

## 2) DIÁLOGO PADRES - TERAPEUTA

-Ayer le dije que tenía que dejar de jugar al baloncesto y entrar en casa para cenar. Se quejó un poco, pero yo insistí. Y de repente, se le puso la cara roja, empezó a llamarme de todo, me acusó de arruinarle la vida mientras yo tenía que protegerme detrás de una puerta tratando de que no me pegara. Me quedé de piedra. Y su hermana también. Y no es la primera vez. Veinte minutos más tarde se arrepentía. Pero es sencillamente ridículo -dijo la madre-. Estoy harta de que me pegue, y es imposible razonar con él cuando ya se ha puesto en marcha.

-¿Qué hizo usted cuando se calmó? -le pregunté.

-Le castigué por insultarme e intentar pegarme -contestó la madre-. Creo que necesita disciplina cuando se comporta así.

-Entiendo que lo vea de esa manera. Dígame, ¿le ha castigado siempre cuando se ha comportado de este modo? -pregunté.

-Desde luego -dijo la madre-. No estoy dispuesta a consentirle esa falta de respeto.

-¿Qué ocurre cuando le castiga? -pregunté.

-Se vuelve loco -dijo ella-. Es horrible.

-Pero a pesar de los castigos, sigue siendo verbal y físicamente muy agresivo, ¿verdad?

-Por eso estoy aquí -sonrió la madre con los dientes apretados.

-Bueno -dijo yo-, estoy a favor de los castigos siempre que sean productivos, ya sabe, cuando sirven para cambiar la conducta del niño. Pero no me gusta mucho castigar por castigar.

-Entonces, ¿debería dejar que se saliese con la suya? -inquirió la madre.

-No me malinterprete -dijo yo-. El comportamiento debe cesar. Pero por lo que me ha contado, "no dejarle salir con la suya" no ha cambiado en absoluto su comportamiento.

La madre reflexionó sobre esta afirmación por un instante.

-Creo que esperaba que con el tiempo el mensaje acabaría por metérselo en la cabeza si yo seguía insistiendo -explicó ella-. Nunca me había parado a pensar que quizá el mensaje nunca iba a llegarle.

-Creo que Danny sabe que a usted no le gusta su conducta -dijo yo-. De hecho, estoy razonablemente seguro de que sabe cómo le gustaría a usted que se comportase. -Entonces, ¿por qué no lo hace? -preguntó la madre.

-Ahora que he visto a Danny varias veces, me da la impresión de que en general esta de bastante mal humor. Sé que no le entusiasma venir aquí, pero ¿es ése el humor en el que está la mayor parte del tiempo? -pregunté.

-Desde luego -contestó la madre-. Le llamamos "Gruñón". No parece que se lo pase muy bien... y está muy tenso. Todo parece molestarle.

-Qué existencia tan desagradable -comenté-. Y tiene consecuencias muy desagradables para quienes le rodean. -Y que lo diga -suspiró la madre-. ¿Pero qué tiene eso que ver con que sea colérico e irritable y que intente pegarme?

-Bueno, si te consideramos gruñón e irritable, en lugar de irreflexivo y desobediente, entonces creo que nuestro enfoque sobre cómo tratarle quizá pueda ser algo distinto -dijo yo.

-No entiendo lo que quiere decir -dijo la madre.

-Lo que quiero decir es que los niños que son gruñones e irritables a menudo no necesitan más disciplina -dijo-. Todavía no he visto que la disciplina sea especialmente

útil en ayudar a un niño a que consiga ser menos irritable e inquieto.

-No entiendo que ser irritable sea una excusa para ser tan irrespetuoso y agresivo conmigo -dijo la madre.

-Bueno, es más una explicación que una excusa -contesté yo-. Pero cuando la gente pasa el día con un humor irritable y enojado, experimenta cada exigencia, cambio o inconveniente como una nueva demanda de energía. Si lo piensa, a lo largo del día o la semana, la energía de una persona para enfrentarse a estas exigencias, cambios e inconvenientes se va agotando. A menudo, el acontecimiento que hace que una persona irritable y enojada explote no suele ser el más importante, sino que es el que ocurre después de que haya agotado su último gramo de energía.

-Piense en las veces que ha estado cansada después de una larga jornada de trabajo -continué yo-. Ésos son seguramente los momentos en los que es menos adaptable y menos flexible, y cuando cosas muy pequeñas la pueden hacer explotar. Creo que Danny está en este estado mental de forma bastante continua.

-De ninguna manera le voy a decir que puede pegarme sólo porque sea irritable -dijo la madre.

-Oh, yo no he dicho que deba dejar que le pegue -dijo-. El pegar debe acabarse. Pero para hacer que las agresiones, los insultos y los arrebatos acaben, creo que debemos concentrarnos en las cosas que puede hacer antes de que explote, en lugar de lo que puede hacer después de que haya explotado. Y debemos prestar atención a todos los ingredientes que alimentan su inflexibilidad y su cólera. Por lo que he podido ver hasta ahora, ayudarle con su estado de ánimo será una de las prioridades.