en términos muy gruesos, se sustenta en la capacidad de discernir entre lo correcto y lo incorrecto. Esta capacidad es el fundamento psicológico del desarrollo moral y una condición básica para poseer inteligencia emocional, es decir, saber adaptarse creativamente a las exigencias sociales. Esta capacidad se sustenta, entre varios otros factores, en las siguientes dimensiones psicológicas:

- Atribucionalidad.
- Locus de control.
- Carácter, un motor propulsor.

Atribucionalidad

La atribucionalidad interna es la capacidad de asumir las consecuencias propias de las acciones. Consiste en tomar distancia mental en una

determinada situación para reflexionar y sacar conclusiones que sean de provecho, con el fin de optimizar los recursos de adaptación, ser objetivo en los juicios, aprender de las experiencias pasadas, reconocer el grado de responsabilidad propia en determinadas circunstancias y establecer nexos de causalidad entre actos y consecuencias.

Caso de Arturo

Arturo tiene catorce años. Es el capitán del equipo de fútbol de su curso y su papá lo castigó privándolo de salir y de entrenar durante un mes, pues el chico cometió una falta grave: sacó sin permiso la escopeta de caza de su hermano mayor y disparó a los ventanales de la casa vecina, que está deshabitada. En total, son seis grandes cristales los que deberán ser rápidamente repuestos. Es sábado y Arturo se escapa por la ventana del baño para ir a jugar fútbol, desobedeciendo el castigo. Al ser sorprendido, reacciona en forma airada, argumentando que el castigo es injusto porque él no cometió ninguna falta: "La casa estaba deshabitada, yo no le disparé a nadie", dice.

En este ejemplo vemos a un chico de catorce años que aún no es capaz de establecer un nexo entre las consecuencias de una acción y la responsabilidad directa que a él le cabe en ella. Arturo suele culpar de sus malas calificaciones a la profesora que, según él, le tiene mala barra o al gato negro que se le atravesó camino al colegio. El día que devoró la torta de cumpleaños de su hermanita antes de que llegaran los invitados, culpó a su mamá por haberla dejado encima de la mesa. Arturo presenta una atribucionalidad externa, la cual le dificulta su oportuno desarrollo moral. Los chicos como él se caracterizan por tener una pobre capacidad reflexiva, mostrarse impulsivos y ofuscarse cuando se les invita a reconocer su responsabilidad en determinadas acciones.

Locus de control

Se denomina "locus de control" al proceso por el cual el niño regula socialmente su conducta. Un locus de control interno refleja una adecuada aceptación de los principios valóricos, morales y de crianza entregados por el medio. Se podría decir que, a través de este proceso, el niño deja atrás la libertad primaria, propia del preescolar, que le permitía dar rienda suelta a sus impulsos, y adquiere una segunda libertad, de tipo social, en la cual se rige por convenciones y acuerdos que acepta como propios.

Un chico con locus de control externo, en cambio, se queda en la libertad primaria, sujeto al dictado de sus impulsos, y obedece normas, convenciones y límites morales sólo por temor a ser castigado, pero sin entenderlos ni hacerlos suyos.

Entre los siete y los diez años de edad, la familia, la escuela y el entorno social le van entregando al niño un corpus de normas, valores y principios que gradualmente él adopta como propios, y que serán más o menos sólidos según la consistencia, consecuencia y autenticidad de los agentes formadores. Si a este corpus valórico se le añade una formación religiosa, el desarrollo moral ya estará prácticamente completo cuando el niño llegue a la pubertad.

Caso de Arturo

Volvamos a Arturo, que ha sido severamente advertido: no puede sacar la escopeta de caza de su hermano hasta tener la edad y el criterio para usarla.

Sin embargo, pocas semanas después del episodio de los ventanales, el jardinero lo sorprende al fondo de la parcela disparándoles a unos zorzales. Cuando el jardinero le hace ver que ha desobedecido la orden de su padre, Arturo sonríe burlonamente, se encoge de hombros y dice: "No importa, mi papá anda de viaje".

Este adolescente guía su conducta por el principio de la obediencia impuesta: para él, una acción es reprochable si corre riesgo de ser sorprendido cometiéndola. Si no existe ese riesgo, la acción deja de ser reprochable. Arturo presenta locus de control externo. Años más tarde, será el joven que violará las normas de tránsito, conducirá bajo los efectos del alcohol o hará compras por internet con la tarjeta de crédito que le sacará al hermano mayor.

Carácter, un motor propulsor

Desde muy temprano, la vida le impone desafíos al niño. El grado de éxito que tenga en afrontarlos depende de una dimensión de la personalidad humana denominada "carácter", la cual, a diferencia del temperamento — que es la dimensión innata de la personalidad—, debe ser modelada a través de una formación sistemática dirigida específicamente a un objetivo. Poseer carácter es disponer de un conjunto de destrezas que le otorgan solidez, consistencia y objetividad a la conducta humana y provoca en los demás una suerte de confianza y fe. Si los talentos cognitivos y sociales ponen a un niño en la senda del éxito, será su carácter el que lo conduzca a la meta evitando que abandone su propósito o se desvíe a medio camino.

La formación del carácter se sustenta en la presencia de un conjunto de funciones cerebrales destinadas a administrar eficientemente los talentos cognitivos y sociales, pero depende de modo muy íntimo de un mediador,

un educador del carácter. Creo firmemente que la evolución ha elegido a los padres (varones) y a los maestros (varones también) como arquitectos del carácter infantil. A lo largo de muchos años de trabajo profesional he recibido cientos de testimonios de adultos que reconocen haber llegado muy lejos en sus logros personales y profesionales porque desde muy pequeños contaron con la presencia modeladora de un padre, un abuelo u otro varón que les entregó las armas necesarias para triunfar de modo legítimo en la arena de la vida y sus desafíos.

El carácter es una dimensión psicológica que incluye un conjunto de ideas, conceptos, sentimientos y comportamientos cuyo sello distintivo es la fortaleza para enfrentar los desafíos y llegar a la meta. Tener carácter implica:

- Voluntad: una firme determinación.
- Tesón: ser perseverante.
- Sacrificio: saber posponer gratificaciones inmediatas en pos de un objetivo mediano.
- Responsabilidad: hacerse cargo de las consecuencias de cada acción.
- Compromiso: responder ciento por ciento a cada obligación asumida, sin dilaciones ni justificaciones.
- Objetividad: evaluar la marcha de una determinada conducta en pos de un objetivo con la máxima imparcialidad.
- Consecuencia en el actuar: no transar en las propias opciones si ellas se afirman en convicciones.
- Coraje: no arredrar si se tiene una meta.

- Honestidad: saber detenerse si se comprueba un error, especialmente si puede ser perjudicial o dañino para terceros. Esto significa reconocer el error y asumir sus consecuencias.

CAPITULO III

EDUCACIÓN EMOCIONAL: EL PAPEL DEL AMBIENTE

Hemos visto que la conducta oposicionista —que en los niños pequeños se presenta como pataletas y en los más grandes como comportamientos desafiantes, confrontación con el adulto, desobediencia y tendencia a molestar deliberadamente— puede tener su origen en factores biológicos o psicológicos del niño. Entre ellos se cuentan la ansiedad, el miedo, la impulsividad o dificultad para autorregular las emociones, la tendencia a atribuir a terceros las consecuencias de las acciones propias y el acto de obedecer sólo por temor al castigo.

Sin embargo, en los ejemplos que han ilustrado los párrafos anteriores queda en evidencia que la causa de los problemas de conducta infantil y adolescente es multifactorial y que dicho comportamiento puede ser favorecido y perpetuado por los adultos. Ello ocurre cada vez que los adultos cometen errores en su papel de agentes socializadores del niño.

Socializar es implantar normas y límites, educar emocionalmente y acompañar al niño en el cumplimiento de tareas. Es un trabajo complejo, exigente y arduo, que debe llevarse a cabo sistemáticamente por varios años, sin claudicar. Por desgracia, numerosos factores propios del sistema de vida actual se confabulan para impedir que los adultos lleven a cabo en forma exitosa sus tareas de socialización: el estrés crónico y la sobrecarga laboral de los padres (y su consecuencia inmediata: el déficit en cantidad y calidad de tiempo dedicado a los niños); las salas atestadas de alumnos; los maestros agobiados por el estrés, y la presencia en los hogares de una creciente cantidad de agentes de dudosa capacidad formadora que ingresan

a través de la televisión e internet son los factores más estudiados. Sin embargo, mi experiencia profesional y mi contacto con padres y profesores me llevan a estimar que la principal causa de las deficiencias y serios errores en la educación emocional de niños y adolescentes se debe a la incapacidad o dificultad de los adultos de usar el sentido común, empalazar con los más pequeños y conocer mínimamente la biología y psicología de la niñez.

No todos los adultos tienen una tarea socializadora. Son aquellos adultos llamados "significativos" quienes llevan sobre sus hombros esta misión: padres, abuelos, profesores, tutores, nanas y, en determinadas circunstancias, tíos, padrinos, etc. Ser un adulto significativo en la vida de un niño es una enorme responsabilidad y muchos adultos parecen no haberla dimensionado en forma cabal.

A continuación me referiré a las tareas de socialización que deben cumplir los adultos significativos.

1. Implantar normas en forma oportuna y sistemática

Las normas son convenciones que se establecen sobre fundamentos sólidos de base empírica o científica. El adulto fija la norma y el niño la acepta y la cumple, por lo tanto, hay un contrato de obediencia. Inicialmente se trata de una obediencia impuesta, pero pocos años después, una vez que el niño comprende y acepta los fundamentos de la norma, ésta se transforma en un principio valórico. Una vez implantadas en el hogar, las normas adquieren estatus de inamovibles. Entre ellas destacaremos algunas que son esenciales en una casa.

Respeto: consiste en una actitud de consideración hacia otro y contempla exigencias de buen trato en la actitud, los modales y el lenguaje. El respeto proscribe toda actitud desconsiderada y procaz (como el empleo de insultos, las palabras soeces y el trato abusivo) y promueve la gentileza en toda ocasión. Esta norma fundamental se debe inculcar tempranamente, antes de los cinco años de edad, y tiene que consolidarse a través del ejemplo.

Caso de Martín

Martín tiene cuatro años. Es el menor de seis varones y el conchito de la familia, ya que nació siete años después del hermano que lo antecede. Desde que entró al colegio ha adquirido fama de garabatero. Su sucio vocabulario (llamado en lenguaje técnico "coprolalia", que significa literalmente -excrementos lingüísticos") es un compendio de palabrotas que los compañeros aprenden y repiten en sus hogares. La profesora ha recibido quejas de los apoderados de los demás niños. Al ver que sus reprimendas y amonestaciones se estrellan contra la gozosa coprolalia de Martín, la maestra decide citar a los padres del chico. En la entrevista, ellos se manifiestan escépticos acerca de poder limpiar el vocabulario de su retoño. Explican que, como es el menor de seis hombres, ha crecido en la más eficiente escuela de palabrotas. Los docentes son sus hermanos, cuyo lenguaje ha sido imposible de corregir. El mayor, quien juega fútbol en una liga y es de naturaleza impulsiva, es, en palabras del papá, el decano de la escuela y quien implanta cada semana nuevas y cada vez más filosas palabrotas. El padre reconoce que nunca corrigió a sus hijos; más bien los alentó a ser groseros, pues estimaba que el vocabulario refinado era impropio de varones con los pantalones bien puestos. La madre declara abiertamente que ha dado por perdida la batalla, ya que incluso su marido es mal hablado. "Hay que optar por ponerse tapones en los oídos", se disculpa tímidamente ante la profesora.

En este ejemplo vemos que el padre no supo implantar una norma básica en la casa. No sólo validó el lenguaje soez como signo de masculinidad, sino que permitió que cada nuevo hijo lo incorporara como estilo de comunicación verbal en la dinámica de interacciones en el hogar. No se detuvo a pensar que aquello que los chicos aprenden como modelo en la casa, lo hacen suyo y lo muestran como estilos habituales de comportamiento en otros contextos.

Hábitos de orden y de buen uso del tiempo: la vida en comunidad exige mantener los espacios ordenados, cumplir con reglas sobre los lugares específicos donde se deben realizar determinadas actividades cotidianas en la casa (como almorzar y cenar en la mesa y no con una bandeja en la cama), y respetar horarios para acostarse, levantarse, jugar y recrearse, los que no deben interferir con los horarios de comida, por ejemplo.

Caso de Martín

Nos asomaremos a la casa de nuestro ya conocido Martín y sus hermanos. Nos enfrentamos a este escenario: es imposible encontrar un espacio ordenado. Los dormitorios de los hijos mayores parecen campos de batalla en los cuales la ropa tirada por doquier, la batería, la guitarra, los discos, los cuadernos, las zapatillas, la pelota de fútbol y cientos de otros objetos aparecen diseminados por el suelo o apilados sin orden sobre mesas y sillas. El hermano mayor llega al anochecer de la universidad, apurado para no perderse su serie favorita, Los Simpson, de modo que le exige a la empleada que le suba la bandeja con la cena al dormitorio. Dos adolescentes hacen sus deberes sobre la alfombra del living mientras beben Coca Cola y, de paso, derraman un vaso y cubren la mancha con un libro de biología. El padre, que ha llegado del trabajo, quiere leer el diario en su sillón favorito, pero no puede, pues los adolescentes que hacen sus deberes sobre la alfombra pelean a gritos. Entonces el padre sube a su dormitorio para ver las noticias en la televisión, pero allí, sobre la cama matrimonial,

hay una batalla campal entre Martín y su hermano de doce años, que se disputan a almohadazos el control remoto. Bajo los pies de ambos chicos, desparramados, están los cuadernos del hermano de doce años, quien todavía no hace sus deberes porque se sentó a ver televisión cuando llegó del colegio y recién ahora, a las nueve de la noche, quiso empezar a escribir su tarea cuando Martín trepó a la cama a ver Discovery Kids. En el comedor, la madre dispone la mesa en silencio, resignada.

En este ejemplo comprobamos que los padres de Martín han sido incapaces de implantar los hábitos de orden y planificación responsable del tiempo, que constituyen normas básicas. Es probable que, una o dos horas después, el padre decida enviar a sus hijos a dormir a correazos como único modo de establecer el orden. Y es muy probable también que la madre sea la última en irse a la cama, porque se quedará recogiendo cuadernos, ordenando mochilas y limpiando las manchas de Coca Cola en la alfombra.

Rectitud y honestidad: se les debe inculcar tempranamente a los niños el valor de ser veraz, decir la verdad asumiendo los costos que ello implica y reflexionar cuando se ha cometido un error para evitar repetirlo, en especial si dicho error ha perjudicado a terceros.

2. Poner límites claros, consistentes y flexibles

Los límites son reglas flexibles que los padres implantan en consonancia con los logros de autonomía del niño a medida en que éste va creciendo: límites de horario para ir a jugar a la plaza, para ir a la casa de un amigo, para ir a una fiesta, etc. Si bien los límites tienen que ser claros, firmes y consistentes, deben ser necesariamente flexibles y acomodarse a variables tales como la edad y el nivel de madurez de los hijos. También hay que

considerar las variables propias del entorno, como vivir en la ciudad versus en el campo.

Caso de Bastián

Bastián tiene trece años. Después de desarmar su bicicleta, dejó las herramientas tiradas en el cobertizo, la puerta de calle manchada con grasa y partes de la bicicleta en el sendero por el que se entra a la casa. Sin haberse lavado las manos, ahora juega en el computador. Su mamá lo reprende. le recuerda que antes de encender el computador debe hacer los deberes escolares y preparar su mochila, y le pide que guarde todo lo que dejó tirado. Bastián le responde con gritos, amenazas e improperios. Minutos más tarde, sale de la casa dando un portazo y regresa casi a la medianoche.

Este chico desconoce dos normas básicas: el necesario cuidado de sus pertenencias (que implica mantener un mínimo orden en la casa) y el respeto hacia su madre. Además, rompe los límites relativos a los deberes escolares y las salidas. Si bien los chicos suelen tornarse desafiantes durante la pubertad, es muy probable que Bastián haya sido educado sin clara conciencia de las normas y límites que debe cumplir y respetar.

3. Educar emocionalmente

Los adultos significativos tienen como misión educar las emociones de los niños para que desarrollen una temprana autorregulación emocional, aprendan a ser reflexivos, incorporen gradualmente un corpus valórico, se hagan cargo de modo responsable de las consecuencias de sus acciones y

construyan el carácter. La educación de las emociones y del carácter del niño es una tarea exigente para el adulto; precisa tiempo, paciencia, creatividad, flexibilidad, ternura, convicciones, un mínimo conocimiento de la niñez y de la adolescencia como etapas del ciclo de la vida y, en lo posible, algún grado de cultura y sabiduría de vida. Pero, por encima de todo, exige que el adulto que guía al niño haya contado en su propia infancia con un buen educador emocional.

Para ser un buen educador emocional es indispensable poseer un conocimiento intuitivo o científico de las tareas del desarrollo infantojuvenil, denominadas "tareas de cumplimiento". Se trata de objetivos que se deben alcanzar a determinada edad para acceder a una siguiente etapa de desarrollo sobre una plataforma suficientemente sólida. Constituyen dimensiones del crecimiento cognitivo, emocional y social de los niños y son relativamente universales, es decir, trascienden las diferencias culturales, étnicas, geográficas e incluso históricas.

En otras palabras, durante los primeros veinte años de la vida, niños y adolescentes deben cumplir de modo sucesivo ciertas tareas para crecer como personas y acceder a la próxima etapa de desarrollo. Cada etapa madurativa tiene su sello personal en cuanto a la naturaleza de las tareas por cumplir. Así, en el plano emocional y social, un bebé debe aprender a confiar en sus seres más cercanos y, a través de ellos, en el ser humano. Es una confianza básica, fundamental para las vinculaciones. Un preescolar tiene que aprender a regular internamente su temperamento, adquirir las primeras nociones de autonomía, fortalecer su confianza básica y aprehender el mundo a través de la experiencia directa y concreta. Un púber debe aprender a ser reflexivo y un adolescente, a hacerse cargo de sí mismo.

En cada una de estas tareas es necesaria la presencia de adultos significativos. Lamentablemente, el desconocimiento de estos objetivos o la tendencia de los adultos a aferrarse a prejuicios relativos al desarrollo

infantil y a aplicar técnicas intuitivas sustentadas en su propia experiencia suele podar el desarrollo infantil al impedir que cada tarea de cumplimiento se complete para dar paso a la próxima. Estos errores se pagan caro, ya que facilitan y perpetúan un problema de conducta. Abordaremos las tareas de cumplimiento en el capítulo destinado a conocer la llamada "rebeldía normal del desarrollo".

