

La comunicación en la familia

Fernando Moreno Muguruza
Escritor

La comunicación en la familia es como la sal en la cocina, la gasolina en el coche, la sangre que riega todo el cuerpo, el aire que respira la persona. Hablar de comunicación en la familia puede parecer algo inútil, una redundancia innecesaria: se da por supuesto. Cualquiera que piense, escriba, imagine, legisle o quiera mejorar la vida de familia da por supuesto que uno de los principales ingredientes es una buena comunicación: si hay comunicación hay familia. Así es y así debería ser.

Sin embargo, en un número monográfico sobre la familia, no está de más pensar en voz alta sobre las bases y las consecuencias de la comunicación familiar más que explicar sus características, para que todos podamos 'reflexionar y sacar algún provecho'.

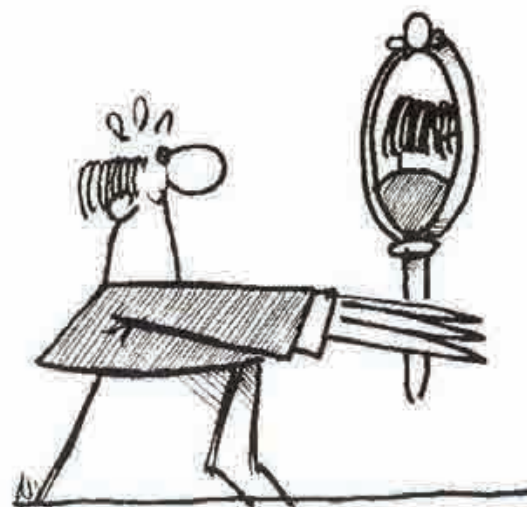
Y no está de más, porque en 'la era de la comunicación', las relaciones de familia no atraviesan por un momento especialmente brillante. Muchas parejas parece que no saben entenderse y duran poco. Muchos padres no saben qué hacer, qué decir o cómo actuar con sus hijos. Muchos hijos van a su bola y sienten que sus padres están en otra onda. Por demasiadas familias no corren los mejores aires de tranquilidad y bonanza.

No está de más, porque muchas parejas y educadores, muchos padres y maestros, muchos novios y terapeutas quieren ayuda, buscan pautas, esperan soluciones para mejorar su situación de mala o deficiente comunicación.

Doy por supuesto que la comunicación es la clave para el éxito de la mayoría de las empresas que un ser humano pueda proponerse. En la familia, como decía, es aún más obvio, con sus dos frentes principales: la comunicación entre la pareja y la relación padres hijos. De estos dos campos voy a intentar decir algo, ayudar a pensar algo.

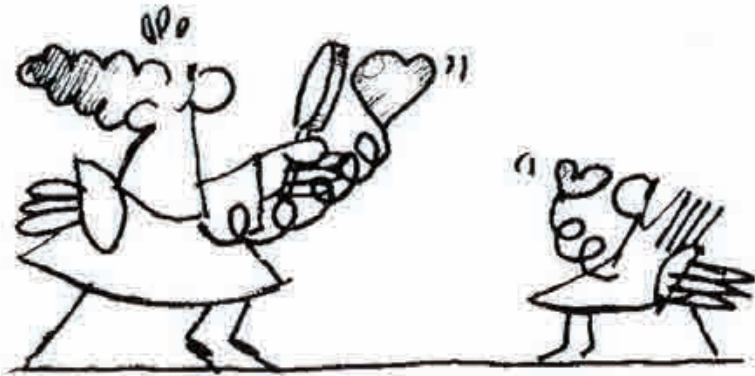
Una primera cosa, casi previa o introductoria, es que la comunicación a la que nos referimos y de la que vamos a hablar aquí es la punta de un iceberg mucho más grande: los problemas de comunicación -tanto de pareja como padres hijos- no se deben, en general, a cuestiones de forma sino de fondo. Y ese fondo pienso que es doble: por un lado, no me sé comunicar conmigo, no me conozco, no sé lo que siento o quiero de verdad -**autocomunicación**-; por otro, no sé en qué medida quiero realmente comunicarme contigo, no vaya a ser que tú llegues a saber que no sé quién soy o

Elementos
para construir y
potenciar una
comunicación
efectiva entre
la pareja y en
la relación
padres-hijos.



que veas lo malo y egoísta que yo me veo -amor-. La mayoría de los problemas de comunicación vienen de la mala relación con uno mismo. La comunicación tendría que ser 'el tema estrella': es el primer escalón, el instrumento principal para la iniciación, la estabilidad y la felicidad de la pareja; y el principal problema no es que 'yo no me sé comunicar contigo', sino que 'no me comunico bien conmigo': no me trato lo suficiente, no 'meto horas' conmigo, no me conozco del todo, no me gusta y no acepto lo que veo dentro de mí, no escucho suficientemente el complicado entramado de mis sentimientos, frustraciones y deseos profundos. Y, antes de hablar contigo de mí, tengo que haber entrenado mucho en hablar de mí conmigo. Me parece que ahí está el quid de la cuestión y no toda la gente lo sabe.

Un paso más: quizá solemos formularnos fácilmente ideas u opiniones, nos contamos pensamientos, pero nos cuesta mucho expresarnos sentimientos, deseos, frustraciones, anhelos. Y en el caso de los hombres este problema es mayor que en las mujeres. Los mayores decimos que los jóvenes no saben hablar, todo lo arreglan con cuatro palabras: 'tío', 'guay', 'mitico', 'rollo' y 'mola'. Pero un problema que veo yo cada vez mayor es que todos, jóvenes y mayores, somos incapaces de expresar adecuadamente sentimientos. Es frecuente que alguien te quiere decir que lo ha pasado mal y te dice: "Ayer tuve una tarde un poco así, ¿no sabes?; mi marido está un poco tal, ¿no me entiendes?; y por eso yo estoy muy tal. ¿no sabes?" Me dan ganas de contestar: "¡Pues no! Si no me dices más, no esperes que adivine". La gente realmente quiere, pero tiene muchos problemas para expresar sentimientos, afectos, emociones, frustraciones, deseos. Podemos llegar a hablar de opiniones, ideas, causas y efectos, pero formular sentimientos hoy por hoy es muy poco normal.



No sabemos amar

Empecemos por admitir que nos han enseñado y hasta nos han 'desaconsejado' expresar sentimientos: "Eso no se dice", "de eso no se habla". Y, si hasta los muchos años no has podido hablar un idioma, es fácil que luego te cueste mucho hablarlo con facilidad. Pero es que además hay que admitir que tampoco nos han educado para Amar, ni nos han enseñado a ser Amor. Hemos identificado amar con complacer, cumplir, querer, desear, necesitar, sentir afecto, atracción, cariño, pena, protección. Yo puedo creer que amo y, sin embargo, en muchas ocasiones "sólo siento".

Aun a riesgo de simplificar demasiado -simplificar siempre es demasiado!-, me atrevo a sugerir en tres palabras algunas cosas que no son 'Amor' y las solemos identificar con él -sin asustarse!-: **Querer**: dominar, manipular, proteger, cuidar, supervisar, controlar, utilizar, aprovechar, exprimir, dirigir, someter, chantajear, superproteger. **Desear**: atracción, egoísmo, placer, uso, descentramiento, enamoramiento, ceguera, idealización, huida. **Necesitar**: dependencia, adicción, exclusividad, posesión, celos, autoengaño, trampa. Y lo siempre dicho -aunque a veces parece que queremos que lo mediten sólo nuestros hijos- de que 'hacer un acto sexual no siempre es hacer el amor'.

Dando un paso más en esto del buen amor, Antonio Blay dice que "El amor verdadero está y actúa por encima de los sentimientos".

Entender esto puede romper muchos esquemas, pero iluminará muchísimas situaciones importantes. Por ejemplo, hemos de admitir que el 'amor de madre', a veces, no deja actuar desde 'El Amor'; no nos deja hacer lo que sería mejor para el hijo a largo plazo. Si un niño se va a dar un golpe -en muchos sentidos-, que le va a ser de gran utilidad para 'aprender lo que vale un peme', su madre, desde el sentimiento, no puede dejarle pasar ese mal trago -ella no es capaz de aguantar 'ese ratito'-; pero, desde el amor, no le privaría de ese dolor que está preñado de vida y de gozo futuro.

Formulaba yo dos caminos de posible causa. Uno, lo típico de que el mismo cariño, traducido en perfeccionismo, le hace tener siempre cargada la escopeta de la exigencia continua, no puede alabar, no puede fijarse en la parte buena, en lo conseguido; tiene que fijarse y expresar lo que falta, lo que hay que mejorar. Y la otra, de componentes más inconscientes, sería algo así: Para una mujer el embarazo es, objetivamente, una auténtica faena. Cambia su vida, su metabolismo, sus hormonas, su alimentación, sus horarios, sus obligaciones; cansancio, dolor de espalda, molestias, vómitos y náuseas, alteraciones diversas, externas e internas. Viene el parto: antes, en y después; dolores, desgarros, puntos, tirones; pechos y biberones, tomas, sueños y despertares; pañales y vomitonas. Y para toda la vida ya no es 'ella', sino la 'madre de'. Bueno, tampoco voy a extenderme en algo en que no soy especialista. Pero mirado friamente-

es realmente 'una faena'. No digo que la experiencia de maternidad no tenga satisfacciones, compensaciones, ventajas y alegrías inmensas y profundas. Lo que quisiera apuntar es que una mujer, si de forma consciente y pensada no ve, formula, acepta, comenta, desahoga, valora y percibe la parte de 'faena' que el ser madre le ha supuesto, inconscientemente puede estar siempre pasando factura a su hijo por ello. Es algo de lo que resulta difícil hablar con muchas madres; pero creo que sería bueno pensarlo: y ver que, en muchos casos, algo de eso hay; ¡y se manifiesta mucho!