Indudablemente, los adultos con ciertos rasgos de personalidad, equilibrados y más bien relajados frente a la vida, sin ser permisivos, indolentes o negligentes, son los más sabios en su papel de educadores emocionales. El primer lugar en el ranking de habilidad lo ocupan los abuelos, seguidos por los padres de una prole numerosa que se están entendiendo con el benjamín de la familia; los padres algo mayores (con vocación de abuelos); las madrinas y los padrinos muy cercanos, conscientes de que su tarea no es educar al ahijado; las educadoras de párvulos y profesores en la edad media de la vida, ni tan jóvenes como para temer que su autoridad rambalea, ni tan entrados en años como para claudicar ante la fatiga de educar a chicos difíciles; las niñeras y nanas encargadas de criar niños, que no son necesariamente madres, pero sí profundamente sabias, alegres y lúdicas. También he conocido adolescentes, varones y mujeres, que hacen gala de una maravillosa sabiduría innata al ayudar a sus madres a formar y educar emocionalmente a sus hermanos pequeños. Lamentablemente, son tan valiosos como escasos.

Pero otros adultos definitivamente carecen de dedos para el piano como educadores emocionales. No es difícil describirlos: son la imagen contraria de los anteriores. Son rígidos, ansiosos, impacientes, convencidos de que educar emocionalmente a un niño es sinónimo de disciplinario. Pueden ser adultos jóvenes, de mediana edad o mayores, articulados en torno a un denominador común: van por la vida aferrados a una idea fija. "Si no subyugo ahora a este cuervito, mañana me sacará los ojos", piensan. Los invaden prejuicios sin fundamento, generalmente alimentados por el miedo a perder el control. Observan conductas infantiles tan inocentes y deliciosas

como chapotear en el barro, correr por los pasillos o trepar un cerco y concluyen enfadados: "Si no controlo a este niño ahora, a los quince años me robará las llaves del auto". Ven en toda conducta transgresora de los adolescentes un germen de desorden y caos social. Son adultos mayores aferrados a su pasado, cuando los niños y los adolescentes no podían hablar en la mesa y sabían que toda osadía se pagaba con una paliza. Confunden el natural respeto con el control a través del terror. Son adultos que comparten la rabia, la frustración, la insatisfacción, el pesimismo y el desencanto existencial. Se irritan frente a la conducta libre y gozosa de un niño pequeño. También son adolescentes enfadados que ven en la tarea de representar a sus padres como educadores emocionales de sus hermanos menores la oportunidad de sacar a la superficie todo su resentimiento y frustración, mostrándose implacables a la hora de disciplinar.

Caso de dos niños en el aeropuerto

Un caluroso día de marzo regresaba a Santiago desde el sur. Al subir al bus del aeropuerto que me acercaría al terminal, dos niños de unos cuatro y cinco años de edad treparon en forma traviesa hacia el sector destinado a las maletas. Más allá estaban la madre, pequeña y de aire serio; la abuela, apoyada en bastones ortopédicos, y el padre, fornido y de voluminoso abdomen, quien les llamó varias veces la atención a los chicos con voz estentórea, exigiéndoles que se acercasen de inmediato al lugar donde él se hallaba. Al verse ignorado por sus hijos, el padre cogió a la niñita de los cabellos y, levantándola en el aire, la atrajo con brusquedad a su lado. La niña comenzó a gimotear y buscó refugio en el regazo de la abuela. Clavé mis ojos en el padre, quien, sonriendo, buscó mi aprobación. "¿Se da cuenta de lo porfiados que son? Sólo así me hacen caso", comentó.

No vale la pena transcribir el áspero diálogo que inicié con el padre, sino más bien analizar lo ocurrido: los niños pequeños, probablemente cansados y aburridos, comenzaron a jugar en un bus atestado de pasajeros. El padre

consideró que estaban molestando y los reprendió. Los niños se mostraron rebeldes y lo ignoraron en vez de obedecerle. La rebeldía les costó caro: fueron maltratados. ¿Por qué actuó así ese padre y, además, justificó y legitimó su trato abusivo? Sería imposible responder a esta pregunta, por cuanto cada adulto que "educa" de ese modo a sus niños pequeños obedece a motivaciones distintas. Pero, sin duda, en su proceder debe estar presente lo que sigue: la voluntad de disciplinar a toda costa ("hay que criarlos derechitos"), la secreta frustración generada porque los chicos están cada vez peor, la ira contra la suegra que siempre acaba consolando a los chicos y lo desautoriza con su actitud y el desencanto con su esposa, que tácitamente reprueba la violencia.

Este ejemplo pone de manifiesto la dificultad para mantener a raya nuestras propias emociones y sentimientos cuando educamos emocionalmente a los niños. La educación emocional exige objetividad, una suerte de corte de energía contrariedades de la existencia— y nuestro papel de formadores de niños. Es indudable que dicha separación es imposible; cada una de nuestras conductas está teñida por fenómenos afectivos inconscientes y, por lo tanto, imposibles de controlar. Pero los adultos poseemos la capacidad de programar nuestras conductas desde la reflexión, lo cual nos permite una razonable e imprescindible neutralidad.

¿Es posible identificar situaciones y actitudes adultas que detonan problemas de conducta en niños y adolescentes? Sí, es posible. Lo valioso de este ejercicio es que al reconocerlas podemos evitarlas y conquistar con mayor facilidad la necesaria objetividad en nuestro papel de educadores emocionales. Vamos a mencionar aquellas actitudes y situaciones críticas que más favorecen las pataletas, las conductas desafiantes y las constantes confrontaciones del niño o el adolescente con el adulto.

- El adulto muestra un intento real de control coercitivo en la aplicación de normas y de límites, en su papel de educador emocional o en su rol de

acompañante en las tareas de cumplimiento. El control coercitivo surge en interacciones verticales, es decir, cuando hay un subordinado y un dominador. El subordinado, en este caso el niño, no entiende o no está de acuerdo con la posición de quien ejerce el control, de modo que se establece una oposición de presuposiciones contrapuestas. El adulto considera que debe doblegar al niño, mientras que el niño asume que el adulto lo quiere dominar. Se crea un conflicto de poder.

- El niño o adolescente interpreta la conducta del adulto como control coercitivo en los roles anteriormente señalados. Como las relaciones adulto-niño son verticales por los primeros quince años de la vida del menor, es natural que el chico atraviese por sucesivos períodos de rebeldía. Estas fases no son sino la expresión de una lucha entre la autoridad que norma y pone límites y la naturaleza libre de un niño, que percibe en cada norma un intento de control. El problema surge cuando el adulto ejerce la autoridad desde el control y la presión y no desde la empatía.

- El adulto muestra un comportamiento errático, inconsistente, que impide que el niño establezca un patrón conductual coherente. Los niños miran a los adultos como infalibles, poseedores de la verdad, y esperan de ellos claridad en sus juicios, consistencia en sus decisiones y honestidad en su actuar. Cuando se dan cuenta de los errores de los mayores, los niños se confunden y aparecen en ellos los comportamientos erráticos, la resistencia a aceptar lo que no logran entender y la búsqueda ciega de preservar su libertad y capacidad de decisión.

SEGUNDA PARTE

LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA Y SU ABORDAJE

En el primer capítulo dividimos los trastornos conductuales de niños y adolescentes en tres grandes grupos:

- Conducta rebelde propia de la edad de desarrollo.
- Conducta rebelde reactiva.
- Conducta rebelde como expresión de una psicopatología.

La conducta rebelde reactiva y la conducta rebelde como expresión de una psicopatología han sido activamente estudiadas por las distintas disciplinas que conforman el área clínica infantil, descritas profusamente en textos de psicopatología infantojuvenil y codificadas en el Manual Estadístico y Diagnóstico de Enfermedades Mentales, conocido como DSM, el cual agrupa los análisis interdisciplinarios de expertos y es actualizado y revisado cada cierto tiempo. En cambio, la conducta rebelde propia de la edad de desarrollo constituye un objeto de estudio de la psicología infantil.

En los capítulos siguientes conoceremos cada uno de estos tipos de conducta rebelde y aprenderemos cómo identificarlos y abordarlos de modo efectivo con estrategias fáciles de aplicar en la casa y en la escuela.

APÍTULO I

CONDUCTA REBELDE PROPIA DE LA EDAD DE DESARROLLO

El desarrollo neurobiológico y psicológico infantil se extiende durante las dos primeras décadas de la vida. En estos largos veinte años, el niño, y luego el adolescente, atraviesa sucesivas crisis del desarrollo, las cuales obedecen a dos causas. La primera radica en las modificaciones cerebrales esculpidas en los genes por miles de años de historia evolutiva (filogénesis de la especie), durante los cuales el ambiente fue ejerciendo paulatinas presiones de adaptación. La segunda se relaciona con los escenarios histórico, geográfico y biográfico en los cuales cada ser humano vive su guión existencial. Estos escenarios se imbrican íntimamente provocando fenómenos conductuales específicos, entre los cuales las crisis conductuales ocupan un lugar destacado, pero no el único.

Los cambios internos que vive el niño a medida que crece, unidos a las distintas circunstancias que configuran su escenario biográfico, explican por qué se suceden crisis existenciales, cada una de ellas con una expresión propia. Entre los diez y los doce años, el niño intuye los cambios que se avecinan, los cuales pondrán fin a la niñez y traerán consigo nuevos desafíos. Esta intuición provoca en él una profunda tristeza, al modo de un duelo por la infancia que empieza a alejarse y de un conflicto entre el miedo a lo que se avecina y la curiosidad por tener nuevas experiencias. Lo mismo sucede con el adolescente, quien adquiere súbitamente una aguda noción de las responsabilidades que lo aguardan, de las expectativas de sus padres y profesores, a quienes no puede defraudar, y de la inminente pérdida de su preciada libertad al tener que asumir responsabilidades, como entrar a la universidad o al mercado laboral. No es de extrañar entonces que los chicos transiten por sucesivos momentos de melancolía, introversión y miedo que se reflejan en sus conductas y afectan negativamente su disposición para responder a las exigencias a las que son sometidos.

Caso de Andrés

Andrés tiene once años y es el menor de tres hermanos. Hasta fines del año anterior era "la alegría del hogar", siempre contento, lleno de una energía que canalizaba jugando y practicando hockey en el colegio. Los fines de semana llegaban muchos amigos a la casa, atraídos por la personalidad cálida y expresiva de Andrés. Pero este año Andresito "parece enfermo", según su mamá. "Anda enrollado", dice el papá. Silencioso, con la mirada perdida, pasa horas en su cama observando el techo y se queja de estar permanentemente cansado. Ya no quiere jugar hockey ni invitar amigos a la casa. En él han reaparecido viejos miedos, que incluso lo han llevado a pasarse a la cama de sus padres en la noche. y se muestra sensible en extremo, a tal punto que sus dos hermanos mayores se burlan de él y lo apodan "Magdaleno". Una tía de profesión enfermera ha sugerido tímidamente que Andrés podría estar deprimido.

En efecto, Andrés no está bien, pero su melancolía y desgano no llegan a configurar una depresión. Simplemente, el chico ha empezado a experimentar el duelo por una niñez que empieza a batirse en retirada. Más que nunca necesitará la cercanía cariñosa de sus padres, quienes no deberán presionarlo para que reanude sus actividades mediante amenazas o descalificaciones. Andrés también necesitará la comprensión de sus hermanos, ya universitarios, quienes parecen haber olvidado que los once años no siempre son luminosos y confiados. En unos dieciocho meses más, Andrés recuperará su natural aplomo, lo invadirá nuevamente la energía vital y se mostrará ansioso por ingresar a la extravertida edad puberal.

Lo que vive Andrés es una crisis existencial. La conducta rebelde durante el desarrollo es un fenómeno distinto. Es la expresión visible de una pugna subterránea entre el niño y el adulto, que se origina en las distintas

concepciones de libertad, autonomía y autodeterminación que abrigan y defienden cada uno, pugna similar a la vivida por las colonias americanas al momento de optar por la libertad y luchar por conquistar su autonomía como nación y su derecho a la autodeterminación política. Bajo esta óptica podemos visualizar tres grandes momentos de rebeldía como parte del desarrollo: la rebeldía del párvulo o preescolar, la rebeldía puberal y la rebeldía adolescente.

La rebeldía del párvulo

El párvulo o preescolar es una nave lanzada a la conquista de los mares: posee una flamante autonomía motriz, adquirida entre los diez y los dieciocho meses de vida, que le permite desplazarse, trepar, bajar escaleras, abrir puertas y rejas, correr, escabullirse, proyectarse gozosamente cual saeta disparada al blanco y vivir nuevas experiencias a su modo, no al modo determinado por el adulto. Ése es el núcleo alrededor del cual se articula su conducta: la puesta en práctica de una libertad y una autonomía que pugnan por actualizarse. Esta búsqueda de experiencias, esta ansia de conocer el mundo que lo rodea y de activar su aparato motor, dura los primeros cinco años de la vida y es una fuerza interna formidable, similar al gozoso desbocarse de las aguas desprendidas de las nieves en lo alto de una montaña, que parecen ignorar la necesidad de un cauce que las contenga. El niño pequeño parece movido por una energía inagotable, a tal punto que si permanece quieto y replegado sobre sí mismo o acurrucado en el regazo de la madre mientras el resto de los párvulos juega gozoso en la plaza, más de alguien comentará preocupado: "Algo le pasa a ese niño. Debe estar enfermo".

Moverse con objetivo exploratorio y de aprendizaje a través de la experiencia es una tarea primordial en estos primeros cinco años de la vida. Por eso es que los sabios jugueteros de antaño idearon el caballito-balancín,

el triciclo, las pequeñas ruedas laterales adosadas a la bicicleta y los balones. entre otros juguetes.

En esta primera tarea de cumplimiento se oculta el germen de la primigenia rebeldía infantil, la cual, si bien es transitoria, en muchos niños se convierte en el capítulo inicial de una larga y pedregosa senda de desencuentros con los adultos, desencuentros articulados en torno al gozo de la libertad. ¿Por qué surge, incontenible, la rebeldía? Porque ante esta energía de exploración y descubrimiento, el papel de los padres y educadoras de párvulos consiste en proteger al niño de los riesgos. Pero este rol de vigilancia a través de la imposición de límites no es la única causa de la rebeldía; ella se potencia porque a esta tarea de cumplimiento del niño se suma una nueva, la cual empieza a implantarse apenas llega a los dos años de edad: adquirir las normas básicas para insertarse en una estructura social. Al tener estas dos tareas de cumplimiento simultáneas, se potencia en el niño la percepción de que el adulto intenta someterlo, lo que se opone a su búsqueda infantil de libertad.

La situación se torna más compleja si a este conflicto añadimos dos características madurativas del preescolar que suelen incidir negativamente en este proceso: la adquisición de la autorregulación emocional, la cual es gradual y, por lo tanto, precaria, y el fuerte egocentrismo propio del párvulo, el cual lo lleva a demandar atención. Describamos entonces a un típico párvulo: un niño o niña que quiere atención exclusiva, es inquieto o inquieta, desea explorar a su manera, desconoce aún las reglas que rigen la conducta social, se activa emocionalmente en exceso con mucha facilidad y manifiesta intensamente su enojo o frustración. El resultado es un párvulo que se opone a los intentos de protegerlo de los peligros mediante límites, dice "no" a todo y tiene como rasgo característico la obstinación. El niño se resiste en forma activa a los intentos de inculcarle normas y responde con su más poderosa arma: la pataleta.

Se denomina pataleta a una expresión conductual de intensa rabia, caracterizada por llanto, gritos y comportamientos primitivos, como lanzarse al suelo, golpear el piso con los pies y los puños o darse cabezazos contra un muro o el suelo. En casos extremos, la pataleta se acompaña de agresión física, generalmente, cuando el adulto intenta controlar al niño coercitivamente.

El abordaje de las primeras pataletas es crucial para la definición de las siguientes: si se enfrentan adecuadamente se irán extinguendo con relativa facilidad, dependiendo del temperamento del párvulo. Si son abordadas con control coercitivo, es probable que se vuelvan cada vez más intensas y se generalicen en muchas y variadas situaciones cotidianas. El adulto se exasperará y sentará las bases para una futura rebeldía reactiva. Las primeras pataletas del párvulo desenmascaran al adulto. Muestran de manera inexcusable si posee habilidades innatas para sobrevivir a la tempestad conductual del niño o si cree —grave error— que al párvulo hay que someterlo antes de que sea demasiado tarde.

La pataleta no debe recibir ningún tipo de refuerzo. Los adultos no deben correr a cumplir lo que el niño desea, hacer promesas, rogar ni mostrarse exasperados o desesperados. Tampoco deben intentar someter al pequeño por la fuerza, ya que de ese modo sólo consiguen intensificar la conducta rebelde, lo cual aumenta, a su vez, la exasperación y la rabia. Así se establece un círculo vicioso que sólo se interrumpe con la agresión del adulto, como zarandear al niño, darle una palmada en el rostro o emplear el clásico correazo. Estos correctivos no son inocentes. Al recurrir a ellos para zanjear el problema, el adulto va está fuera de sí, de modo que es probable que golpee al niño con violencia descontrolada.

Lo que debe hacer el adulto es mantener la calma aguardando sin intervenir hasta que la energía rabiosa se agote y desaparezca. Cuando la pataleta tiene espectadores —otros miembros de la familia, transeúntes, público en una

tienda—, es probable que antes de que se extinga más de alguien intervenga alterando el normal devenir del proceso. En esos casos hay que sacar al niño de la escena, procedimiento denominado "tiempo fuera", y dejarlo en un lugar seguro donde la rabia fluya hasta agotarse. El adulto debe permanecer junto al niño en silencio y en calma. Es necesario que procure mantener una expresión serena; puede continuar realizando la actividad que lo ocupaba momentos antes o simplemente observar al niño en actitud de espera. Lo esencial es no intervenir ni perder los estribos, por cuanto las emociones del niño son formateadas por las emociones del adulto: la ira genera ira, la violencia provoca agresión, la calma invita a serenarse.