Y un principio muy importante: 'el amor no se tiene, sino que se es'; no es algo 'relacional', sino 'esencial'; no está en relación ni en función del 'objeto', sino que es una actitud o manera de ser mía, como sujeto: depende sólo de mí. Yo no 'tengo' amor a unos u otros, sino que 'soy' -o no- amor; y con todos 'soy' el mismo. Yo no puedo 'ser' de una manera con mi madre y 'ser' de otra con mi suegra. Soy Amor o soy Egoísmo. Aunque es claro que puedo -¡y debo!- 'portarme' de distinta forma: con mi esposa y con mi secretaria, con mi hijo y con mi jefe. No por hipocresía o doble vida; sino que a mi jefe tengo que decirle lo que quiere oír y a mi hijo lo que no quiere oír. A mi suegra puedo hacerle cumplidos y a mi mujer no debo darle gato por liebre. Con mi padre debo hablar y actuar de diferente manera que con mi hijo. El ser amor debe expresarse de muy distinta manera con mi esposa que con mi secretaria. ¡Lógico!

"El amor se prueba en la rutina"; Sí, mientras te dan un beso o te dicen que te quieren, o te llevan en coche, pegan un grito -o una patada- al que les molesta; deberías detectar y deducir que no te aman -no 'son' amor-; mañana te puede dar la patada a ti. Si alguien te critica a un tercero con mala fe, no te alegres; sospecha que mañana tú serás ese tercero a quien desuaviza. Si alguien te demuestra ser un caprichoso, teme que también tú eres hoy sólo un capricho suyo. Con cierta

frecuencia, los años demuestran lo que el enamoramiento no nos dejaba ver ni reconocer. (A este propósito recomiendo la película "Te doy mis ojos", de la que tengo un largo comentario en: <<http://www.galiciacity.com/servicios/cine/te doy.shtml>>.)

Hay una frase que a mí me hace pensar: "¡No puedo vivir sin ti!" Se oye mucho, hasta como declaración de amor; y a todo el mundo le parece muy bien. Y yo pienso que, si yo fuera el "agraciado", respondería a quien me lo dice: "Pues véte y ¡aprende a vivir sin mí! Y, cuando sepas vivir sin mí, vienes y veremos si lo tuyo es amor, o necesidad y dependencia. Si no 'sabes vivir sin mí', lo peor que puedes hacer es huir de ti y refugiarte en mí. Nos haríamos los dos mucho daño."

Así se explica la cantidad de gente que se casa -o se va a vivir en pareja- no porque haya encontrado a alguien que le llena, sino por salir de su soledad: como no aguanto estar solo, y ando buscando alguien que me saque de mi soledad, mi aburrimiento, mi sinsentido, mi vacío afectivo, el primero que pasa -aunque sea en un chat, incluso mejor-, a poco simpático que se muestre, a pocos mimos que me dé, es facilísimo que me parezca 'un amor', mi media naranja, la mujer de mis sueños o mi príncipe azul. Por aquí siento yo que va eso de que 'el amor es ciego'. Mientras estoy ilusionado con un sucedáneo que me quita el hambre, que no me vengán diciendo que eso no me va, que no me conviene, que no es lo mío. Como a un niño que va lanzado a comer chucherías no se le puede decir que le va a quitar las ganas de comer: es casi imposible que lo 'vea'.

Por eso, hay que constatar y admitir que el vínculo real de muchas parejas no es el amor. En esos casos habrá mala comunicación y su relación será un absoluto fracaso. Pero no es problema de comunicación: hay que revisar y purificar el vínculo que los une realmente. Si el motor ratea no se arregla nada cambiando de combustible, si falla la dirección no basta rectificar las cuatro ruedas. Es

aquello que decíamos antes, con el típico iceberg, del problema de fondo y de forma.

Si cuando vamos conduciendo nuestro coche, se enciende el piloto del aceite, ¿quién es el loco que tapa o rompe la tal lucecita para que no le moleste en su tranquilo viaje? Pues en la vida ordinaria nosotros somos locos tapando pilotos: estrés, lumbagos, angustias, miedos, ¡mientras podamos ir ignorándolos! Preferimos tapar o tratar el síntoma y no curar o arreglar el problema de fondo.

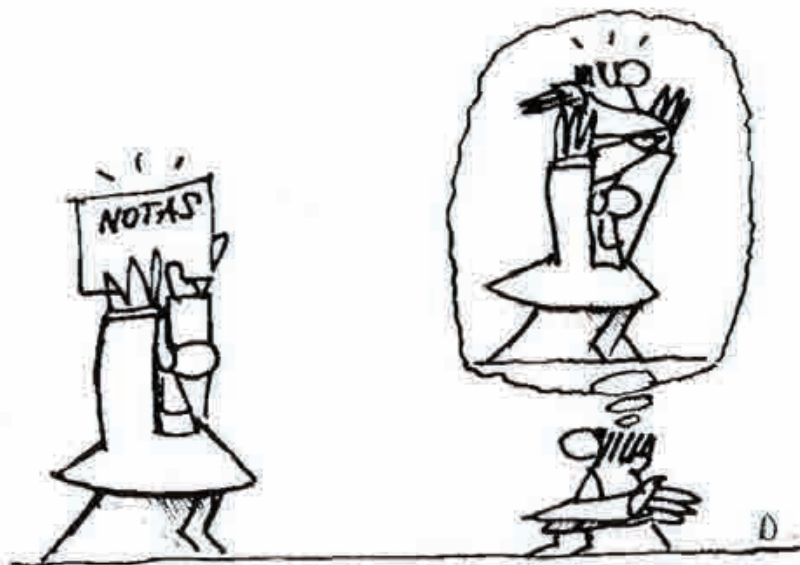
Todo esto vale tanto para la comunicación de pareja como para la relación padres-hijos.



Un necesario y sano amor propio

Para poder amar bien, hay que potenciar la necesidad de un sano 'amor propio', de una suficiente autoestima -que tanto se predicaba en todos los cursos y cursillos de hace unos años-. Lo expresa muy bien una frase que me encanta del ya citado Antonio Blay: "Una vida sólo es plena, si se pierde media en encontrarse con uno mismo, para poder dedicar la otra media en encontrarse con los demás."

A todos nos suena como un mandato de fondo -un 'imperativo categórico' casi universal, no sólo cristiano- una frase de Jesús en el Evangelio: "amarás al prójimo como a ti mismo". Pero yo creo que en el fondo no es ni debería entenderse como una 'obligación moral', un mandamiento



religioso, sino 'una advertencia humana y psicológica'. Estoy convencido de que el propio Jesús nos diría algo así: "yo, que sé mucho de la naturaleza humana, os aviso de que, en la medida en que seáis verdaderos amor para vosotros, podréis ser amor con los demás; si no te amas a ti, ¡no podrás amar de verdad a nadie!". Todos conocemos eso de que 'nadie da lo que no tiene' y sabemos que es verdad. Pero creemos que para nuestros hijos es distinto: nosotros sí podemos darles lo que queremos, todo lo que necesiten, aunque no lo tengamos, aunque no lo busquemos primero para nosotros.

Hemos oído mil veces que 'los hijos no aprenden sino que imitan', que lo mejor que podemos hacer por ellos es vivir algo bueno para contagiárselo, pero no acabamos de dar el paso. Y te dejo como 'deberes para casa' una frase que no sé de quién es, pero me gusta y utilizo mucho: "Algún día, en cualquier parte, indefectiblemente has de encontrarte contigo mismo; y sólo de ti depende, que sea tu mejor momento o la más amarga de tus horas." ¿Qué te parece el dedicarte al menos un rato a la semana para hacerte feliz?

Como digo, esto del fondo y la forma, de lo que queremos de verdad y lo que creemos querer es importante en la pareja y con los hijos. Vamos a mirarlo un poco más despacio. Y para el complejo mundo de la relación de pareja uso 'la caricia' como ejemplo que me parece muy significativo. En el poema

'Vida en común' de "EL Jardín interior" (Ed. C.C.S.), escribí:

«Una pareja, que lo oyó, se acercó tímidamente de la mano:

"¿Qué aconsejas para nuestra relación?"

Y él se apresuró a contestar, con seriedad gozosa:

"Comunicarse es regalarse al amado, para poder contemplarse más plenamente, desde unos ojos que miran con amor. ¡Por eso tantos no se han visto como son!

El amor, la más difícil de las caricias, es el contacto, placentero y fecundo, entre limitaciones que se complementan con gozo.

Porque el amor no ignora las imperfecciones, sino que las asume como enriquecedoras: tanto cuando pretendéis ser abarcados plenamente, como cuando os pensáis inabarcables, estáis renunciando al amor.

Nuestros instintos más profundos logran una energía insospechada, cuando el corazón desea algo y no deja a la razón medir las dificultades: sólo para regalarnos a quien amamos, podremos soltarnos de las redes en que nos encierra nuestra inseguridad.