A los adultos les resulta muy difícil aceptar que su actitud tranquila pueda calmar una rabieta y suelen exasperarse con prontitud, ya que les resulta más lógico creer que la pataleta puede sofocarse. Hemos observado en calles y tiendas a mamás que miran la rabieta del niño, pero haciendo observaciones irónicas y cargadas de enfado: "No, no me vas a convencer". "Pareces un animalito ahí tirado en el suelo". "Puedes gritar hasta que te canses. No me las vas a ganar". Comentarios de este tipo atizan el fuego.

Los adultos que se animan a probar la estrategia de la nointervención se sorprenden con los resultados. Lo esencial, no obstante, es mantener la calma con la convicción de que el niño finalmente se va a serenar. En algunos casos, puede dar resultado provocar un giro abrupto de la situación que ha generado la pataleta, lo cual resulta mejor cuando interviene un tercero neutral. He aquí un ejemplo: en una ocasión, un chico de cuatro años se negó a entrar a mi consulta. Le dio una intensa pataleta en el antejardín. Esto provocó una rápida exasperación en la madre, la cual comenzó a contar con voz airada: "A la una, a las dos... Te las voy a dar". La pataleta seguía. Una abuela que aguardaba a su nieto en la sala de espera apareció en el antejardín con un juguete y, sonriente, le dijo al niño con voz suave: ";Has visto qué lindos juguetes hay acá? ¿Quieres entrar a verlos?". En sus manos, la abuela agitaba un gran dinosaurio que logró su objetivo. Cesó la pataleta y el chico entró a la sala de espera sin presiones. A los

pocos minutos jugaba feliz en la alfombra y su joven mamá respiraba tranquila.

¿Es posible evitar una pataleta? Sin duda que sí. La estrategia más exitosa es anticipar su aparición, es decir, evitar activamente que se desencadene. Para ello, el adulto debe estar alerta a los factores que suelen provocar esta conducta en el niño. Las madres observadoras se dan cuenta de que el sueño, el hambre, el cansancio, el encierro, el exceso de abrigo, el frío, el aburrimiento las conductas de control coercitivo son los principales factores desencadenantes de las pataletas en niños pequeños. Por lo tanto, en vez de preguntarse cómo actuar frente a una pataleta se preguntan cómo evitarla en una circunstancia determinada. Analizan el día a día de sus hijos pequeños. Descubren a qué hora le sobreviene al niño un sueño incontenible y procuran acostarlo antes de esa hora límite. Calculan cuántas horas pueden transcurrir sin que su hijo sienta hambre y suelen llevar en sus bolsos alguna golosina o galletitas para reaccionar a tiempo. Observan cuáles son las situaciones que le provocan intenso tedio o le generan temor, como las visitas al pediatra, caracterizadas por largas esperas en salas donde las revistas ajadas son el único juguete y el repiquetear incesante del teléfono crispera los nervios. En estos casos, el día de la visita al doctor las madres pueden acudir premunidas de hojas de papel, lápices de colores, cuentos, naipes o juguetes. De ese modo acortan la espera y ahuyentan las pataletas.

En el hogar, el principal factor generador de pataletas es la ansiedad, la cual habitualmente se debe a factores ambientales que a menudo se presentan en forma simultánea potenciando su devastador efecto:

- Un ambiente de sobreestimulación permanente: vivir en departamentos ubicados en calles con mucho tráfico, por cuyas ventanas abiertas ingresa el bullicio caótico de la ciudad; la nociva costumbre de mantener encendido el televisor o la radio en forma permanente; adultos que suelen elevar el volumen de la voz innecesariamente o que se dirigen a los niños a gritos.

- Uno o más adultos excesivamente ansiosos, impacientes, rígidos e intolerantes, que responden a la obstinación del niño mediante control coercitivo: "Yo tengo el poder y tú, niño, debes subordinarte a él".
- Uno o más adultos que se muestran agobiados, derrotados, que no reaccionan y oponen a la obstinación del niño una pasividad inamovible. Los niños pequeños necesitan compañía estimulante, lúdica, afectuosa y relajada. Ignorarlos es provocarles tedio, el cual, a su vez, es una invitación a empeorar la conducta.

Recuerdo un viaje que hice en tren al sur. En el asiento frente a mí, dos mujeres jóvenes acompañadas por un niño de unos cinco años y una niña de seis, conversaban animadamente, sin prestarles atención a los chicos, quienes comenzaron a correr por el pasillo dando agudos gritos de júbilo que irritaban a algunos pasajeros. Una hora más tarde, las confidencias de las madres continuaban y el alboroto, que no había menguado ni un instante, había dado paso a una riña entre ambos chicos, quienes se daban golpes en el suelo tratando de apoderarse de una revista. Las jóvenes mujeres los miraban de reojo con expresión vacía un aire de "son así, no hay remedio", sin ofrecerles a los niños aburridos alguna distracción que diera por zanjada la pelea y les hiciera más tolerable el viaje.

En otras ocasiones no es el aburrimiento, sino la ansiedad del niño lo que desencadena en él las pataletas. Recordemos que en los pequeños el miedo es muy potente. La presencia de un extraño en su casa (los padres deben salir a trabajar y el niño se quedará solo con una nueva nana, por ejemplo) le provoca un incontrolable temor que desemboca en una feroz rabieta. Es necesario leer siempre las pataletas en clave de ansiedad. Ello permite

descubrir factores del entorno cotidiano que le generan miedo al niño. Abordar dichos factores es crucial para extinguir las pataletas.

Caso de Raimundo

Raimundo es hijo único. tiene tres años y va al jardín infantil por las tardes. Desde hace cinco días en su casa se instaló una cuadrilla de albañiles para hacer una ampliación. Desde entonces, cada vez que sus padres se prepararan para salir a trabajar. Raimundo tiene intensas pataletas que alcanzan un nivel alarmante una vez que se queda solo con su nana en la casa. El papá está ofuscado y le ha dicho a la mamá que "no se deje manipular por este consentido-, advirtiéndole que si las pataletas continúan, le dará unos buenos correctivos. Pero la madre le hace ver a su marido que las pataletas de su hijo se deben a que les teme a los a los albañiles y opta por conversar con la nana. pidiéndole que, mientras dure el trabajo de ampliación, no deje solo al chico. Le dice que juegue con él y mantenga los quehaceres de la casa en un segundo plano. La nana reconoce que los días anteriores no tuvo el cuidado de estar permanentemente con Raimundo y lo dejó más de alguna vez solo en el primer piso en medio de albañiles, martillos y taladros. En una semana, el niño recuperó su natural espontaneidad y buen ánimo al despedirse de sus padres por las mañanas.

¿Cómo es el adulto que logra conducir al niño suavemente por varios meses hasta lograr que incorpore normas y hábitos, acepte los límites y cambie su rebeldía por una razonable docilidad? La respuesta es simple y compleja a la vez: aquel adulto que conoce, intuitiva o científicamente, la psicología y biología del niño pequeño. Este conocimiento, transmitido a través de generaciones, y que sólo en las últimas décadas ha sido codificado científicamente, le permite al adulto tener una sintonía intersubjetiva, es decir, una resonancia con el niño, la cual implica comprender sus motivaciones y respetar sus particulares características de desarrollo. Desde este conocimiento, el adulto es sereno, hábil, creativo, flexible, protector.

lisa el buen humor, el juego y la magia. No teme perder su autoridad, no busca implantar normas o buenos modales a ultranza ni considera que la tarea formadora de niños exige "mano dura". Este conocimiento intuitivo parece esconderse codificado en nuestros genes, por cuanto todo hombre fue algún día un niño pequeño que logró sobrevivir gracias a que fue cuidado, protegido y socializado, pero al mismo tiempo tuvo espacio para explorar y aprender de la experiencia directa, que le dio alas a su autodeterminación.

El adulto que sabe interactuar en sintonía emotiva con los pequeños intuye que es él quien formatea las emociones del niño a través de su mirada, su expresión facial, su actitud corporal, el tono y volumen de su voz, y que lo esencial es transmitir un mensaje amistoso. Es un adulto que conoce y admite que lo invade una emoción particular activada, a su vez, por numerosas claves no verbales enviadas por el niño, claves de ternura que lo hacen mostrarse amoroso con el pequeño y evitar intimidarlo.

Caso de Marcos y Antonia

Marcos y Antonia son hermosos mellizos de tres años y medio. Hace dos semanas se mudaron desde un departamento a una casa ubicada en un terreno de cinco mil metros cuadrados. Están ávidos por explorar el nuevo entorno y se resisten a entrar a la casa a la hora del baño y de acostarse. Han comenzado a escabullirse cada vez que la mamá sale a buscarlos al patio. Mientras Marcos corre hacia el antejardín Antonia se pierde al fondo del extenso terreno. La madre no sabe cómo atraparlos. Finalmente, logra llevarlos a la tina en medio de llantos, patadas y forcejeos. Cansada de las pataletas para entrar a la casa, días después cambia de estrategia: compra coloridas embarcaciones de juguete, patos y varios personajes de Disney. Con los nuevos juguetes construye un improvisado escenario sobre la tina. En la tarde, cuando consigue atrapar a los mellizos, les dice con voz teatral y convincente excitación: "Hay unos amiguitos que quieren acompañarlos a

bañarse. pero sólo vendrán si ustedes corren a la tina cuando Yo los llame. De lo contrario. se marcharán muy tristes-. Los niños acuden al llamado de la madre. Ella los desviste suavemente, descorre la cortina y... allí están los nuevos amigos. El primer baño lúdico, en el cual participa gozosa una mamá cada vez más mojada, dura el doble que lo habitual, pero a esa mamá no le preocupa, porque sabe que ya está sembrada la semilla de la magia: mañana, los mellizos competirán para ver quién corre más rápido a la tina y luego, a la cama.

Pero, ;y si esa mamá perteneciera al contingente de adultos que considera que a los niños hay que disciplinarlos desde pequeños, que educar no es sinónimo de dárselas de payaso y que la hora del juego no debe confundirse con la hora del baño? ¿Si interpretara las conductas rebeldes de sus niños como una afrenta personal, una burla a su autoridad, un desacato perversamente elaborado por chicos manipuladores? Trataría en forma vehemente de domar a sus gemelos, situarlos en su lugar, que es el de subordinados que deben acatar, obedecer y mostrar un comportamiento social adecuado. Probablemente, a poco andar, el resultado sería parecido al siguiente:

Los mellizos se volverían cada vez más desobedientes, rebeldes y buenos para las pataletas. Los berrinches comenzarían a generalizarse en otras situaciones: se escaparían a la hora de almuerzo y cuando los atraparan tendrían temibles pataletas en serie. La madre comenzaría a perder la paciencia y elaboraría la siguiente conclusión: que estos niños son inmanejables. La suegra y la vecina corroborarían su apreciación relatándole escalofriantes historias de gemelos díscolos que a los quince años fueron detenidos por la policía debido a su conducta, lo cual reforzaría en la madre la vivir la vergüenza de sacarlos del calabozo con una fianza. Al cabo de algunos meses, la madre se declararía agotada e incapaz de dominar a los peores mellizos que jamás pensó tener. Por lo tanto, le informaría al padre que se retira de la arena tras perder la batalla y que es

hora de que él intervenga. Al día siguiente, el padre llegaría antes que de costumbre a la casa y comprobaría la veracidad de las denuncias de su esposa: los mellizos corren desnudos por las escaleras volcando todo a su paso mientras el agua de la tina se enfría. Su decisión sería drástica y recurriría a los correazos. Diez minutos después, los mellizos, exhaustos de tanto llorar, se quedarían dormidos y él podría ver tranquilo el noticiero de la televisión.

Caso de Sebastián

Sebastián, de cuatro años y medio, es hijo único. Nació y se crió en un amplio fundo cerca de Santiago, rodeado de perros, gatos, aves, tractores y naturaleza. Pero la abuela paterna de Sebastián enviudó y está profundamente deprimida, de modo que la familia ha decidido acompañarla por un tiempo. Con este propósito, Sebastián y sus padres se trasladan del campo al amplio y hermoso departamento de la abuela en Vitacura. 1k campesino, Sebastián pasa a ser un habitante de las alturas, confinado en el piso 22 desde que regresa del colegio hasta que su papá llega del trabajo, cuando ya ha anochecido. Entonces el padre lo lleva unos minutos a dar tina vuelta en triciclo por la vereda. Con el correr de los días, Sebastián se ha ido ransformando y su madre ha empezado a perder la pacincia: el niño insiste en jugar en la terraza, desoyendo las advertencias de la mamá. Cuando ella lo lleva de una oreja al dormitorio, Sebastián enciende el televisor a todo volunen y su madre lo amenaza diciéndole que la abuela se enojará con el escándalo. Entonces Sebastián decide jugar fútbol en el living y entonces es la abuela quien grita alarmada por el riesgo inminente que corren sus porcelanas. La madre encierra al niño en la cocina después de propinarle palmadas y tirones de oreja. Sebastián tiene una iitensa y prolongada pataleta. Llor a gritos por media hora. Cuando se calma, juega frontón con una pelota de tenism el muro de la cocina. Al anochecer, el niño escucha el áspero diálogo entre un papá recién llegado del trabajo que insiste en llevarlo de paseo y una mamá que le hace ver a.0 marido que el niño ya debería haber cenado y que en ve de andar en triciclo necesita una buena paliza por porta-se tan mal. La madre pone punto final al diálogo

invitado con rudeza al marido a regresar más temprano de la oficina y relevarla como enfermera de la abuela, porque ella no da más.

Sebastián es un preescolar que crecía explorando la naturaleza, desarrollando su autonomía y disfrutando la vida con gozosa intensidad hasta que una cuestionable decisión de sus padres provocó un cambio radical en su vida. En pocos días, Sebastián se vio obligado a enfrentar muchas pérdidas (su amplio terreno de juegos, sus perros, su libertad, sus amigos, su colegio rural) para adaptarse a un enorme colegio urbano y sobrevivir al tedio y al encierro en una casa que no es la suya. Pero no es su única pérdida: sus padres ya no son los mismos. Sin saberlo, Sebastián está pagando el alto precio de la frustración y el resentimiento de su madre, quien se ha convertido en la enfermera de la suegra por miedo a oponerse a una decisión apresurada de su marido. También está pagando la culpa de su padre, quien súbitamente se vuelve consciente de su error y trata de repararlo llevando a pasear a su pequeño cuando ya es hora de cenar e irse a la cama. Intenta aliviar su desazón al compartir el gozo del niño que sueña con su reino rural mientras pedalea. De paso, el padre elude las actitudes airadas de su mujer, que le horadan el corazón, dividido entre el amor por su madre sufriente y el amor por su esposa desarraigada de su hogar.

En esta historia aparece el principal agente precipitante, mantenedor y agravante de las pataletas en los niños pequeños: el estrés del adulto. El estrés es una percepción subjetiva de tensión, impaciencia, disgusto, desazón o amenaza que provoca cambios en la química y el flujo energético del organismo. A nivel cerebral, el estrés aumenta el estado de alerta y acelera las respuestas instintivas de agresión o de huida. Un adulto que llega a casa con estrés es un detonante de pataletas. El niño pequeño, poseedor de una gigantesca antena parabólica que decodifica señales emocionales en los adultos significativos, percibe la impaciencia, la desazón, el miedo en su madre, y sintoniza sus emociones con ella, tornándose impaciente, rabioso o excesivamente dispuesto a atacar o a defenderse. Sin quererlo, la madre desencadena la mortífera pataleta. Un padre que llega a la casa al anochecer anticipando el caos que encontrará al atravesar el umbral, mira con recelo a

sus hijos, se muestra rígido V distante. En vez de sonreírles a los niños frunce el ceño y les pregunta en tono amenazador si se han portado bien. Los pequeños decodifican a la velocidad del rayo aquellas señales no verbales y de esta manera inician otro capítulo del reality de pataletas y castigos.

Pero la historia de Sebastián tiene un desenlace feliz. La abuela viuda decide hablar con su hijo y agradecerle de corazón el hermoso gesto de cariño que ha tenido con ella. Le dice que va se siente capaz de continuar sola, ha ubicado a una antigua empleada doméstica en quien confía mucho y ha decidido que es hora de que el matrimonio y el niño regresen a la parcela. La esposa, agobiada con su rol de enfermera, respira aliviada, y Sebastián... ¡Sebastián es el niño más feliz del mundo al regresar a su tierra, a su libertad! En pocas semanas vuelve a ser el chico alegre y obediente de antes. No ha sido preciso llevarlo a ningún especialista. Bastó el sentido común de la abuela.

La rebeldía puberal

La pubertad es precedida por dos años de prepubertad, una fase crítica del desarrollo durante la cual el niño de entre diez y doce años está dominado por emociones negativas, especialmente por una severa ansiedad, y paralizado por una intolerable dejadez psíquica y física. Irremediablemente, comienza a dejar atrás la niñez, lo cual le provoca dolor e incertidumbre. El sello de la prepubertad es el miedo, que el niño calma refugiándose en la fantasía, buscando la protección de su hogar y devorando pan y golosinas con avidez.

Pero con la pubertad retorna la energía perdida. Se parece a la primavera, que sucede gozosa, bullente y pletórica de vida al gris y melancólico

invierno. La pubertad es una fase de transición que se extiende por unos veinticuatro meses, entre la niñez y la adolescencia. En este periodo, el miedo paralizante da paso al arrojo, la osadía, la confianza en las propias habilidades, la avidez por descubrir y conquistar nuevos espacios. La fantasía es reemplazada por el deseo de apropiarse del mundo real, pleno de goces y promesas. La protección del hogar sofoca al púber, quien ahora quiere mostrar su valentía saliendo de casa y ensayando la mágica libertad. Cambia las golosinas por sabores fuertes y excitantes; supera decididamente su duelo por la infancia perdida y asume una nueva identidad: la identidad puberal, tan transitoria como intensa y radical. Desecha sus antiguas prendas de vestir, que considera infantiles y, por lo tanto, despreciables; reniega de todo vestigio de infancia, se corta el cabello siguiendo nuevos estilos y acentúa su identidad con accesorios y objetos de culto (collares y pulseras artesanales, un celular, un iPod). Crece considerablemente, su rostro ya no es infantil. Poderosos influjos hormonales lo perturban. Sin saberlo en forma explícita, intuye que posee un intenso atractivo erótico y lo explota a través de vestimenta que sugiere y acentúa sus nuevas formas físicas. Las hormonas actúan sobre su cerebro incrementando su impulsividad, de modo que ese niño ayer dócil y hogareño se ha convertido hoy en un chico de frecuente mal talante, que responde con descortesía, golpea puertas y es brusco y desconsiderado con sus hermanos pequeños. Los padres estiman que se ha tornado insolente. La pataleta infantil ha sido reemplazada por la confrontación.