Por eso, ¡cuánta gente está sola todavía!, aun cuando sus comportamientos y gestos parecen los de una vida en común.»

La caricia es la aceptación gozosa de mi limitación, para que, puesta en contacto con la tuya -¡que, además, me complementa!-, resulte fecunda y gozosa. Si yo no acepto

mi limitación, lo que me falta, mi negatividad, no puedo ser ni fecundo ni feliz. ¡Y cuidado que nos cuesta aceptar nuestras limitaciones! No queremos ser felices porque eso supone aceptar ciertas cosas que nos cuestan muchísimo; aceptar nuestras limitaciones nos parece que es perder algo. También es verdad que nos cuesta muchísimo aceptar nuestra negatividad; como casi siempre que hemos aceptado algo negativo nos han culpado, nos han castigado, nos han despreciado, tenemos tal miedo a culpabilizarnos que cada vez que vemos en el horizonte alguna negatividad no la aceptamos. Pero sólo si yo admito mi limitación, podré acariciar. Sólo si yo admito que no soy omnipotente ni interminable, podré acariciar y recibir caricias. Sólo si me acepto, podré ser fecundo y feliz.

Con los hijos

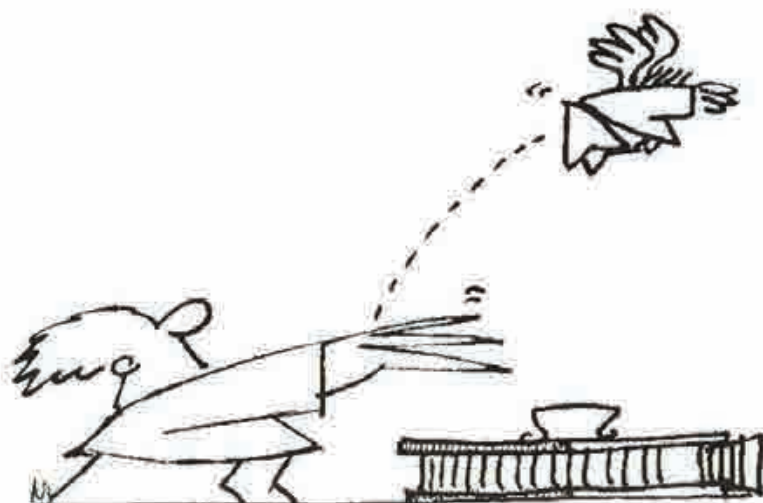
En la relación padres-hijos, antes de entrar en la manera de tratarlos, dos palabras de cómo 'vivirlos' a ellos. Y de nuevo el problema del fondo y la forma. ¿Qué queremos realmente? ¿Que sean felices y maduros dentro de 20 años? ¿Que no nos den problemas mientras están en casa? (Es esencial ver, reconocer y aceptar lo que realmente queremos.) La meta a conseguir debería ser que nuestro hijo o alumno, esa personilla que tanto depende de nosotros y de cómo le tratemos, sienta que es querido, amado y valorado simplemente por el hecho de ser él. Que sienta en todo momento que su padre y su madre, su profesor, su tutor -y Dios, si es el caso- le aprecian, le respetan, le tienen en cuenta no por lo que hace, por lo que sabe, por lo que merece, por lo que se gana..., sino por ser persona, por ser hijo, por ser un ser humano. Que es digno de amar y ser amado. Que es válido, genial, una maravilla y un regalo de la Vida para nosotros, por el mero hecho de existir. Su vida, en sí misma, es un valor apreciable para

nosotros. Que ellos noten que son importantes, que nos interesa más su persona, su felicidad, su amor, su madurez, su satisfacción y equilibrio emocional... para su vida futura, que sus notas, sus logros, sus errores, sus costumbres, sus compañías, sus modales, sus lenguajes, sus enfados y rabietas... pasajeras.

También es necesario caer en la cuenta de que en la comunicación familiar el 'protagonista' es el hijo; él tiene que aprender a comunicarse y esa misma comunicación va a ser para él la fuente en la que ir llenando su afectividad y la base para el crecimiento y maduración de toda su personalidad. Nuestra comunicación ha de tener como objetivo que él madure y mejore la suya.

El niño para crecer -hasta físicamente- necesita ser aceptado, acariciado, querido incondicionalmente. Una persona que nunca se haya sentido querida de manera incondicional tendrá un vacío afectivo -que a lo mejor no nota conscientemente- que le hará estar buscando toda su vida ese amor que no sintió como recibido. Será inseguro, inmaduro, mimoso -aun mostrándose quizá duro y exigente-. Una madre que nunca diga "te quiero porque te quiero, porque eres mi hijo y no por lo que hagas de bueno" no deja a su hijo creerse capaz de amar y de ser amado. Más importante que dar de mamar, que asear, que enseñar a leer es enseñar a quererse: demostrarle que nos queremos y le queremos, pase lo que pase.