Nace así un nuevo conquistador de espacios de libertad. Lamentablemente, sus ansias de autonomía, unidas a una nueva y poderosa confianza en sus capacidades, lo tornan impaciente. Lo exasperan los límites que le imponen sus padres para protegerlo y enseñarle que el camino hacia la autonomía es un proceso largo y gradual. Así se origina una nueva fase de rebeldía. Es en este momento cuando deben aparecer los adultos con vocación y pericia en educación emocional, cuya misión será la siguiente:

- Entender y aceptar que la búsqueda de la autonomía, la energía inagotable, la atracción por la aventura que ofrece el ancho mundo exterior, la

definición de una identidad nueva y radical y el dominio de las fuerzas hormonales que lo perturban e inquietan son tareas de cumplimiento del púber, necesarias para que acceda a su próxima etapa: la adolescencia.

- Entender y aceptar que los adultos deben acompañar al púber en su tránsito hacia la adolescencia, pero que esta compañía tiene que respetar la capacidad de autodeterminación del hijo o la hija.
- Aprender a dar sogas, pero sin soltarla. Ello significa que la imposición de límites en forma vertical debe ser gradualmente reemplazada por una etapa de negociación y acuerdos.
- Aprender a sofocar impulsos peligrosos, como burlarse, descalificar o destruir la nueva imagen del púber, y entender y aceptar que dicha imagen no es sino la expresión de una febril búsqueda de identidad.
- Entender y aceptar que las respuestas impulsivas no son sinónimo de descortesía ni desconsideración.

Esta tarea no es fácil. La vida urbana y los cambios sociales traen consigo de manera incesante nuevos peligros que acechan a los niños y que todo padre amante de sus retoños busca evitar. La consecuencia de este natural temor es la protección; su expresión visible, el énfasis en los límites, y el gran desafío, el justo equilibrio entre proteger y dar alas. Se establece así un juego de intercambios, que opone, por un lado, a un chico perturbado por

las modificaciones que experimenta y, por otro, a adultos confundidos y asustados. Sólo el sentido común, la cordura, la intuición y, por encima de todo, el amor, pueden hacer más fácil la tarea. Si a ello sumamos la sabia costumbre de encomendar a los hijos a la protección divina. es probable que adultos y púberes salgan del túnel indemnes.

Caso de Franco

Franco tiene trece años. es el mayor de cuatro hermanos y el único hombre. Durante el verano aumentó considerablemente de estatura, adelgazó mucho y las primeras espinillas aparecieron en su agraciado rostro. Sus hermanitas lo han visto afeitándose a escondidas un incipiente bigote con la rasuradora del papá. En pocos meses, Franco ha cambiado su forma de vestir: luce unos gastados pantalones vaqueros dos tallas más grandes, que sostiene por arte de magia en sus caderas. Por encima le sobresalen unos coloridos calzoncillos con lunares rojos. La camiseta, que siempre se esmeró por llevar impecable y en un solo tono, ahora es negra y sobre ella destaca el nombre de un conjunto de rock en letras amarillo fosforescente. Se cortó el pelo muy corto al lado izquierdo y un largo mechón abrigantado con gel le cae sobre la sien derecha. Cada mañana debe hacer malabares para metamorfosear su cabeza de tal manera que se adapte a las exigencias disciplinarias del colegio, lo cual implica que llega atrasado la mayoría de los días. Franco ya no ayuda a sus hermanas pequeñas con los deberes escolares y pasa horas frente al computador conversando con sus amigos en Messenger. Olvida sus propias tareas o dice que no tiene "nada de nada" que estudiar. Ha aprendido a usar el transporte público y en más de una ocasión ha llegado a su casa al anochecer. Preocupada, su mamá lo llama al teléfono celular, pero Franco no le contesta. La madre no puede evitar pensar que a su hijo le ha sucedido alguna desgracia. La alarma de la madre se fundamenta, entre otras razones, en que uno de sus hermanos, emocionalmente muy inestable, estuvo en un grupo extraño a los quince años. "Era como una secta. Creo que mi hermano estuvo metido en drogas también y acabó mal", dice. Le pide a su marido que le ponga límites más drásticos a Franco. Pero en vez de echar mano a una severidad en cuya

eficacia no cree —porque intuye que los cambios que experimenta su hijo son parte de la pubertad—, el padre decide instaurar un nuevo panorama: invitar a Franco todos los jueves a una pizzería cercana a conversar. Inicialmente charlan sobre rugby. Luego, el padre escucha los divertidos relatos de Franco acerca de sus héroes, Los Simpson, y suele narrarle a su hijo episodios de su propia pubertad y adolescencia: le habla de sus preferencias musicales de la época y de sus primeras fiestas. Al pasar comenta la impronta que dejó su propio padre en él, a sabiendas de que Franco adora al abuelo y lo ve como un ídolo. Al cabo de algunas visitas a la pizzería, padre e hijo han logrado definir algunas estrategias para que Franco disfrute su pubertad sin peligros: han acordado los límites que el chico deberá respetar, el padre ha cedido en los pantalones raperos de su hijo a cambio de un mayor compromiso con los estudios y la promesa de aguardar hasta los quince años para ir a fiestas de colegio. Al mismo tiempo, el padre ha escuchado las quejas de Franco por las plañideras amonestaciones de la madre y le ha explicado al chico que las mamás tardan más en asimilar el crecimiento de sus retoños y por eso tienen miedo. Le pide que sea paciente. Aprovecha de relatarle las peripecias del tío "oveja negra" de la familia y escucha las opiniones de Franco, sin alarmarse cuando éste proclama que todas las personas son libres de elegir en qué líos meterse. Luego lo conduce con suavidad a un nivel de mayor reflexión. La próxima vez que van a la pizzería, Franco le dice a su padre: "El tío se cagaba la vida. No me gustaría ser como él, yo voy a ser un winner cuando grande, no voy a andar por ahí cagándola, en verdad, te lo prometo". El papá aprueba la decisión de su hijo, sin acusar recibo del lenguaje poco adecuado que usa, pero enfatizando que hay que estar alerta para "no arruinarse la vida". Tras cinco pizzas se ha sellado un buen entendimiento entre ambos. El padre se siente seguro de poder ponerle límites a Franco sin resistencias.

La historia pone de manifiesto la serenidad con que este papá aborda los cambios de su retoño, posiblemente guiado por una experiencia positiva

como hijo. Condujo las charlas con Franco desde lo general (el rugby, Los Simpson) a lo particular: su responsabilidad frente a los compromisos y la necesidad de ir conquistando autonomía en forma gradual. Supo fortalecer sus raíces al hablarle con emoción de sus charlas con su propio padre, el abuelo de Franco, resaltando su sabiduría. Trasladó los límites una generación hacia atrás, lo que inmediatamente surtió efecto, gracias al amor que el niño siente por su abuelo. El padre supo escuchar, negociar, llegar a acuerdos, respetar los puntos de vista de Franco y perdonar sus exabruptos, a sabiendas de que la crítica hubiera puesto en guardia al muchacho.

Caso de Magdalena

Magdalena tiene trece años, es alta y muy atractiva. Hace algunos meses tuvo la menarquia (la primera menstruación) y su madre le adjudica a este evento el mal talante de la niña, los portazos que da cuando se irrita con sus dos hermanos menores —un par de chicos hiperactivos— y su tendencia a pasar horas en su dormitorio chateando con las amigas. Ha llegado a algunos acuerdos con Magdalena en términos de evitar los portazos, explicándole que como mamá que la conoce y la ama entiende sus cambios anímicos y recuerda sus propios doce años como "llenos de impaciencia", pero que como hermana mayor, ella, Magdalena, es un modelo de conducta para sus hermanos, quienes no entienden las causas de sus arranques impulsivos. Le pide que trate de controlarse. La chica accede, pero le pide a su vez a la madre que les exija a los hermanos respetar su privacidad, que no entren a su dormitorio a cada momento ni le tomen sus CD sin permiso. La madre se lo garantiza. Hasta ese momento, el padre, partidario de un trato más severo con Magdalena, guarda silencio, aunque no aprueba lo que considera la permisividad de su esposa. Pero interviene cuando su hija llega a la casa con un nuevo look: ha cambiado sus trenzas castañas por una coqueta melena coronada por un mechón de cabello teñido más claro; lleva puesta una breve falda y los párpados sombreados de negro. El padre, furioso al verla así, la toma con fuerza de un brazo y la lleva al baño, donde le lava la cara. "En mi casa no permitiré tonterías que quizá quién te mete en esa cabecita hueca", exclama. Ya en el dormitorio, a solas con su esposa,

la increpa duramente por "no haber reaccionado a tiempo", por no haber mantenido "bien cortita" a Magdalena para que no la miren como una mujerzuela.

En este ejemplo vemos que la búsqueda de una identidad puberal en Magdalena ha provocado una reacción de miedo en el padre, mientras que la madre mantiene la serenidad, acercándose a su niña con sabiduría y ternura. El temor lleva al papá a cometer un error tras otro, con posibles consecuencias funestas. En primer lugar, aplica un control coercitivo (arrastrar al baño a su hija, lavarle la cara con brusquedad), la descalifica ("cabecita hueca"), emite juicios de valor respecto a su búsqueda de un nuevo look ("tonterías") y muestra abiertamente su rabia. Por otro lado, elude acercarse a la niña y pone toda la responsabilidad en su esposa, a quien enjuicia y culpa por las eventuales consecuencias de lo que él considera una alta permisividad. Es probable que su miedo se sustente en algún fantasma biográfico o que exprese una naturaleza rígida apoyada excesivamente en prejuicios. Si la actitud del padre sólo disgustara a Magdalena, posiblemente la madre podría manejar con habilidad el conflicto y ambas terminarían estableciendo una alianza de acuerdos tácitos a espaldas del padre. Pero la combinación de control coercitivo, descalificaciones e intransigencia es peligrosa, ya que puede desencadenar conductas reactivas en la niña.

La rebeldía adolescente

La pubertad se cierra dos años después de iniciada para dar paso a la edad adolescente. En el hombre, la nueva etapa se inicia con la aparición de la barba; en la mujer, un año después de la menarquía.

Los adolescentes parecen recuperar la brújula. Atenúan su desbordante energía puberal y comienzan a dar señales de que saben hacerse cargo de sí mismos en forma responsable. Son más reflexivos, tienen más claridad respecto a sus intereses y los abordan con mayor compromiso. Se mueven con mucha soltura fuera de su casa, saben utilizar el transporte público, usan la bicicleta con libertad y más de alguno comienza a ensayar la conducción de automóviles, aunque falta un tiempo para que la mayoría pueda obtener una licencia de conducir.

Es posible dividir la adolescencia en dos o tres fases: adolescencia temprana (casi indistinguible de la última etapa de la pubertad), adolescencia media y adolescencia final, que llega entre los dieciocho y veinte años. Pero no todo es tan luminoso: las conquistas del adolescente se ven empañadas por ciertas características neurobiológicas y psicológicas que aportan una cuota de dificultad al proceso. Entre ellas destacaremos tres:

- Ciertas modificaciones cerebrales propias del proceso neuromadurativo determinan en el adolescente una tendencia a la disforia. Esta característica se refiere a una mezcla de disgusto, irritabilidad y menor tolerancia a las frustraciones. El resultado es un fácil mal humor y una ofuscación ante mínimos contratiempos. La disforia es máxima durante la adolescencia inicial y media. Por desgracia, la vida de los adolescentes suele estar llena de contrariedades: conflictos sentimentales y con los amigos, los padres, los hermanos, los profesores; dilemas a menudo sin solución entre las obligaciones otro tipo (deportivas, musicales, de liderazgo, entre otras) y un permanente deseo de divertirse y relajarse.

- Comienza una prolongada fase de omnipotencia y omnisciencia que irrita a los adultos. Los adolescentes —probablemente debido a una impronta filogenética— se sienten invulnerables ("a mí nunca me pasará") y poseedores de la verdad sobre las grandes cuestiones existenciales. Como consecuencia, se muestran temerarios y tienden al sarcasmo y la ironía. La

edad adolescente marca el fin de la relación vertical con los adultos. Cuando pequeño, el niño los mira hacia arriba, y esa mirada establece una relación tácita de autoridad. Hay un plano de poder, de dominio-sumisión, que permite la obediencia impuesta. A medida en que el niño crece, la verticalidad se reduce y es reemplazada gradualmente por una obediencia sustentada en el respeto. Pero en la adolescencia la relación se hace horizontal, de modo que el adulto queda en una situación desmedrada a menos que se valide ante los ojos del adolescente como digno de respeto y confianza.

- La capacidad reflexiva del adolescente se hace autónoma, es decir, ya no se apoya en las premisas de otros, sino que en sistemas de creencias y cosmovisiones que él mismo construye y no siempre están en sintonía con los de padres o profesores. Los adultos se ven enfrentados al mayor desafío como educadores emocionales: la flexibilidad a toda prueba. Para ello, deben respetar al adolescente como una persona que posee sus propios puntos de vista, los que pueden ser diferentes o claramente antagónicos; tener presente que la responsabilidad es un logro que se conquista con esfuerzo y en forma gradual; aceptar que la relación va perdiendo velozmente el carácter de verticalidad, y entender que el disenso no es motivo de alejamiento

afectivo.

Caso de Cristóbal

Cristóbal, de diecisiete años recién cumplidos, es el único hijo de su madre y el cuarto de su padre, un abogado y profesor universitario que en su primer matrimonio tuvo un hijo que falleció prematuramente y dos hijas que ahora tienen 37 y 39 años respectivamente, viven en México y también son destacadas abogadas. El padre se divorció hace veintidós años de su primera mujer, de modo que no vivió con sus hijas cuando ellas eran

adolescentes. Su sueño secreto es que Cristóbal también sea abogado para que trabaje con él en su estudio en el centro de Santiago y continúe su labor docente en la Escuela de Derecho. Pero Cristóbal tiene otros planes: fanático de la música, ha decidido partir a Europa en un año más para continuar sus estudios de saxo. Además, se inscribió en un partido político opuesto a las preferencias ideológicas del padre. En el último tiempo, de lo único que habla con entusiasmo es de cambios sociales y de las nuevas tendencias del jazz. A pesar de esto, su padre no está contrariado. Cristóbal y él conversan por horas sobre política en la sobremesa del almuerzo dominical. En aquellas ocasiones en que Cristóbal es excesivamente sarcástico con "las ideas decimonónicas" las ironías del chiquillo pidiéndole paciencia por su falta de actualización en las nuevas tendencias de la política. Además, acepta con agrado acompañar a Cristóbal a escuchar a un conjunto de jazz de paso por Chile y le da las gracias por enseñarle a apreciar un tipo de música aparentemente muy alejada de Beethoven, su compositor favorito. El padre suele prestarle el auto a Cristóbal para que vaya a alguna fiesta, pero quien conduce es un primo de diecinueve años. Este privilegio ha motivado a Cristóbal a sacrificar las cervezas para perfeccionar sus habilidades frente al volante, de modo que en el último tiempo, cuando los primos regresan de las fiestas, es Cristóbal quien conduce con gran seriedad.

En esta historia es posible comprobar que los años no son obstáculo para entender a los adolescentes. El papá es flexible y no le impone a su único hijo hombre que sea abogado. Aun cuando Cristóbal se muestra empeñado en objetar los sistemas de creencias, la ideología política, la opción vocacional y los gustos musicales del padre, este último no se opone a los puntos de vista del hijo. Al contrario: permite el sano debate y se muestra abierto a aprender y a descubrir otras tendencias. Dos años más tarde, Cristóbal decide estudiar Ciencias Políticas y continuar con el saxo como un hobby relevante en su vida.

CAPÍTULO II

LA REBELDÍA COMO CONDUCTA REACTIVA FRENTE A FACTORES AMBIENTALES

Los errores del adulto al abordar la rebeldía propia de la edad del desarrollo provocan reacciones emocionales en los niños o adolescentes, reacciones que son generadas y mantenidas por la rabia, la humillación, el encono, el resentimiento o la impotencia. Todo niño lleva en sí el germen de la autodeterminación y pide, por lo tanto, oportunidades que le permitan ejercer sus facultades: libertad para elegir, decidir, opinar, ganar, perder, renunciar, conquistar, cambiar. Cuando el adulto ejerce su poder de dominio y elige, decide, opina, gana o lleva a cabo cambios por el niño, no sólo anula la voluntad de autodeterminación del pequeño, sino que lo descalifica y lo humilla. En el corazón infantil surge un tormentoso caudal de emociones negativas que se expresa en conductas que configuran la denominada rebeldía reactiva. Por lo general, esta rebeldía adopta la fisonomía de pataletas, negativismo, abierta confrontación, tendencia al litigio, protesta e intento deliberado de irritar al adulto. Con el tiempo, la rebeldía reactiva comienza a hacerse extensiva a todos los adultos que representen una autoridad para el niño.

El límite entre una conducta rebelde como fenómeno normal del desarrollo y una conducta rebelde reactiva a factores del ambiente es extraordinariamente difuso. Profesores, psicólogos, orientadores y psiquiatras deben aguzar la mirada para diferenciarlas. Este ejercicio diagnóstico es importante, ya que en él se fundan las medidas de abordaje.

Una rebeldía propia del desarrollo exige sólo una aproximación psicoeducativa, la cual, en ocasiones, tiene carácter de suma urgencia como estrategia para prevenir un inminente viraje desde lo normativo (propio del desarrollo) a lo reactivo, lo cual siempre se ubica peligrosamente en la frontera de lo propiamente psicopatológico. Una rebeldía reactiva exige una inmediata aproximación clínica, por cuanto es necesario identificar los factores de riesgo que facilitan la rebeldía para actuar sobre ellos y aliviar al niño. Esta aproximación clínica debe ser sistémica: se deben corregir los factores ambientales que precipitan esta reacción y aplacar el sufrimiento del niño o adolescente, por cuanto la conducta rebelde —ya sea en forma de pataletas y oposicionismo en el niño pequeño o en forma de estilo agresivo, negativista y confrontacional en el adolescente— tiene como sustrato neurobiológico un desequilibrio de la regulación del temperamento, un predominio de la emocionalidad negativa y un quiebre de la armonía emocional, lo cual conduce indefectiblemente a la aparición de una psicopatología crónica y perpetúa el sufrimiento de un chico que hasta cierto momento de su vida era saludable y dichoso.