A eso de 'enseñar a quererse' nunca le daremos suficiente importancia, traerá evidentes consecuencias en toda su vida y en su futura relación de pareja. Dice el gran pedagogo Lesley Arietti que la buena maduración afectiva de la persona se basa en que reciba en su infancia buenas dosis de 'la triple A': Amor, Amparo y Apoyo. Y yo mismo escribiría un poco en broma: "¡Pobre de ti, como esperes que el matrimonio llene tu vacío afectivo: no vas buscando una cama, sino una cima!"



Serán lo que esperemos de ellos

En una universidad americana se hizo un curioso experimento: se seleccionó a los 40 mejores alumnos de un curso, a quienes se hizo saber -al igual que a los profesores que les designaron- que tenían un cociente intelectual de más de 140; se hizo con ellos una clase aparte, para que pudieran obtener los resultados de que eran capaces. A fin de curso tanto estos alumnos como sus profesores estaban felices: lograron las mejores calificaciones y un ambiente excelente. Incluso, tras la experiencia, de nuevo se pasaron los mismos test de inteligencia y un porcentaje muy grande de éstos 40 subieron más de 20 puntos en su C.I. Pero hete aquí que era 'un experimento': los 40 alumnos elegidos eran tan corrientes como los demás. ¡Habían sido cogidos al azar! Lo que sucedió es que ellos -igual que los profesores- se creyeron capaces del máximo. ¡Y claro que lo dieron!

Hay un chiste que me encanta: entra una niña "torpe" en una heladería y le pide al heladero: "¿Me da un helado de cucurucho?" El heladero le pregunta: "Niña, ¿de qué sabor?" Y la niña dice convencida de su papel: "Es igual, porque se me va a caer!" ¡Esto funciona en cada casa y en cada colegio! Si un niño siente que su madre espera mucho -aunque no se lo diga- de él, será algo grande. Si le hacen sentirse inútil -le digan lo que le digan-, será un inútil. Si a alguien le tratas como bueno, será

bueno; si le tratas como malo, acabará siendo malo. "El amor incluye la fe y la esperanza!"

Decía alguien: "educar es una forma de mirar". Una sonrisa cariñosa de complicidad es la forma más eficaz de educar bien. Esa forma de mirar es lo único que puede resolver el gran problema del 'binomio autoridad-libertad', padre-madre, exigencia-acaptación, orden-comprensión, seguridad-afecto. Los dos son imprescindibles y el equilibrio entre ambos es muy difícil, muy sacrificado. Ni todo caprichos, ni nunca caprichos; ni debilidad que crea dictadores, ni dictaduras que crean débiles. Para esto no hace falta psicología ni pedagogía: hace falta amor. Y yo concluiría: "Para educar bien habrá que decir lo que haga falta, pero siempre que sea con ojos de amor."

Repito: ¡una y mil veces, perdónad! - que no se lo podemos dar, si no lo vivimos para contagiárselo, no sirve de nada 'decir', sino ayudarles a que 'lo descubran': facilitar que, mirando el interior de sí mismos, 'vean' ellos mismos que ya han experimentado que 'lo importante es lo importante y lo secundario es lo secundario'. Que, aunque digan otras cosas, prefieren que su padre les dé menos 'cosas' y más 'tiempo', menos 'consejos' y más 'atención'.

Y otra cosa ya muy sabida que os dejo como deberes para casa; decía Galileo: "No se puede enseñar nada a nadie; lo único que podemos hacer es ayudarle a descubrirlo." Este es un principio que intentó aplicar en

mis terapias y suelo aconsejarlo -si, yo también caigo en el error de dar consejos, que ¡nadie es perfecto, ni siquiera yo!- a amigos psicólogos que empiezan. Y pongo un ejemplo simple -como todos los ejemplos-: si te preguntan cuántas son dos y dos, no digas que cuatro. Has impedido que saquen el problema. Pues pensarán: "3'5 no, porque no sale; 4'5 tampoco; 4 no, porque «no me ha salido a mí»". Al darle la solución, le impedimos que esa solución le valga, sea suya.

Es aquello de que hay que enseñar a pescar, más que dar pescado. En el tema ético y religioso es importante promover su sentido crítico y el desarrollo de sus propios principios, más que hacer que asuma nuestra jerarquía de valores. En cualquier campo es preferible aguantar a que le surjan sus reflejos ante las necesidades, que satisfacer éstas e impedir que aquéllos se despierten. Cuesta mucho, pero es más eficaz. Y, como decía, si hay verdadero amor, encontraremos la paciencia suficiente.