Los factores de riesgo más frecuentes que precipitan una rebeldía reactiva en niños y adolescentes son los siguientes:

- Disfuncionalidad familiar.
- Violencia intrafamiliar.
- Ausencia de comunicación afectiva.
- Estilos inadecuados de afrontamiento de conflictos.
- Crianza coercitiva.
- Crianza negligente.
- Modelos que validan la conducta agresiva.

- Modelos inadecuados en el rol de súper héroes (dibujos animados, películas violentas).

La rebeldía reactiva se escribe en clave psicopatológica. Si bien el niño o adolescente no es en propiedad un "enfermo", por cuanto su problema conductual se origina en causas externas (que sí son patológicas), una vez identificada su conducta rebelde como reactiva pasa a ser un paciente aquejado de un problema de salud mental: un trastorno de conducta reactivo que puede ser oposicionista u oposicionista desafiante. Esta mirada integral, que ve en los trastornos de conducta de niños y adolescentes causas ambientales que precipitan y perpetúan la conducta rebelde reactiva, permite diseñar estrategias de abordaje también integrales, que van más allá del eventual empleo de psicofármacos, de medidas correctivas extremas (internados y casas correccionales) o la aplicación de sanciones legales, como la prisión.

La mayoría de los trastornos de conducta reactivos no es oportunamente identificada, de modo que al cabo de un tiempo se hacen parte de la personalidad del niño. Se organizan en un continuo que va desde la conducta negativista a la conducta negativista desafiante y, desde ella, hasta la conducta disocial, cuando intervienen factores extremos adversos.

Lo esencial del trastorno de conducta es que se presenta como un estilo conductual permanente. Cuando se busca establecer un hito temporal que permite diferenciar un antes y un después, en la mayoría de los casos se descubre que el niño sólo tuvo dos o tres breves años de docilidad y antes de cumplir los cinco se transformó en un rebelde. En consecuencia, es probable que en la mayoría de los niños con trastornos de conducta reactivos el primer capítulo de la rebeldía reactiva se escriba en la primera fase de la rebeldía normal del desarrollo, debido a gruesos errores de

crianza que analizamos en capítulos anteriores. En una minoría de casos, la rebeldía reactiva aparece cuando cambian las condiciones de vida del niño y éste carece de los recursos para enfrentar dichos cambios; en estas situaciones la rebeldía reactiva suele instalarse más tarde, entre los siete años y la edad puberal, y es más fácil identificar ese antes y después que permite descubrir el origen reactivo del trastorno.

Caso de Ismael

Ismael tiene trece años y es hijo único. Su padre falleció en un accidente laboral cuando el niño tenía tres años y desde esa época Ismael vivió con la madre y la abuela, ambas cariñosas y abnegadas. El pequeño creció fantaseando que él era el hombre fuerte que cuidaba a su abuela y a su mamá, especialmente a esta última, con quien tenía una relación muy tierna. Era un chico alegre, buen amigo, descrito por las madres de sus compañeros como "niñito bueno, de excelentes modales". Era fanático del fútbol, destacaba en matemáticas y lograba muy buenas calificaciones sin esfuerzo. Pero hace tres años su madre se casó con un soltero de cincuenta años, profesor de Derecho Penal, quien decidió hacerse cargo de Ismael, a quien veía como un débil chico mimado excesivamente cercano a la madre. Para ser consecuente con la misión que se propuso, sacó a Ismael de la habitación que ocupaba hasta ese momento, cerca del dormitorio de la madre, y lo subió a la mansarda, donde le instaló una sala de estudio y de paso le requisó el televisor y la consola de juegos. Convirtió las horas de comida en una implacable sesión de enseñanza de reglas de urbanidad, las que inculcaba a través de la descalificación y la humillación. La madre, quien inicialmente intentó intervenir, fue rápidamente acusada de "sobreprometer malsanamente a un chiquillo malcriado". Temerosa de la ira de su marido, optó por callar y explicarle a Ismael que "el tío" era severo porque quería ser el padre que le había faltado. Le rogó a su hijo que fuera obediente y que de esa manera "mañana sería un hombre de bien". En pocos años Ismael se fue transformando. Cuando cumplió trece era un púber de mal talante, insolente y desafiante con el padrastro. Se escapaba de su casa cada vez que podía y adoptaba una apariencia cada vez más desastrada. que

lucía con fiero orgullo. Sus calificaciones eran muy bajas y sus profesores enviaban a casa páginas de comunicaciones por mala conducta. Ismael las escondía u obligaba a su madre a firmarlas a espaldas del padrastro, quien pensaba seriamente en mandar al chico a un colegio con régimen de internado.

En este caso asistimos a una transformación. Vemos a un chico que crecía sano y en armonía emocional hasta que llegó a su vida un adulto que dismanteló esa felicidad. El padrastro despertó en Ismael emociones negativas que lo tornaron rebelde y hostil. Es probable que nadie lea en clave reactiva estos cambios y su expresión visible: el trastorno conductual. El resultado será un adolescente progresivamente más rebelde y, años más tarde, un joven que se marcha de casa enojado con la vida.

Los trastornos de conducta que hemos denominado "rebeldía reactiva" no obedecen sólo a factores ambientales generadores de frustración y estrés crónicos. Es necesario identificar la participación de factores biológicos, psicológicos y sociales, los cuales pueden precipitar, favorecer o empeorar un trastorno de conducta reactivo. Cada uno de estos factores tiene un peso distinto según la edad del niño.

Factores biológicos

El factor biológico que más frecuentemente favorece la aparición de un trastorno de conducta reactivo en los niños pequeños es el temperamental.

Los niños demandantes o de temperamento difícil, que se caracterizan por poseer una débil autorregulación emocional, tienden a exteriorizar la ansiedad y la disforia en ciertas conductas: los pequeños desarrollan pataletas y los adolescentes, una confrontación agresiva con los adultos.

La capacidad de regular internamente el temperamento y de adquirir un autocontrol mediado por la reflexión depende de ciertas estructuras cerebrales cuyo adecuado funcionamiento depende, a su vez, de la información codificada en varios genes y de las condiciones de desarrollo cerebral prenatal. Por lo tanto, sutiles modificaciones o errores genéticos, variaciones de la maduración cerebral prenatal o la acción de neurotoxinas sobre las estructuras involucradas pueden afectar la capacidad de autorregulación emocional. El resultado suele denominarse "inmadurez emocional" y se expresa como:

- Rigidez.
- Tendencia a la disforia (ofuscación).
- Estilo cognitivo impulsivo.

Caso de Andrés, Ignacia y Manuela

Andrés, Ignacia y Manuela son trillizos. Desde que comenzaron a caminar se hizo evidente una diferencia temperamental entre las mujeres y el hombre. Mientras Manuela e Ignacia desarrollaron con rapidez una adecuada modulación emocional, mostrándose tranquilas y dóciles, Andrés fue adquiriendo una intensidad conductual similar a un terremoto grado diez: ante cada deseo o incomodidad —sueño. hambre, cansancio, aburrimiento— le sobrevénía una inmediata pataleta. Solía lloriquear

incluso mientras jugaba. Extremadamente ansioso, mordisqueaba la ropa y tenía una gran dificultad para conciliar el sueño. Estas conductas empeoraron significativamente cuando cumplió los cuatro años, lo que coincidió con la llegada del abuelo a casa, quien había enviudado. El abuelo estimó que los trillizos estaban excesivamente consentidos y que no se le podían permitir tales pataletas a Andrés. Inició una cruzada contra el chico: lo corregía, lo zarandeaba cada vez que lloriqueaba y le hablaba con voz estentórea y amenazante. A las pocas semanas, las pataletas de Andrés empeoraron. comenzó a defecarse en la ropa (encopresis) y a tener terrores nocturnos. Sus padres lo llevaron al neurólogo infantil, quien le recetó algunos fármacos que sólo consiguieron que durmiera mejor. Sus pataletas y su negativismo alcanzaron un nivel intolerable. El padre de los chicos, sintiéndose enjuiciado por su propio padre, comenzó a castigar físicamente a Andrés. Con esto sólo logró enemistarse con su esposa y generar ansiedad en sus hijas. Esta situación se mantuvo invariable, a tal punto que el castigo físico del padre se transformó en algo habitual, del mismo modo que la rudeza del abuelo, quien afirmaba que a su nieto había que "convertirlo en hombrecito". A los nueve años, Andrés, catalogado por sus profesores como "insufrible", había sido expulsado del colegio, había reprobado el tercer año básico y en abril del año siguiente ya estaba condicional en el nuevo colegio por acumulación de faltas a la disciplina. Sus profesores decían que Andrés era absolutamente indiferente a los llamados de atención, se mofaba de las advertencias, molestaba deliberadamente a los profesores cantando o silbando cuando se le pedía silencio, salía de la sala sin pedir permiso y su ocupación favorita en el recreo era molestar a sus compañeros y provocar rencillas. Su mal comportamiento era máximo con el profesor de música, un anciano maestro que se declaraba "enfermo de los nervios" con la conducta desafiante e insolente del pequeño. El neurólogo le recetó Ritalín a Andrés, pero cada mañana el niño lanzaba las pastillas por el desagüe del lavamanos gritando que el doctor era un cretino.

En esta historia nos encontramos con la conjunción de dos factores de riesgo de un trastorno de conducta reactivo: el primero es un niño con una inmadurez de los recursos de autocontrol reflexivo y de automodulación del temperamento; y el segundo es un adulto rígido, aferrado a sus prejuicios,

posiblemente desencantado de la existencia y que encuentra un secreto goce en imponer de modo tiránico sus puntos de vista. Han bastado pocos años para grabar a fuego en Andrés un sordo rencor contra todo varón que le recuerde a su abuelo, una férrea decisión de no dejarse avasallar por ningún adulto y una profunda convicción acerca de su absoluta soledad frente a un mundo adulto insensible y detestable. Si no se aborda la situación con una mirada integral y multidisciplinaria, bastarán unos años más para que Andrés forme parte de los desencantados con el sistema —cualquier sistema con visos de control— y se dedique al vandalismo como forma de reivindicación.

Factores psicológicos

Las dificultades de autocontrol emocional suelen ser consecuencia de la dificultad para reflexionar y tomar distancia mental del conflicto y así buscar una solución. El niño y el adolescente se dejan invadir por la ira. Liberan la energía agresiva que se agazapa en su interior. Esta dificultad para emplear el lenguaje interno —denominado reflexión— como guía de sus decisiones facilita la persistencia por muchos años de atribucionalidad y locos de control externos.

En el caso de Andrés, las quejas de sus profesores tenían un denominador común: que era un alumno incapaz de reconocer sus errores. En efecto, Andrés acostumbraba defenderse como gato acorralado ante las reprimendas, argumentando que otros eran responsables de lo ocurrido y alegando absoluta inocencia. Bastaba que el profesor desviara la mirada para que Andrés comenzara a molestar deliberadamente a los chicos que se sentaban cerca, lo cual pone de manifiesto que su mala conducta sólo podía ser controlada hasta cierto punto a través de la obediencia impuesta.

Factores ambientales

La educación emocional de los niños es ejercida por adultos que poseen un variado repertorio de recursos aprendidos generalmente por un modelo ("así me criaron a mí") y aplicados con la mejor intención, pero que pueden ser totalmente erróneos. Analizaremos los errores más frecuentes y sus consecuencias.

Conflicto entre control coercitivo y autodeterminación

No es preciso ser emocionalmente inmaduro para incubar silenciosamente un trastorno de conducta reactivo. Basta la presencia de un ambiente coercitivo, rígido, intransigente, arbitrario y centrado en el poder de dominio para que lentamente un niño sustituya la alegría y la paz por dolorosas emociones negativas que, al reeditarse una y otra vez, configuran sentimientos negativos cada vez más arraigados: impotencia, encono, resentimiento. Incluso odio.

Volvamos a la historia de Magdalena:

Caso de Magdalena

Ha pasado el tiempo y Magdalena cumplió diecinueve años. Desde los quince, y después de algún tiempo de tormentosos encuentros y desencuentros con su padre, ha roto toda relación con él y lo llama despectivamente "el viejo". Desde hace algunos meses la chica ha iniciado una apasionada relación sentimental que exaspera a su padre: tiene un novio de 34 años quien, más encima, trabaja en la empresa del papá de Magdalena. Las peleas aumentan, padre e hija se enfrentan en ásperas discusiones que suelen acabar con sonoros portazos. La madre, resignada,

ya no interviene y justifica a su hija diciendo que su mal talante y su rebeldía se deben a que pasa por su fase adolescente. Como el avestruz, ha elegido ocultar la cabeza en el suelo para no ver el desastre que se aproxima. Magdalena se opone en todo al papá: tiene modales desenfadados y en ocasiones, actitudes provocativas; utiliza un lenguaje grosero, fuma y bebe cerveza en su presencia y nunca comparte la mesa familiar. Llega a cenar cuando la familia está en los postres o se lleva una bandeja al dormitorio con aire desafiante. Por las noches su novio va a dejarla a la casa y Magdalena lo besa sin pudor en el auto, estacionado frente a la puerta de entrada.

Permisividad, ausencia de educación emocional y rebeldía reactiva

En algunos hogares, los niños crecen sin Dios ni ley y su comportamiento termina siendo tan errático como el de sus padres. Son hogares donde no se han implantado normas básicas, no hay hábitos ni rutinas y las reacciones de los adultos frente a la mala conducta de los niños dependen de factores ajenos a la crianza propiamente tal. Así, un padre puede permitir que sus hijos jueguen fútbol en el living los días domingo, mientras él aún no se levanta. Se tapa la cabeza con la almohada para no escuchar el escándalo. Pero cuando sorprende a los niños pateando la pelota hacia los rosales que acaba de podar, monta en cólera y resuelve el problema con varios correazos. Por lo general, estos padres son jóvenes, se han casado con cierta precipitación y no han acordado aspectos esenciales de la vida matrimonial: desde cómo administrar el presupuesto hasta la forma en que criarán a los hijos. Lo habitual es que se desautoricen mutuamente y no tengan roles bien definidos. Al no haber implantado el respeto como una norma básica, han validado en sus hijos una mirada horizontal hacia ellos, la cual es sinónimo de problemas de conducta.

Caso de Rafael

Rafael tiene siete años y nació de una relación entre dos estudiantes universitarios solteros. Cuando cumplió cuatro años, sus padres se casaron presionados por sus respectivos padres. Hasta ese momento, Rafael había sido criado por los abuelos maternos y por su madre. Sin embargo, como la mamá había retomado sus estudios, la veía escasas horas al día. Desde que aprendió a hablar llamó a la madre por su apodo. "Cata". y estableció con ella una relación horizontal, como si fuese su hermana mayor. lo cual era de algún modo favorecido por la actitud de los abuelos hacia Catalina, a quien continuaban tratando como a una adolescente, reprendiéndola, controlando sus salidas y desautorizando los esporádicos intentos de la joven por educar a su retoño. Por esa época. el padre visitaba a Rafael en forma irregular y replicaba la relación horizontal con el hijo, ya que pasaba a buscarlo en motocicleta y lo llevaba al estadio a gritar por su equipo de fútbol. con lo que de paso le enseñaba palabras soeces. En vez de llamar a su hijo por su nombre le decía "cumpa", de modo que Rafael optó por apodarlo "guatón". Los padres iniciaron un ensayo de vida marital poco convencidos e ignorantes del problema que se les venía encima: una fase de rebeldía normal, la edad de la obstinación, que exige una gran habilidad como educador emocional. Observemos la vida de esta familia algunos meses más tarde: agotados por un niño que se muestra abiertamente desobediente y cuyo recurso de presión es la pataleta, los padres han optado por "dejarlo ser". Cuando llega del jardín infantil, la mamá lo envía a jugar al vecindario. Lo busca por las casas vecinas siempre a horas distintas y permite que Rafael se quede dormido en cualquier lugar de la casa. por lo general, debajo de una mesa. Cuando el papá llega del trabajo, nunca antes de las diez de la noche, lo despiertan para cenar comida rápida, chocolates y gaseosas. No es infrecuente que después de la cena, sin sueño debido a la siesta nocturna, Rafael acompañe al "guatón" a jugar Play Station mientras la Cata chatea con sus amigas.

Disfuncionalidad familiar extrema y analfabetismo emocional

El trastorno de conducta reactivo puede ser consecuencia de la flagrante ausencia de educación emocional: el niño crece en un medio familiar donde reina la negligencia afectiva o el abuso, o ambos, como sucede generalmente en estos casos. Confinado a sobrevivir por sus propios medios en lo afectivo, sin educación emocional alguna, desarrolla estrategias de adaptación sustentadas en una pseudo autonomía, caracterizada por el desprecio a toda norma y a todo límite, por cuanto ha crecido sin dar ni recibir respeto, en un hogar caótico donde los conflictos se afrontan mediante reacciones violentas, abuso de poder y brutal descalificación. Son familias extremadamente disfuncionales, en las cuales los adultos suelen presentar alguna psicopatología, predomina un estilo relacional agresivo y las necesidades afectivas de los pequeños y los ancianos son ignoradas de manera brutal. Generalmente, los niños que crecen en estas familias desarrollan el más extremo de los trastornos de conducta reactivos: el trastorno disocial, que es claramente patológico.

Cuando juntos son dinamita

Al lector le habrá llamado la atención que la mayoría de los casos que ilustran los diversos capítulos tienen como protagonistas a hermanos gemelos o mellizos. Este hecho no es casual. Cuando los hermanos tienen la misma edad o son muy cercanos en años y ambos poseen un temperamento difícil, son inmaduros emocionalmente o presentan el denominado síndrome del déficit atencional, SDA, tienden peligrosamente a la rebeldía reactiva si las condiciones ambientales no son idóneas. Así aparece en escena una nueva —e insufrible— modalidad de trastorno conductual: la pelea entre hermanos como estilo relacional cotidiano. Cuando uno de ellos está ausente, el otro parece adquirir una súbita cordura y se muestra relativamente dócil, relajado, alegre y dispuesto a entretenerse solo. Pero aparece el hermano en escena y es como si alguien hubiese encendido la mecha de la pólvora: no han transcurrido más de unos minutos y ambos ruedan por el suelo trenzados en una feroz lucha cuerpo a cuerpo. Lloran, gritan... y también se ríen, como si disfrutaran en forma masoquista las recíprocas golvizas. Separarlos no es tarea fácil ni duradera, ya que parecen

imantados. Se provocan mutuamente a través de muecas, patadas, manotazos o litigios verbales por minucias, para desembocar nuevamente en la misma lucha cuerpo a cuerpo. Los padres se agobian, ya que la calma es efímera cuando los chicos están presentes. En la mesa, los hermanos se muestran beligerantes, comparan el tamaño de sus platos, se arrebatan el jarro de jugo, derraman el líquido, se dan puntapiés bajo la mesa, se lanzan miradas hostiles y manotazos, absolutamente indiferentes a los llamados de atención de sus padres o a las súplicas de sus hermanos mayores.

Habitualmente, los padres de hermanos peleadores están agotados y confundidos. Han ensayado todos los métodos de control de conductas sugeridos por parientes, vecinos y amigos. Evitan salir de paseo, ir de visita, llevar a los hermanos al cine o a un restaurante. Evitan cualquier situación que implique exponerse como familia a la ignominia de exhibir su absoluta incapacidad para controlar a dos niños transmutados en simios sin control. Por lo general, el padre continúa aplicando las estrategias que nacen de su impotencia y su ira. Sus vanos intentos de control coercitivo culminan invariablemente con una paliza. La madre, que todavía conserva esperanzas, oscila entre la amenaza de dejarlos sin tal premio y la paciencia tolerante; entre la severidad y la dulzura, hasta que termina en una plañidera súplica. No es raro que confiese que la hacen llorar de impotencia.

¿Existe alguna estrategia realmente efectiva para abordar las peleas entre hermanos? Creemos que sí. Nos remontaremos a la primera parte de este libro, en la cual planteamos que la mayoría de los problemas de conducta en niños pequeños tiene su origen en su dificultad para automodular la ansiedad. Bajo esta óptica, podemos plantear que los hermanos peleadores tienen ciertos rasgos en común:

- Son incapaces de regular su ansiedad.

- Transitan velozmente desde la esfera de la ansiedad a la esfera de la impulsividad agresiva, la cual da paso a una descarga conductual de golpes, patadas, insultos, mordiscos, etc.
- Son incapaces de poner freno por sí mismos a su descarga agresiva.

¿De dónde proviene la ansiedad que precipita el problema de conducta llamado "pelea"? Ésa es la pregunta crucial. Aunque es común que tal conducta tenga un origen multifactorial, es altamente probable que provenga de una sintonía recíproca. Esto quiere decir que un hermano pone ansioso al otro y viceversa. Lo habitual es que uno de los dos tenga significativas dificultades para autorregular su temperamento y que la presencia del hermano lo lleve a responder de modo excesivo (hiperreactividad o sobrereactividad). Inicia una secuencia de conductas que no son sino la vía de descarga de su energía ansiosa. En otras palabras, si el hermano no estuviese cerca, descargaría su energía ansiosa mordiéndose las uñas, saltando en la cama, gritando o mostrándose demandante con la madre. ¿Cómo descubrir cuál de los hermanos es quien origina la conducta problemática? Es sencillo: evaluando los reportes de los profesores, las observaciones respecto a la conducta del niño en la sala, los ritmos biológicos (los chicos de temperamento difícil tienen dificultad para conciliar el sueño nocturno, suelen despertar irritables y ofuscados y son selectivos en sus preferencias alimentarias); la tolerancia sensorial (generalmente son intolerantes al calor o al frío y les molestan ciertas texturas, como la ropa de lana, las etiquetas de las prendas de vestir, los cinturones, los cuellos altos, y otros estímulos, como los ruidos estridentes y las luces intensas) y, en términos generales, la predominancia de la emocionalidad negativa y de la disforia por sobre la quietud y el buen talante. Los niños de temperamento difícil tienden a aburrirse fácilmente y les cuesta entretenerse solos. Necesitan imperiosamente la presencia de otros para disfrutar; suelen privilegiar la acción por sobre la reflexión, y en ocasiones no exteriorizan su mundo interno. Las salidas con este niño suelen ser tensas, ya que se ofusca fácilmente, es quejoso, demandante y a poco andar manifiesta que está aburrido. En cambio, el otro chico suele ser más dócil y se entretiene con mayor facilidad cuando no está el hermano.

Lamentablemente, suele ocurrir que ambos hermanos poseen un temperamento difícil, lo cual complica el abordaje. A las dificultades de autorregulación del temperamento, las rápidas reacciones disfóricas y la fácil reacción impulsiva y agresiva, suelen agregarse los errores de abordaje parental, que usualmente se han mantenido por mucho tiempo y se han convertido en un estilo de educación emocional generador de gran ansiedad, rebeldía y predominio de emociones negativas.

Una vez identificado el conjunto de factores que provoca ansiedad en los niños, es necesario modificar el escenario antes de que sea demasiado tarde. Para ello, hay que centrarse en forma simultánea en los siguientes frentes:

- Identificar las condiciones ambientales que generan, agravan y mantienen la ansiedad en ambos niños: hábitos inadecuados de sueño, alimentación, recreación, esparcimiento. No es raro que los padres, desesperados por conseguir un instante de paz, una tregua en ese campo de batalla que es la casa, recurran a la "tecnodiversión" como anestesia temporal. Entonces permiten —y a veces promueven— los juegos de consola en sesiones abusivamente extensas. Cuando no están jugando, los niños están conectados a la televisión, por lo general, con el volumen alto. Lo que los padres ignoran es que la tecnodiversión provoca elevados niveles de ansiedad, los que facilitan y perpetúan el problema conductual. No es infrecuente que la ansiedad excesiva los lleve a consumir grandes cantidades de golosinas y gaseosas, en especial bebidas cola, con lo cual el desequilibrio neuroquímico de los niños empeora.

- Establecer estrategias para abordar las peleas: lo habitual es que los padres apliquen variadas estrategias en forma ciega, al azar, buscando de modo errático la solución mágica al calvario de convivir con dos pequeños incapaces de razonar. Es imprescindible enseñarles estrategias eficaces, las

cuales están sujetas a las variables propias de cada familia (número, edad, nivel cultural y medios económicos de los integrantes, entre otras variables). Necesitan, por lo tanto, una "receta personalizada", la cual debe ser diseñada e implementada por un profesional de la psicología infantil o un terapeuta familiar. El programa más efectivo para mitigar las peleas es el que premia la conducta de jugar y compartir sin litigios ni golpes. El diseño de este programa debe seguir los principios de la modificabilidad conductual operante, según los cuales las conductas se pueden modificar a partir de las consecuencias que generan: se recompensan las conductas que tienen consecuencias positivas y se sancionan aquellas que tienen consecuencias negativas.

- Canalizar la energía agresiva: hay que darle un nuevo cauce que permita que las peleas se extingan o, al menos, disminuyan en frecuencia. La estrategia de canalización de la agresividad y la disforia es la actividad física sistemática. Para ello existen los deportes infantiles. La actividad más indicada es cualquier arte marcial o disciplina de defensa personal, por cuanto ella, enseñada por expertos, promueve el desarrollo del carácter y del autocontrol reflexivo.

- Un especialista en salud mental infantil debe evaluar al niño de temperamento difícil —o a la dupla "dinamita"— para ver la pertinencia de regular la ansiedad, la impulsividad y la tendencia a la disforia mediante psicofármacos y terapias de energía como el reiki o la terapia floral.

Diagnóstico de los trastornos de conducta reactivos

Los trastornos de conducta deben ser diagnosticados y abordados, en lo posible, antes de los diez años de edad. Este abordaje debe estar a cargo de un equipo multiprofesional y centrarse en la identificación calibrada de

cada uno de los diversos factores que confluyen en su génesis. El mayor desafío es abordar un trastorno de conducta en un adolescente, ya que lo habitual es que predominen en él los elementos desafiantes activos, con escasa o nula conciencia de los efectos devastadores que su conducta ejerce sobre sí mismo y su ambiente. Cada año que transcurre entre el inicio de la rebeldía reactiva y el momento en que se identifica y se decide la intervención terapéutica torna más difícil y ardua la tarea. En casos extremos, el único recurso efectivo es quebrar el sistema familiar: poner distancia física entre los padres y el hijo afectado para actuar de modo multidisciplinario y en equipo sobre ambos subsistemas por separado, lo cual facilita la objetividad necesaria para erradicar las ideas irracionales que han perpetuado los errores.

Por ejemplo, recordemos al padre de Magdalena, quien decía que su hija actuaba "como una mujerzuela", y a la adolescente, quien afirmaba que su papá quería anularla como persona. En este caso, para modificar los estilos relacionales es necesario convencer al padre de Magdalena de que el único modo de que su hija evalúe como riesgosa la relación sentimental que ella mantiene con un hombre mayor es que él, como padre, deje de intervenir y de intentar recuperar el control de la situación. En forma simultánea, es preciso guiar a la joven para que descubra que su relación sentimental está construida sobre la rabia, el encono y el deseo de dañar, sentimientos negativos probablemente también presentes en su pareja, y que, en consecuencia, se trata de una relación neurótica, malsana. Con la seguridad de que los cambios en la hija son posibles, pero que no deben ser forzados por el padre, se puede intentar un reencuentro, el que felizmente se produce cuando a la madre le diagnostican un tumor maligno en el útero y padre e hija se ven obligados a unirse para apoyar afectivamente a la mamá, quien finalmente se recupera. Cinco años después de este tibio reencuentro, Magdalena se recibe y viaja a España a doctorarse. Regresa casada con un periodista y con una hermosa bebé de quince meses que conquista inmediatamente al ahora abuelo, con lo cual las heridas parecen cicatrizar definitivamente.

Comunicación afectiva

Las técnicas diagnósticas y de abordaje multiprofesional que se aplican en los trastornos de conducta son variadas y dependen estrictamente del caso individual, del peso relativo de los factores biológicos, psicológicos y ambientales, y de las pericias del equipo profesional que toma el caso. Dichas técnicas deben incorporar, en forma imprescindible, una mirada sistémica. Sin embargo, es posible identificar un factor nuclear sobre la base del cual se pueden articular las acciones preventivas, educativas e incluso terapéuticas frente a los trastornos de conducta reactivos. Este factor es la comunicación afectiva: la capacidad de escuchar con el corazón, desprendiéndose de toda idea preconcebida, de todo temor, de todo prejuicio, de toda presuposición, de toda interpretación.

La experiencia profesional nos ha mostrado que esta estrategia de educación emocional es el más espléndido recurso preventivo de trastornos de conducta infantil y adolescente. Incorporarla a las estrategias de los padres —y de los demás actores formativos en los primeros años de un niño— permite abordar efectivamente la rebeldía como parte del desarrollo y la rebeldía reactiva, potencia los logros correctivos y terapéuticos y ayuda a mantener los resultados positivos a lo largo del tiempo.

Lamentablemente, es la estrategia menos usada por quienes tienen la misión de educar emocionalmente a niños y adolescentes. Los adultos miran con escepticismo y temor las consecuencias que podría tener reemplazar los métodos correctivos y "disciplinadores" por uno que parece fomentar la pérdida de la autoridad. Nada más lejos de la realidad: las estrategias de comunicación afectiva son el recurso más infalible para ganar autoridad ante niños y adolescentes. Los adultos (padres, maestros, abuelos) que las practican crecen ante los ojos del niño, quien los mira con admiración y valora sus consejos. Es tan profunda la huella que esta estrategia deja sobre el corazón infantil que décadas más tarde, ese niño, convertido en adulto,

practicará esta hermosa técnica con sus hijos, demostrando así el valor transgeneracional de sus bondades.

La comunicación afectiva requiere de ciertas condiciones básicas y una actitud de permanente apertura al perfeccionamiento de pericias fundamentales. En otras palabras, comunicarse afectivamente con un niño es una ciencia y un arte en constante desarrollo. Los requisitos son los siguientes:

- Empatía: es la habilidad para ponerse en el lugar del otro. A los adultos no les resulta difícil cuando están frente a otro adulto, pero una gran mayoría muestra una enorme dificultad para desarrollar empatía con un niño pequeño. El adulto tiende a mostrar una solicitud condescendiente que muchas veces es sólo aparente —y los chicos se dan cuenta de ello— y a considerar "niñerías" lo que para un niño o un adolescente es muy importante. Todavía quedan adultos que, frente a un adolescente que defiende su punto de vista con argumentos claramente razonables, le dice en tono despectivo: "Aprende a sonarte la nariz antes de discutir conmigo, jovenzuelo ignorante". Con esto genera rabia y frustración en el corazón del muchacho. La empatía es la capacidad de sintonizar emotivamente con el niño. Humberto Maturana, neurobiólogo chileno, acuñó el hermoso término de "sintonía co-emotiva", que habla de una intersubjetividad emocional, un fenómeno mágico que se da entre mamá y bebé y que permite que este último sobreviva a la tremenda angustia de sentirse inerme, desamparado y pequeño. Ante la pena, la rabia o la angustia de un niño, tendemos a pensar que se trata de mini-penas, mini-rabias, mini-miedos. No es raro escuchar a un adulto que exclama: "¡Pero si eso no es nada! ¡Supiera este niñito lo que yo tuve que pasar hoy en el banco!". La realidad es al revés: las penas, rabias y angustias son peores mientras menos recursos de elaboración racional tenemos. Antes de los ocho años carecemos de experiencias con las cuales confrontar lo que nos sucede y de recursos de racionalización para elaborar nuestras angustias.

Empatía es también la capacidad para "retroceder" en forma rápida a la propia infancia en términos emotivos, recurso que ayuda enormemente a la sintonía co-emotiva.

- Escucha emotiva: es la capacidad para escuchar con interés, afecto y emoción a un niño o adolescente, haciéndole sentir que su problema es importante y que deseamos sinceramente ayudarlo a encontrar una solución.

- Principio de la buena fe: los chicos son naturalmente fantasiosos y suelen recurrir a historias poco creíbles cuando quieren eludir un castigo. Por esta tendencia universal a la mentira y la fabulación, los adultos desconfían de ellos a priori, sin darse el tiempo de escucharlos en forma atenta y respetuosa. La actitud de escucha activa requiere desprenderse de todo prejuicio y atender los argumentos del niño, dándoles crédito siempre. Si son falsos, y el niño los emplea para eludir un castigo, es probable que el adulto deba evaluar si sus castigos son excesivos o los aplica con ira en vez de hacerlo con serenidad y motivos educativos. En este caso es el adulto quien debe enmendar sus actitudes y no el chico.

- Principio de la segunda oportunidad: niños y adolescentes están en la vida para aprender a ser mejores, de modo que los errores suelen ser excelentes oportunidades para que enmienden el rumbo. Un error puede convertirse en una instancia de aprendizaje si el adulto ofrece una segunda oportunidad sin caer en la tentación de privar al niño de su confianza ni de condenarlo a empeñarse una y otra vez en hacerse digno de esa esquiva confianza en su honestidad. Para ello, se debe actuar de buena fe, evitando emitir juicios de valor, como "me has defraudado, en ti no se puede confiar" y tratar de dejar en claro que existe una nueva oportunidad para probar la capacidad de autodirección. La gran mayoría de los chicos se las juega por demostrar que sí es capaz.

- No enjuiciar: a menudo pensamos que los chicos quieren sacar ventaja de ciertas situaciones. Nos irritan su falta de criterio, su precipitación, su impulsividad, su distracción, y solemos emitir juicios de valor implacables y lapidarios con respecto a ellos: "En ti no se puede confiar", "me defraudas", "¿tienes aserrín en la cabeza?", "hasta un niño pequeño entendería", "¡vas por la vida con la boca abierta!". Son opiniones equivalentes a sembrar piedras en lugar de simiente: en el corazón del niño enjuiciado crecen el encono, la rabia, la impotencia y el deseo de venganza.

¿Por qué resulta tan difícil comunicarse afectivamente con un niño o un adolescente?

En general, a los adultos les resulta difícil comunicarse afectivamente con los niños pequeños y los adolescentes porque no los conocen a cabalidad y se mueven en sistemas de creencias sustentados en prejuicios sin claro fundamento, como que los niños son manipuladores o los adolescentes son flojos. Hay adultos (especialmente las mujeres, por su mayor desarrollo de la intuición) que tienen un conocimiento bastante adecuado de los niños y adolescentes, sustentado en su sentido común y en la ternura por los más pequeños, pero que flaquea fácilmente al no tener una base sólida apoyada en conocimientos de psicología infantil. Basta que la vecina o la suegra les digan con tono de reproche "usted se está dejando manipular por su niño; no sea tan blanda, corríjalo ahora, que mañana será demasiado tarde", para que muchas mamás intuitivas den un giro radical y se tornen impacientes, gruñonas y controladoras.

Esto sucede porque los adultos estamos convencidos de que aportar al crecimiento social y emocional de un chico exige disciplinario (corregirlo, evitar que se tuerza), sin saber que las normas y límites se enseñan fácilmente cuando se inculcan temprano en la vida —antes de los cinco años de edad— a través de la didáctica de la firmeza con ternura, la llamada "mano de hierro en guante blanco", que se sustenta en los principios de la

comunicación afectiva y se basa en convicciones, pero es temperada por el respeto hacia los niños, el cual invita a ser suave, dulce y sereno.

Caso de Margarita

Margarita tiene doce años y le pide permiso a su mamá para alojarse en la casa de una compañera de curso. La mamá le explica con suavidad que no es posible, pues con el padre han decidido que deberá aguardar a la adolescencia para quedarse a dormir en otras casas. Le dice: "Margarita, sé que esta decisión te va a enojar, te vas a sentir excesivamente controlada, quizá pienses que no tenemos confianza en ti y nos vas a ver como papás antipáticos y controladores. Pero es nuestra decisión. Lo mismo decidimos para tu hermana mayor, y así va a ser siempre. Tú dices que todas tus amigas se quedan a dormir en otras casas. Eso depende de sus padres, pero los tuyos hemos tomado esta decisión y deberás aceptarla. Lo sentimos mucho". En este discurso hay empatía, pero también firmeza. Margarita no sigue argumentando, acata, aun cuando se siente muy enojada.

Los adultos tenemos un enorme miedo a perder autoridad, a que los chicos "se suban por el chorro" "les demos la mano y nos agarren el codo". La mayoría piensa que ser acogedor es mostrar el lado débil, confunde al niño y favorece su mala conducta. Ignoran que los adultos serenos, acogedores y respetuosos tienen un poderoso dominio sobre los niños: una autoridad sustentada en el respeto y el cariño a toda prueba. El verdadero dominio no es el poder de la fuerza y el control coercitivo, sino el poder de una autoridad legítimamente ganada. Y en la educación para la vida, la autoridad de un adulto sobre un niño se construye con respeto, cariño y presencia acogedora.

En los adultos está demasiado arraigada la desconfianza, un atávico temor a la mala intención. Actuamos con los niños aplicando el principio de la mala fe.