Volviendo al fondo y la forma, es muy importante que, cuando nuestro hijo nos hable de un problema, nos dé pena más que rabia. En general nos suele dar rabia; nos molesta lo que le pasa; altera nuestro orden, nuestra tranquilidad. No solemos ser capaces de ver -lo primero- que ese problema le molesta, le altera, le hace sufrir -antes y más- a él. Y eso quiere decir que no 'comprendemos', que no escuchamos desde su situación sino desde la nuestra. A veces no escuchamos 'desde su situación' porque nos creemos que ya lo estamos haciendo:

'nos sabemos' lo que le pasa y lo que nos va a contar... y ¡lo que le vamos a responder! Y no: ¡en absoluto! Cuando nosotros teníamos su edad, la vida, la familia, el colegio, los valores, la sociedad, la política, la religión, los medios de comunicación... eran totalmente distintos. Nuestra juventud fue distinta a la suya; nuestros problemas y nuestras soluciones totalmente diferentes.

Lo primero que tendríamos que hacer, si queremos aprender un idioma es admitir que no lo sabemos. Y lo segundo -y quizá más importante- reconocer que nos da miedo aprenderlo; que, en el fondo, nos da una pereza terrible tener que hablar con un vocabulario y una gramática y un acento que el otro domina mejor que nosotros. Si queremos entenderlos, tendremos que 'comprenderlos' -meternos en su pellejo y ¡salimos del nuestro!-. Hay un proverbio oriental muy iluminador: "Antes de dar un consejo a alguien, deberías caminar varios kilómetros dentro de sus mocasines".

Escuchar sin prisa

Es imprescindible que el hijo sienta que no tenemos prisa, que él es lo único importante para nosotros en ese rato. Por ejemplo, si entra tu pareja, no decir: "Espérame dos minutos, cariño, que ahora mismo estoy contigo." O al hijo: "Vamos, vete al grano, ¡que tengo puesta la sartén!" O seguir atendiendo a la televisión o el periódico, diciendo como con desgana: "Sigue, cuenta, habla que te escucho".

Otra cosa muy importante es no

cortarle, dejar que hable, aunque diga tontos, aunque lo que diga no sea verdad, aunque esté poniendo verde al lucero del alba. A veces, parece que nos importa más el vocabulario o la exactitud de la historia o qué pensará el vecino, que la persona del hijo que nos está hablando. Si tú cortas a tu hijo: "¡No digas esa palabrota delante de mí!, pero sigue"; "¡en eso no estoy de acuerdo, porque no fue así!, pero cuéntame"; "¡que no te vuelva a oír nunca hablar mal de un profesor! ¿eh?; pero, ¿qué me ibas a contar?"... ¡¡¡Así no hay manera!!! Y, luego, diremos tan convencidos: "¡Es que los hijos no cuentan nada!"

La misma postura física, el cómo escuchemos, tiene también gran importancia. Si tu postura, tus gestos, tu cara, incluso tu cuerpo "escucha", el niño estará a gusto, se sentirá importante, se irá creciendo, cada vez le saldrán mejor las palabras y los problemas -hasta los sentimientos-, cada día se abrirá más contigo -¡y a él mismo se podrá ir contando más cosas!-. La postura física ayuda, anima, da confianza. O, por el contrario -si tu cuerpo no escucha, o estás de lado como para irte, o mirando de rellón la tele...- aleja, da inseguridad, paraliza, deja mudo.

Hay un chiste con moraleja: Dice un diplomático, orgulloso de su hijo: "Mi hijo va a ser un gran diplomático; ¡sabe hablar en diez idiomas!" Y le contesta su interlocutor con tino, también diplomático: "Tu hijo será un buen diplomático, cuando sepa escuchar en diez idiomas." Sólo una escucha aceptadora sin peros, sin juicios, sin riñas, sin soluciones rápidas es capaz de hacer que un hijo pueda contar todo a sus padres o educadores y llegue a poder contárselo todo a sí mismo, que muchas veces es el mejor consejo que puede oír-, y de hacer que, después de haber sido incondicionalmente aceptado, acepte y le sirva la solución o el consejo que le den.

Es el precio que hay que pagar. Tú, ¿quieres a tu hijo?; ¿quieres ayudarle a crecer?; ¿quieres que se comunique contigo?; ¿quieres que



nuestra comunicación sea potenciadora y enriquecedora? ¿quieres que te cuente sus cosas? ¿quieres que escuche y acepte tus consejos? Pues ya sabes lo que tienes que hacer: escuchar, acoger, aceptar, callar con cara de cariño y atención. ¿Que es imposible? Para el amor no hay imposibles: si le amas de verdad, aunque tengas que entrenar mucho el morderte la lengua, llegarás a aceptarle: te cuente lo que te cuente. En *"Comunicarse para ser feliz"* (Ed. C.C.S.) digo algo así: si tu hijo te cuenta algo que te resulta muy fuerte, es fácil que le digas enfadado: *"¿Que no me vuelva yo a enterar!"* Entonces es cuando mejor te obedecerá tu hijo: no es que no lo vuelva a hacer, pero sí que tú no te vuelves a enterar.