Caso de Rodrigo

Rodrigo tiene dieciséis años, es el mayor de cuatro hermanos y el único hombre. Cursa primero medio por segunda vez. Sus calificaciones siempre están por debajo del nivel mínimo. Tiene síndrome de déficit atencional, es zurdo (los chicos zurdos suelen tener problemas de aprendizaje, ser emotivos y algo temperamentales) y padece una aversión crónica a ciertas asignaturas, como lenguaje, ciencias sociales e inglés. Pero es el mejor deportista de todo el colegio, un dato que el padre de Rodrigo, demasiado frustrado por las malas calificaciones de su hijo, no considera. En una ocasión, Rodrigo se sentó muy excitado junto a su padre, que leía el periódico, y le dijo: "Papá, ¿sabías que has 'un colegio para gente como yo donde se va a clases sólo desde las nueve hasta las once de la mañana...?'". Iba a continuar, pero su padre cerró el diario con violencia y le gritó: "¡Es el colmo! Eres lo más flojo del mundo, repites el año, no estudias y ahora quieres ir a un colegio de vagos 'para gente como yo'..., claro. si eres el rey de los vagos. ¡Me das vergüenza. Rodrigo!". Y se marchó furibundo mientras su hijo, rojo de ira, mascullaba palabrotas. Días después, la mamá del chico se sentó junto a su marido y le preguntó con una gran sonrisa: "Viejo. ¿qué te pareció el premio que le dieron a Rorro? Es un sueño". El padre se irritó: "¡Pero de qué premio me hablas! ¡Claro, yo debo ser un monigote en esta casa! ¡Nunca me entero de nada!". "Qué extraño", musitó la esposa mirando atemorizada a su marido. "pero si Rodrigo me dijo que te iba a contar. La municipalidad lo premió con una beca para que entrene en el Centro de Alto Rendimiento y se prepare para competir en los Juegos Panamericanos el próximo año. Su profesor jefe le sugirió que postulara al colegio para deportistas destacados: iría a clases de nueve a once de la mañana y podría entrenar desde las dos de la tarde hasta las nueve de la noche...".

En este relato es posible apreciar cómo un padre crónicamente frustrado es incapaz de sintonizar afectivamente con su hijo. Rodrigo intenta darle una buena noticia, pero en su excitación incluye un comentario que, mal interpretado, despierta la ira de su papá. Para el adolescente, "gente como yo" significaba "deportistas de excelencia, como yo". Pero el padre lo interpretó como "enemigos de estudiar, como yo". Y cerró sus oídos a todo diálogo. Sin duda que ese padre es poco hábil en el arte de la comunicación afectiva, ya que es el "único en casa que no se entera de nada", lo que podría interpretarse como que todos le tienen terror, de modo que le ocultan las novedades cotidianas por miedo a que se enfurezca. Podemos imaginar la relación de Rodrigo con su padre: oscila entre la abierta confrontación y la clandestinidad. Los padres que confunden educación emocional con humillación suelen tener hijos con "vocación de submarinos": frente al peligro que representa el padre, se sumergen y dejan de dar señales de vida. Nunca dicen a dónde van ni a qué hora regresarán, no contestan el celular cuando los llaman de la casa, se refugian en su dormitorio, llevan los audífonos atornillados en los oídos y rara vez comparten la mesa familiar, con lo cual sólo consiguen reforzar la ira y la frustración del padre, quien busca con desesperación en el árbol genealógico algún pariente "oveja negra" a quien culpar por la desgracia de tener un hijo que a sus ojos no vale un céntimo.

Caso de Pedro

Pedro es hijo único, tiene seis años y está en primero básico. Desde inicios de abril, cada lunes se queja de intenso dolor abdominal antes de subirse al transporte escolar. Dos semanas después, el dolor aparece el domingo por la noche y el lunes Pedro se levanta con diarrea. Sus padres, jóvenes y exitosos profesionales, consideran que el niño los está manipulando y recuerdan el comentario de una amiga, madre de varios hijos, quien les advirtió que no había nada peor que tener hijos únicos. "Son unos déspotas", les advirtió. La mamá de Pedro, que vagamente intuye que su

hijo podría estar ansioso, dice: "Parece que Pedrito está haciendo teatro para quedarse en casa". El marido refrenda tal suposición reprendiendo a su señora: "Claro, si tú lo malcrías dejando que el domingo se levante tarde y se quede viendo sus monos en la tele. Te dije que lo estás regalando demasiado. Ahí tienes al flojo. Ahora no quiere ir a clases. ¡Ya se las va a ver conmigo!". La más objetiva es la nana, quien desde su inmenso amor por Pedro y su intuición de mamá da una mirada más atenta a los síntomas del niño y descubre que el pequeño sufre una gran angustia. Meses más tarde, los padres de Pedro se enteran de que el chofer del transporte abusaba de los chicos que iban sentados a su lado. Acariciándolos con una clara intención sexual. No cabe duda de que Pedro fue uno de los pequeños abusados y sus síntomas eran la muda señal que el niño enviaba a sus padres pidiéndoles ayuda.

En esta historia podemos ver cómo los prejuicios nublan la mirada del corazón. La mamá del niño desoye la voz de su intuición, que le dice que Pedrito podría estar ansioso, y prefiere escudarse en las variadas opiniones de sus amistades, mientras que el padre, para quien el éxito debe incubarse desde primero básico, estima que su pequeño es un flojo y decide culpar a la madre de mimarlo en exceso, emulando con estos juicios implacables los de su propio padre, partidario de que los varones sean criados en el rigor. La sintonía co-emotiva sustentada en la ternura habría permitido que el niño hubiese confiado en sus padres y les hubiese comunicado su miedo y desamparo.

Pero Pedro está siendo educado emocionalmente de un modo poco cercano. Sus padres ponen el énfasis en el deber y están poco atentos a las necesidades emocionales de su niño pequeño. Los síntomas corporales suelen ser certeros mensajes de alarma. En este caso, dichos síntomas estaban evidentemente relacionados con el colegio, de modo que papás "buenos lectores de señales" se habrían acercado a Pedrito para indagar si

había algo en el colegio que lo estaba asustando. Es probable que en ese caso el chico hubiera sido más explícito respecto al chofer del bus escolar.

CAPÍTULO III

CONDUCTA REBELDE COMO EXPRESIÓN DE PSICOPATOLOGÍA

La conducta rebelde, expresada como negativismo, pataletas, mal talante y confrontación con el adulto, es la expresión visible —la punta del iceberg— de un quiebre pasajero del equilibrio emocional de un niño o un adolescente. Este desequilibrio emocional suele ser provocado por la irrupción de emociones negativas —miedo, rabia— que invaden al niño y se exteriorizan, es decir, se transforman en conductas, cuando no son adecuadamente neutralizadas mediante la reflexión, el autocontrol, el confortamiento afectivo, etc. Cuando las causas que provocan este quiebre de la armonía emocional son permanentes, ineludibles, implacables y crónicas, las emociones negativas ceden paso a sentimientos negativos —ira, encono, odio, frustración, desprecio— duraderos en el tiempo. Se expresan en comportamientos permanentes, estilos conductuales que hemos denominado rebeldía reactiva y son clasificados como trastornos de conducta.

Pero en ocasiones la rabia, el miedo, el rencor, el odio, la frustración o el desprecio no son provocados por factores del ambiente, sino que surgen como consecuencia de anomalías de las estructuras y las funciones que subyacen a la vida emocional infantil o juvenil. Estas anomalías afectan módulos cerebrales específicos y pueden tener su origen en problemas prenatales, perinatales o en la vida temprana de un niño. El compromiso estructural o funcional de dichos módulos cerebrales provoca manifestaciones visibles similares a las de la rebeldía propia del desarrollo o a la rebeldía reactiva, pero que poseen rasgos particulares que permiten que un ojo clínico entrenado las identifique correctamente. Son los trastornos de conducta como síntoma de psicopatología. Un análisis

exhaustivo de cada uno de ellos excede ampliamente los propósitos de este libro, de modo que nos referiremos a los más frecuentes.

En una minoría de niños y adolescentes, el trastorno de conducta (pataletas, negativismo, estilo desafiante y actitud de confrontación permanente) obedece a la presencia de una psicopatología severa de variados orígenes, que se hace evidente por las siguientes señales.

- Intensidad inusitada de la reacción negativista (pataletas intensas y prolongadas, violencia verbal o física indiscriminada).
- Discrepancia entre el estímulo y la magnitud de la conducta negativista.
- Duración excesiva de la pataleta o de la reacción agresiva. Presencia de conductas autolesivas (morder el propio brazo, infligirse heridas cortantes).
- Claves físicas atípicas: una mirada extraviada, expresión facial perpleja, confundida, o palidez extrema, que indica un estado alterado de conciencia.

Caso de José Pedro

José Pedro tiene cinco años diez meses y está en Kinder. Desde los tres años asiste a una Escuela de Lenguaje, va que tardó mucho en comenzar a hablar y aún pronuncia mal varios sonidos, utiliza frases cortas —"como telegrama", según la mamá—, su vocabulario es pobre y lo tiende a reemplazar por gestos y ruidos. Según la educadora de párvulos, "José Pedrito es un bebé y va al colegio a jugar". No sigue instrucciones, parece no entender, porque vive en su mundo de fantasía. Todavía no logra tomar bien el lápiz, deja sus trabajos a medio terminar, se hace el sordo, se muestra reacio a aprender las letras y apenas logra contar hasta tres. Anda con su mochila cargada de autitos, peluches y el infaltable "tuto". La

educadora lo quiere mucho, pero está preocupada por la rebeldía de José Pedro, quien responde con pataletas a todo intento por lograr que trabaje, se siente en la mesita —suele reptar bajo ella—, ordene sus útiles o se abstenga de devorar la colación mientras pinta. Ve en él una obstinación que adjudica a una "inmadurez emocional", de modo que les ha recomendado a los padres de José Pedro dejar que repita Kinder. El niño cumple los seis años en septiembre, pero la educadora argumenta que es demasiado pequeño para pasar a primero básico. Sin embargo, el padre se opone tenazmente y dice que las pataletas del niño se deben a que la mamá lo malcria y lo tiene "muy regalón". Recuerda que cuando chico él era porfiado y bueno para las rabietas. "A coscachos me hicieron entender", dice. En realidad, al papá le duele tener otro repitente, va que su hijo mayor, de doce años, reprobó el sexto básico por sus bajas notas "a pesar del famoso Ritalin".

En este caso, las pataletas de José Pedro se insertan en un conjunto de características que configuran la llamada "inmadurez del desarrollo", conocida internacionalmente como síndrome de déficit atencional o SDA. Este síndrome es, en la mayoría de los casos, una característica genética (el papá fue obstinado y pataletero, mientras que el hermano mayor de José Pedro toma Ritalín, el clásico medicamento para el déficit atencional), que provoca una maduración más tardía o más lenta de las habilidades cognitivas básicas: habilidad psicolingüística y de pensamiento lógico matemático (el niño tiene un trastorno del lenguaje verbal expresivo y aún no aprende a contar), una maduración más lenta o tardía de los mecanismos de autorregulación emocional (el chico es obstinado y pataletero) y de las habilidades de administración intelectual, como la capacidad de concentrarse (José Pedro no escucha las instrucciones, deja sus trabajos a medio terminar). La mayoría de los niños con síndrome de déficit atencional se muestra abiertamente obstinado hasta que adquiere una autorregulación emocional más sólida alrededor de los seis años. José Pedro es poco reflexivo, muy rígido y centrado en exceso en sus necesidades inmediatas, responde con intensas pataletas a todo intento por inculcarle

hábitos y normas, de modo que el entrenamiento debe ser muy sistemático y paciente, tiene que emplear en forma generosa las recompensas y evitar adjudicar a la voluntad del chico su resistencia a aprender normas.

Caso de Javier

Javier, un adolescente de dieciséis años, es hijo único, pero su madre, divorciada hace ya varios años, se casó en segundas nupcias con un viudo que aporta tres hijos a la familia: dos mujeres de veinte y diecinueve años, respectivamente, y un varón de quince llamado Sebastián. Si bien Javier y Sebastián son prácticamente de la misma edad, son radicalmente distintos. Sebastián es un muchacho tranquilo y estudioso que sabe planificar su tiempo de tal modo que le alcanza para estudiar, participar en el grupo de pastoral del colegio y practicar cuatro veces a la semana natación, su deporte favorito. Es gentil y rara vez pierde la paciencia. "Es todo un caballero", opinan sus profesores. Javier, en cambio, desafía la paciencia de todos. Nunca sabe qué tareas tiene y su mochila es un caos. Ha perdido tantos cuadernos que este año optó por tener uno solo, donde escribe, dibuja y pega recortes de autos de carrera. Su gran amor es su guitarra eléctrica, a la cual dedica todo su tiempo libre. Llega del colegio y se acaba la paz en la casa, ya que exige a gritos que le sirvan la leche en el dormitorio mientras toca guitarra por horas. Cuando llega la noche y no ha cumplido con sus deberes escolares alega a viva voz que sus profesores son unos verdugos que llenan a los alumnos de trabajos interminables. "Apenas mi vieja llegue, me meto en los libros. Total, ella va a creer que me lo pasé estudiando, como el 'pavo' de Sebastián", dice con una sonrisa. Cuando la madre llega del trabajo y le pide que estudie en el escritorio y no en su pieza, Javier protesta a gritos, da portazos, culpa a todos en la casa por "hacerle la vida imposible" y sale en bicicleta sin decir a dónde va ni a qué hora regresará. Los profesores lo describen como lleno de talentos, pero dicen que los desperdicia, nunca reconoce sus faltas y es un apasionado defensor de las causas perdidas. Javier se ha cambiado tres veces de colegio: en segundo básico lo sacaron de un colegio bilingüe porque le costaba mucho entender inglés; en séptimo repitió de curso y su madre lo

cambió a un colegio Montessori con la ilusión secreta de evitar darle Ritalin, un medicamento al que ella siempre ha temido y que compra de modo irregular desde que un neurólogo le diagnosticó SDA al chico. Ella explica los problemas conductuales de Javier por la herencia del padre. "Son iguales", dice, "el papá de Javier es un adolescente de cuarenta años. Nunca maduró".

Javier es un típico adolescente con síndrome de déficit atencional y es probable que la madre tenga razón en adjudicar la inmadurez de Javier a la herencia paterna. Los adolescentes SDA presentan una débil capacidad de autorregulación emocional (Javier vocifera, da portazos), atribucionalidad externa (no planifica su tiempo libre ni estudia cada día en forma metódica; dice que le va mal porque los profesores son unos verdugos; cuando lo llaman al orden alega que los demás le hacen la vida imposible) y locus de control externo ("cuando llegue mi vieja me pongo a estudiar"). Javier no sabe administrar sus talentos. Dentro de poco comenzará a sufrir inevitables comparaciones con su maduro hermanastro.

José Pedro y Javier se incorporan a un programa de apoyo multiprofesional que incluye el empleo juicioso de psicofármacos y orientación familiar. Es lo que necesitan.

José Pedro repite Kinder y entra a primero básico a los siete años y ocho meses, lo cual le permite madurar en forma significativa, mejorar sus competencias lingüísticas e incrementar de modo importante su autocontrol, de modo que las pataletas quedan en el pasado.

Javier se incorpora a un programa de apoyo integral, en el cual participan diversos profesionales que le enseñan hábitos y técnicas de estudio. Los papás le pagan clases de guitarra con el compromiso de que mejore sus calificaciones y sus profesores comienzan a valorarlo, destacando sus cualidades y ofreciéndole oportunidades para obtener buenas notas. Lo más importante de todo es que la familia evita comparar a Javier con su hermano Sebastián, enfatizando el valor de cada chico y destacando tanto las destrezas musicales de uno como los logros académicos del otro. Hoy Javier estudia ingeniería en sonido y tiene excelentes calificaciones.

Caso de Domingo

Domingo tiene ocho años y cursa tercero básico en un colegio privado. Es el menor de cinco varones. En mayo, sus padres salen desolados de la entrevista con el rector. Domingo se encuentra al borde de la expulsión por reiteradas faltas disciplinarias que se relacionan con las severas pataletas que tiene en la sala: dirige escalofriantes palabrotas a compañeros y profesores; reparte patadas cuando tratan de contenerlo y en varias ocasiones ha lanzado certeros escupitajos al rostro de su maestro. Las pataletas pueden durar más de una hora, lo que obliga a la inspectora a encerrar a Domingo en una oficina hasta que se calme por fatiga física. Pares y profesores aseguran que las pataletas se desencadenan por situaciones tan banales como extraviar la goma de borrar o ser víctima de un empujón involuntario en el recreo. Los profesores insisten en que el problema de Domingo es exclusivamente conductual, va que tiene las mejores notas del curso y destaca en matemáticas y en conocimientos generales. Sus compañeros lo describen como una enciclopedia. Dicen que todo lo sabe y que le gusta enseñar. Las pataletas, que comenzaron en Prekinder, han ido empeorando en el colegio y en la casa. Los padres de Domingo se confiesan agotados. Han acudido a dos psicólogas para aprender estrategias de educación emocional, pero nada parece dar resultado. Las pataletas de Domingo contrastan con la conducta de sus cuatro hermanos mayores, que son dóciles, obedientes y reflexivos, con lo cual queda claro que sus padres han sabido educarlos para la vida. En

palabras de la mamá, Domingo es impredecible. Tiene días ideales en que se levanta sonriente, obedece y respeta normas, se muestra alegre y relajado, pero tiene otros en los que se despierta de mal talante, inquieto, habla en voz muy alta y sin pausa, utiliza un lenguaje soez y con abiertas alusiones sexuales, no logra concentrarse por más de unos minutos, pelea sin motivo —"anda buscando la mocha", dicen los hermanos— y la nana se queja porque Domingo se sobrepasa cuando la abraza. "Me pide besos en la boca". dice. Esos días, el niño se resiste a acostarse y permanece en pie hasta después de la medianoche haciendo ruido como si fuese el mediodía. Uno o dos días después se muestra excesivamente tranquilo, pálido y ojeroso. Su voz se hace inaudible. Se queja de cansancio, dormita durante el día y se torna inapetente. La mamá lo describe en esos días como un niño enfermo, "igual a su hermano cuando tuvo tifus". Estas conductas duran uno o dos días para luego ceder paso a un comportamiento más dócil y tranquilo, especialmente si sus hermanos no están en casa y el ambiente es relajado y silencioso. La mamá agrega que Domingo, a diferencia de sus hermanos, no tolera sabores distintos en la comida ni texturas nuevas —prendas de lana, etiquetas en el cuello de las camisas— y se irrita en extremo con los ruidos estridentes o las luces intensas.

En este caso, las pataletas forman parte de un conjunto de conductas que orientan el diagnóstico:

- Las pataletas son desproporcionadas al estímulo que las origina. No obedecen a errores de abordaje de los padres, quienes parecen ser adecuados educadores emocionales, como lo demuestra el resto de los hijos.
- Las rabietas no parecen ser consecuencia de una inmadurez psiconeurológica del tipo SDA, ya que Domingo es un alumno destacado en lo académico.

- El niño muestra conductas cíclicas, que alternan períodos apacibles durante los cuales se muestra dócil y tranquilo y períodos de gran desajuste conductual, verborrea, agresividad, insomnio y un interés por temáticas sexuales que es inadecuado a su edad y al ambiente familiar de respeto en el cual ha crecido, períodos que suelen ser seguidos por otros en que predomina la falta de energía y la melancolía.
- Domingo parece tener dificultades de integración sensorial, evidentes en su gran intolerancia a sabores nuevos, ruidos estridentes, texturas, ciertos olores.

Estas características, sumadas a una evaluación rigurosa de tipo psicopatológico, permiten concluir que Domingo presenta un trastorno bipolar. Su temperamento es extremadamente inestable, de modo que pequeños cambios ambientales desencadenan en él una devastadora ansiedad seguida de una pérdida del autocontrol, con la consiguiente agresividad verbal y física. En forma cíclica pasa por momentos de gran exaltación y desajuste conductual —denominados "hipomanía"— que se intercalan con fases de desgano y falta de energía, que podrían corresponder a una baja anímica. Domingo deberá ser evaluado por un psiquiatra infantil e incorporado a un programa terapéutico centrado en su condición bipolar. Como consecuencia de ello, sus pataletas se atenuarán o desaparecerán.

Caso de Isabel Margarita

Isabel Margarita, hija única, es una adolescente de quince años. Si bien nunca fue una niña dócil, sus padres no la recuerdan como particularmente difícil de llevar. Sin embargo, desde hace algo más de un año le cambió

horriblemente el carácter. "Está transformada en una bruja", dice la madre. En efecto, Isabel Margarita está de muy mal talante. No habla, sino que grita y se impacienta. En el colegio se está quedando sin amigas, porque se muestra rabiosa, intolerante, levanta la voz por cualquier motivo y suele salir de la sala sin permiso dando portazos y mascullando palabrotas en voz baja. Dice que no le importan las quejas disciplinarias de las profesoras y que le da lo mismo que la expulsen del colegio. La madre cree que el mal genio de su hija es parte de la adolescencia y está decidida a aguardar a que Isabel Margarita recupere la cordura algún día. Pero está agobiada, ya que en casa también vive su madre, una mujer de setenta años que enviudó hace dos años y se tornó explosiva y tiránica, a tal punto que la madre de Isabel Margarita estima que al lado de la abuela, la chica adolescente "es un encanto". Es tal su agobio, que no ha advertido algunos cambios en Isabel Margarita: come chocolates sin freno y ha subido mucho de peso. Sus períodos menstruales se han hecho muy irregulares, su vello corporal ha aumentado significativamente y le ha aparecido un rebelde acné en el rostro, el pecho y la espalda.

Los malos modos de Isabel Margarita, su estilo relacional centrado en la confrontación y su forma de enfrentar las dificultades con una actitud desafiante y negadora van más allá de la rebeldía propia de la adolescencia. Si observamos con detención su comportamiento y sus cambios físicos (alza de peso corporal, aumento del apetito por carbohidratos), nos daremos cuenta de que Isabel Margarita parece presentar un disturbio hormonal (acné, períodos menstruales irregulares, excesivo vello corporal) y que sus rabietas y actitud de confrontación parecen ser síntomas de algo más general y profundo. Efectivamente, Isabel Margarita tiene un síndrome de ovario poliquístico, posiblemente complicado con una hiperinsulinemia. El ovario poliquístico es una condición anormal neurohormonal caracterizada por un desbalance sucesivo de diversos ejes neuroendocrinos; en este caso, un desbalance ovárico, suprarrenal y cerebral. Si bien es una condición altamente genética, la aparición de ovario poliquístico suele ser precipitada por situaciones de intenso estrés que uno no logra abordar y solucionar. En

el caso de Isabel Margarita, su desequilibrio neuroendocrino parece haberse instalado con la llegada de la abuela, quien se muestra dispuesta a que su hija y su nieta paguen el precio de su frustración y su dolor frente a la viudez haciéndoles muy difícil la vida cotidiana. Es altamente probable que Isabel Margarita abrigue sentimientos encontrados hacia su abuela: la ama y desearía darle mucho cariño para que supere su duelo, pero a la vez la detesta secretamente porque llegó a sembrar discordia, exasperación, impotencia, ira y frustración a la casa. Ese estrés sostenido en el tiempo desembocó en las pataletas y el mal talante de la adolescente. Los síntomas neuroendocrinos son los embajadores que se quejan y señalan los turbulentos cambios experimentados por la familia.

Isabel Margarita deberá ser evaluada por un endocrinólogo especialista en adolescentes, quien se apresurará a investigar una posible hiperinsulinemia e indicará un tratamiento farmacológico y nutricional. En seguida, se deberá abordar la situación sistémica familiar, por cuanto está generando tal nivel de estrés en la niña y en la madre, que es probable que esta última también se enferme pronto, como respuesta a la angustia que le generan la irritabilidad y el descontento existencial de la abuela viuda.

Caso de Matías

Matías es el mayor de cinco hermanos, todos hombres. Tiene dieciocho años pero está en tercero medio, ya que reprobó séptimo básico. Desde que entró a la adolescencia, Matías se volvió "insufrible", en palabras de toda la familia. Eternamente descontento, de mal talante "hasta cuando duerme", vive en eterna confrontación con todos, desde el papá hasta el hermano más pequeño. Es exigente y tiránico con la mamá, a quien impone atención exclusiva. Se compara constantemente con sus hermanos y se queja de no recibir tanto como ellos. Es sarcástico, mordaz y hace comentarios hirientes. Extremadamente ansioso, fuma en forma excesiva y duerme pocas horas, porque se queda en el computador hasta avanzada la noche.

Parece estar siempre cansado, sin energía, y su rendimiento académico es crítico.

Lee ávidamente a Nietzsche y su héroe es Kurt Cobain, un cantante de grunge que se suicidó. Ha dicho que no irá a la universidad ni a ninguna parte. "El planeta se va a achicharrar en poco tiempo más y yo con él", dice. Sus padres son afectuosos y tolerantes, le dan mucho cariño y esperan con paciencia a que salga del colegio, pues creen que no es feliz allí. Atribuyen los malos modos de Matías a una adolescencia complicada y lo entienden, pues al chico le afectó mucho la pérdida de un hermano que le seguía en edad. Cuando tenía trece años y había pasado a séptimo, Matías se metió al mar con su hermano Cristóbal, de doce años, desobedeciendo las advertencias del papá. Cristóbal se ahogó. Nunca recuperaron su cuerpo. Fue un año escolar pésimo para Matías, quien sufrió severas diarreas hasta que le diagnosticaron enfermedad de Crohn. Finalmente repitió de curso, lo cual vivió como un nuevo duelo, ya que era muy popular entre sus compañeros. Durante los dos años siguientes tuvo varias crisis de colitis ulcerosa y sus profesores decían que Matías parecía "un zombie", lo cual sus padres atribuyeron a la anemia derivada de su enfermedad. A partir de primero medio comenzó a mostrarse progresivamente más desafiante, altanero, insolente y sarcástico.

En esta historia, la actitud rebelde y desafiante de Matías parece exceder la rebeldía propia de un adolescente. Si bien predomina en él la disforia típica de la edad, padece también una gran ansiedad, una visión pesimista de la vida, una desmotivación por lograr metas, mal rendimiento académico y una peligrosa tendencia a la apología del suicidio. Estas características permiten sospechar que Matías presenta una distimia. La distimia es un compromiso crónico del ánimo que sigue a un episodio depresivo y que, al no ser identificada, puede transformarse en un estilo conductual permanente. El riesgo de suicidio en estos casos es alto, ya que ulteriores crisis existenciales, especialmente nuevas pérdidas, podrían precipitar en Matías una decisión extrema. Es probable que haya presentado una depresión aguda al perder a su hermano, agravada por la culpa —había desobedecido al padre—, la impotencia y un vago sentimiento de injusticia

divina porque Dios permitió que él sobreviviera. Este episodio depresivo no fue oportunamente diagnosticado, en parte porque toda la familia estaba en duelo, pero también porque fue una depresión enmascarada, que siguió la vertiente in munológica, adoptando una fisonomía atípica. Sin duda que estaba deprimido —lo describían como "zombie"—, pero esa tristeza y ese desgano fueron explicados por una posible anemia.

Matías es evaluado en forma urgente por un psiquiatra, quien inicia un programa psicoterapéutico orientado a ayudar al chico a elaborar el duelo y la culpa apoyado por psicofármacos.

Las distimias son depresiones crónicas con escasos síntomas de la esfera propiamente anímica, de modo que suelen no ser diagnosticadas ni abordadas con fines terapéuticos. Por este motivo, pasan a formar parte de la vida de un chico, acompañándolo por décadas. Los adultos distímicos son ansiosos, inseguros, indecisos, poco dispuestos a dar y recibir afecto. Suelen trabajar en niveles ocupacionales inferiores a sus capacidades y pasan por etapas prolongadas de melancolía y desgano. Cuando una distimia es reconocida, debe instaurarse un tratamiento de inmediato, comprometiendo al adolescente o al joven a ser muy riguroso y sistemático tanto con los fármacos antidepresivos como con las sesiones de psicoterapia. El tratamiento debe mantenerse por un mínimo de dos años, con lo cual se obtienen excelentes resultados.

Matías actualmente tiene 29 años y es profesional; participa en comunidades de jóvenes católicos y quienes lo rodean lo consideran un muchacho responsable, empeñoso y dinámico.

Caso de Beatriz

Beatriz tiene nueve años y es hija única. Fue adoptada por un matrimonio de profesionales hace dos años. Pasó por numerosas colocaciones aguardando la adopción. Es una niña muy agraciada, menuda y vivaz, cuyos ojos negros le dan un asombroso parecido con su madre adoptiva. Sin embargo, sus padres están agobiados y confiesan que nunca pensaron que criar era una tarea tan difícil. Beatriz es hiperactiva; parece tener un motor eternamente encendido que la impulsa a moverse sin cesar; todo lo toma y lo rompe; es muy obstinada, incapaz de obedecer. "Parece sorda", dice la mamá. El papá agrega: "Nunca nos mira. Es como si nos ignorara". Llevarla a la cama cada noche es una batalla campal y levantarla, la reedición de esa batalla. Cuando la reprenden le dan unas pataletas descomunales: grita y reparte patadas. No obstante, sus padres están dispuestos a tolerar esas rabietas con la condición de que Beatriz deje de robar. Varias mamás de compañeras de curso se han quejado de que Beatriz se ha metido en mochilas ajenas se ha apropiado de estuches, lápices y sacapuntas. La niña roba y atesora, negando en forma airada haber hurtado dichas prendas, las cuales dice encontrar entre las plantas del patio del colegio. Con los padres tiene una conducta impredecible: por momentos es cariñosa y se deja acariciar y luego reparte rabiosos manotazos y escapa gritando palabrotas. Para colmo, Beatriz aún no logra aprender a leer y los padres sospechan que la dirección del colegio planea expulsarla debido a la presión de los apoderados, quienes detestan a esta ladronzuela.

La historia de Beatriz revela una de las condiciones psicopatológicas infantiles más severas y que con mayor urgencia exige ayuda integral. Beatriz presenta un trastorno vincular, un profundo daño emocional derivado de sus primeras experiencias de abandono. En efecto, la mamá biológica de Beatriz, una adolescente, se negó a conocerla y la entregó en adopción, de modo que la niña pasó por múltiples hogares sin poder llevar a cabo el proceso vincular primario o apego. Sus conductas rebeldes son la expresión visible de un severo daño a las estructuras de la vida emocional. Beatriz necesita someterse a un urgente programa terapéutico integral, en el cual será básico fortalecer el vínculo con sus padres adoptivos y con todos

los adultos con quienes la niña se relacione (los profesores, la nana) para generar en ella un elemento esencial para su salud emocional: la confianza básica o certeza de ser digna de amor.

EPILOGO

Los padres de pequeños "pataleteros" o de adolescentes desafiantes suelen llegar donde los profesionales de la salud mental pidiendo recetas infalibles para lograr lo que ellos hasta ese momento no han conseguido pesar de sus denodados esfuerzos: doblegar la naturaleza bravía del retoño y transformar su rebeldía en gentil docilidad. En las páginas anteriores hemos querido mostrar que no existen recetas mágicas: aunque las puntas visibles del iceberg se parecen unas a otras, las grandes moles submarinas son muy variadas. La pataleta, la desobediencia, el mal talante, la obstinación y la conducta desafiante son las expresiones visibles de fenómenos internos muy diversos, que van desde naturales intentos de autonomía y autodeterminación hasta severos daños tempranos a la confianza básica del niño en la bondad de los seres humanos. Abordar con éxito la pataleta o la actitud de confrontación requiere, entonces, una condición previa y esencial: intentar comprender los mecanismos que subyacen a la conducta rebelde, para lo cual es preciso mirar la conducta como una señal y no como un fenómeno en sí. Del mismo modo que la fiebre es una señal ruidosa y molesta, pero sin la cual muchas graves infecciones podrían pasar inadvertidas y, por lo tanto, empeorar o hacerse crónicas, la pataleta, la confrontación, la desobediencia, el mal talante y la obstinación constituyen manifestaciones conductuales ruidosas y molestas, pero cuyo valor reside en que señalan que bajo ellas se movilizan procesos invisibles, pero muy activos, que son provocados por conflictos normales, como los propios de las tareas de desarrollo, o por severos quiebres de la salud mental del niño.

Abordar una conducta rebelde exige prepararse para la ocasión: debemos ponernos un traje de buzo, equiparnos con linternas submarinas y oxígeno comprimido para descender a las profundidades del océano emocional de un niño, donde bullen emociones y sentimientos que, cual tsunamis, emergen cada cierto tiempo en forma de conductas: obstinación, pataletas, mal talante. Es un descenso analítico. Debemos recoger datos, relacionarlos entre sí de modo objetivo y elaborar hipótesis que luego intentaremos

probar con la ayuda del propio niño, por cuanto no existe en el mundo un niño o un adolescente que no desee transmutar sus pataletas, su rebeldía y su mala fama en gentileza y buena disposición.

Padres, profesores, abuelos, nanas, todos los adultos, podemos bucear en las profundidades del alma infantil si lo hacemos con suavidad y despojándonos de todo prejuicio. Una vez que el corazón del niño nos ha entregado su mensaje de enojo, frustración, miedo, dolor, sus sentimientos de minusvalía, de rencor, de intolerable sometimiento, debemos preguntarnos si ese tsunami no estará siendo provocado y acrecentado por nuestra actitud, nuestros prejuicios y nuestras convicciones erradas acerca de la niñez y la adolescencia. Si comprobamos que estamos cometiendo errores debemos enmendarlos en forma gradual, paciente y entusiasta, por cuanto nosotros, los adultos, somos los modelos de nuestros niños. Ellos emulan nuestras conductas porque, cuando son pequeños, las consideran acertadas. Pero más tarde, ya convertidos en adolescentes, las desprecian, porque desde su capacidad crítica se dan cuenta cabal de nuestros errores y se alejan de nosotros no sin antes hacernos ver con crudeza su decepción.

La educación emocional de nuestros niños es cada día más difícil. Los chicos de otrora crecimos en grandes casas de patios umbrosos, en medio de familias numerosas, donde la madre siempre estaba en casa acompañada de abuelas y rías dispuestas a consolar y a acoger. Hoy, los niños se arraciman en minúsculas casas y departamentos, acompañados de ruidosos aparatos de televisión y juegos de consola que los "consuelan" de la ausencia de sus padres, retenidos en sus trabajos por más horas de las que desearían. A medida en que se deteriora la calidad de vida, crece la búsqueda de objetos de consumo para paliar la soledad. Estos fenómenos son comunes a la mayoría de las naciones occidentales, especialmente a aquellas en vías de desarrollo, y su impacto es de tal envergadura que han surgido nuevas condiciones psicopatológicas relacionadas con los cambios sociales; es así como la Clasificación CIE10 de los Trastornos Mentales y del Comportamiento de Niños y Adolescentes, conocida como clasificación multiaxial, de amplio uso clínico, incluye un quinto eje, denominado

"situaciones sociales anómalas", el cual alude a todas aquellas situaciones que podrían ser causa de un determinado trastorno o sustrato de las decisiones terapéuticas por seguir. En este eje se incluyen:

- Comunicación intrafamiliar inadecuada y distorsionada.
- Tipos anormales de crianza.
- Sobreprotección parental.
- Supervisión y control parental inadecuados.
- Presiones inapropiadas de los padres.
- Ambiente circundante anómalo.

Una mirada rápida a este eje diagnóstico pone de relieve que muchos trastornos conductuales de hoy tienen su origen en el mal funcionamiento del núcleo social en el cual el niño se socializa: la familia. Por lo tanto, es deber de todos los profesionales que trabajan con la infancia colaborar con la familia para reducir el severo impacto que los vertiginosos cambios sociales están provocando sobre ella y cuyo alto precio es pagado por los niños. No podemos olvidar que los adultos somos el futuro de nuestros niños, de modo que son nuestras acciones presentes las que, en definitiva, contribuirán a hacer de Chile una mejor nación.

Es de esperar que estas páginas contribuyan a la educación emocional de nuestros niños y adolescentes, la tarea educativa más urgente, necesaria y valiosa que existe.



Amanda Céspedes Calderón Estudio medicina en la Universidad de Chile, donde se especializó en psiquiatría infantil y juvenil. Realizó un posgrado en neuropsicología y neuropsiquiatría infantil en la Università degli Studi di Turín, Italia. Actualmente es profesora adjunta asociada de la Escuela de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Chile, asesora del Consejo Consultivo Fundación Mírame y directora del Instituto de Neurociencias Aplicadas a la Educación y Salud Mental del Escolar.