Solemos decir también: *"Es que, si le deja decir palabrotas, si no le doy mi opinión, si no le riño... me va a perder el respeto. Yo tengo que dejarle claro lo que pienso sobre eso"*. ¡No caigáis en esa trampa! Di que te resulta difícil hacerlo, pero no te engañes: de sobra saben ellos lo que pensamos. Yo suelo decir que, a partir de cierta edad que no me atrevo a delimitar, pero se podría situar por los catorce años, todo lo que se les aconseja no sólo es inútil sino que, además, es contraproducente. La escucha aceptadora sirve mucho más positivamente, construye más, educa mejor, hace reaccionar más activamente que el consejo o el reproche o la solución o la riña.

Al día siguiente le decimos que le huelen los pies, que use otro vocabulario, que se lave las manos, que no nos meta el dedo en el ojo... Pero al día siguiente. No al tiempo que le alabamos -que decíamos antes-: *"Si te doy un beso, mi amor, pero límpiate primero los mocos, por Dios, ¡qué asco de cara!"* ¡Ojo con los 'peros', que hacen destrozos imposibles de reparar, en la mayoría de los casos! Aparte de que sería bueno que, cuando les decimos sus fallos -era al día siguiente, ¿no?- vean que no se los corregimos porque nos resulten molestos, sino porque pueden resultar perjudi-

ciales -a la larga- para ellos mismos. Que noten que lo que nos preocupa de verdad es su felicidad, no nuestro gusto; ¡O que nos dejen mal!

Suelo confesar y aceptar que para mí es más fácil hacer esto: para los padres y educadores implicados, con hijos 'propios', sé que resulta mucho más complicado. Si viene a hablar conmigo un alumno, ya me puede contar que ha dejado embarazada a su novia o ha cogido un millón de pesetas en casa, que yo intentaré no inmutarme ni reírle, ni ponerle cara de susto. Le diré algo así como: *"¿Estás preocupado, lo estás pasando mal?"* Sería iluso si les pidiera que lo hicieran igual sus padres.

Crear el clima propicio para el crecimiento

Hay algo que me parece muy importante: *"educar no es decir cosas, sino crear un clima tal que ellos mismos, gracias a nosotros -a ese clima-, se digan lo que solos no se dirían"*. Es un esquema muy rogeriano, quizá simplista. Pero yo creo firmemente que la única misión de un padre -tutor, acompañante- es alimentar ese ambiente, ese clima -de cercanía, confianza, esperanza, ilusión, comprensión, apertura, optimismo, ... de amor- que posibilite, que potencie, que haga de catalizador. Si creamos el caldo de cultivo necesario, aunque es lo más difícil, el propio hijo se formulará las mejores lecciones. Se atreverá a confesarse sus secretos más íntimos. Aceptará gustoso sus limitaciones más -hasta entonces- vergonzosas. Se podrá

poner en contacto gozoso con lo mejor de sí mismo.

No se me oculta que esto es difícil con la prisa, el trabajo, el pluriempleo, los deberes, las notas, las comidas, la televisión, sus trastadas, sus incongruencias... Y, sobre todo, que ¡nadie nos ha enseñado esto!! Pero bueno: "Hoy es el primer día del resto de tu vida". Y, para terminar, un pequeño cuento que nos puede ayudar a pensar.

«Una oveja descubrió un agujero en la cerca y se escapó por él. Estaba feliz de haberse escapado. Anduvo errando mucho tiempo y acabó desorientándose. Entonces se dio cuenta de que estaba siendo seguida por un lobo. Echó a correr y a correr, pero el lobo estaba a punto de devorarla.

En ese momento llegó el pastor, la salvó y la condujo, de nuevo, con todo cariño, al redil. Y, a pesar de que todo el mundo le instaba a lo contrario, el pastor se negó a reparar el agujero de la cerca.»■

Tony de Mello

Para saber más

D'ANSEMBOURG, T., *Deja de ser amable: ¡sé auténtico! (cómo estar con los demás sin dejar de ser uno mismo)*; Sal Terrae, Santander.

PHILLIPS, A., *Decir "no"*; Plaza&Janés, Debolsillo, Barcelona.

BRAIKER, H.B., *La enfermedad de complacer a los demás*, Edaf, S.A, Barcelona.

