

Construint ponts entre pares i fills

Revista Catalana de Psicoanàlisi, Vol. XXX/2

Montserrat Garcia-Milà¹
Barcelona

Una de les tasques que més sovint se'ns planteja als terapeutes de família, i especialment en l'atenció pública (més massiva i en general, en pitjors condicions, per manca de recursos) és la d'acompanyar i ajudar els pares a assumir el seu rol de pares i a realitzar les seves funcions parentals.

Serà imprescindible la contenció per a aquests pares-nens que no han crescut emocionalment, o que s'han distanciat a causa de llargues separacions (famílies immigrants), que els ajudi a connectar amb l'experiència emocional de sentir-se atesos i escoltats profundament en una teràpia parental.

El nostre esforç anirà orientat, tant en el treball amb els pares com amb la família al complet, a instaurar una experiència de diàleg emocional amb un terapeuta que els pugui escoltar amb humanitat, de manera que a poc a poc ens puguem acostar a comprendre les interrelacions psicopatològiques que tant de sofriment i infelicitat els causa.

Els terapeutes familiars ens enfrontem al repte de treballar activament i creativament per buscar nous camins d'apropament a famílies que, a causa de circumstàncies molt difícils i desestructurants, tenen una tolerància a la frustració molt baixa, i l'estat anímic de les quals és de desesperança.

1. Psicòloga. Psicoanalista (SEP-IPA). Membre de ple dret de l'ACPP. Ha treballat a la FETB. E-mail: mgarciamila@gmail.com

Serà bàsic potenciar el vincle i el contacte emocional amb ells per promoure'ls esperança. Caldrà situar-los en una nova onda de salut mental que els ajudi a disminuir el patiment i a augmentar la seva capacitat de gaudir del que sí que tenen.

Paraules clau: contacte emocional, contenció, diàleg emocional, experiència emocional, teràpia parental, vincle

En aquests darrers anys he dedicat més espai, temps i esforços al treball amb pares i amb les famílies, rebent-los conjuntament moltes vegades o per separat, o fent diferents agrupacions, segons ha estat la meva intuïció, i el que creia més convenient per ajudar a desencallar una família, atrapada molt sovint en una teranyina de sentiments i ressentiments, d'acusacions i contraacusacions, i poder-los ajudar a tirar endavant.

Moltes vegades he hagut de començar per fer un treball que ja fa uns anys vaig anomenar “de parentalització”: d'ajudar els pares a esdevenir pares. Pares als quals havia de començar per oferir-los una experiència relacional d'estar al seu costat en el sentit emocional, sense jutjar-los, i tractant que es poguessin acostar als fills d'una manera diferent, amb més comprensió, però començant sempre per acostar-me jo a ells amb acolliment, amb desig i esforç per entendre'ls. Tractant també d'entendre la seva dinàmica de funcionament...: què volia dir per a un pare o una mare ser justament pare i mare.

I sempre amb la idea d'alleujar-los en el seu sentiment de culpa, de manera que entenguin que una miqueta de sentiment de culpa ens ajuda a poder reparar i arreglar les coses, però que quan aquest sentiment és massa gran ja no és apropiat i no ajuda. Intento de transmetre que la majoria de pares fem el que podem, i que tenim molt de temps per endavant, mentre tenim vida, per anar fent els petits canvis de cada dia que ens ajudin a viure millor.

Enfront de tantes situacions familiars que requereixen respostes terapèutiques immediates, que involucrin el pare i la mare però sense que se'ls exigeixi un compromís a llarg termini, crec que és molt apropiat el que alguns autors, com Levobici (1991), Manzano i Palacio-Espasa (1999), han denominat “psicoteràpia breu mare/pare - nen”, “pares-nen”, amb pares i nens de totes les edats, inclosos els adolescents.

I dins de l'ampli ventall d'abordatges de treball amb les famílies, vull destacar el que anomenem “treball de vincle”, especialment útil en aquelles situacions en què veiem com aquest s'ha deteriorat per circumstàncies difícils. De fet es tracta també d'una psicoteràpia breu pare/mare - nen, però en què posem especial èmfasi en la reparació i/o reforç del vincle.

Ho il·lustraré amb el cas d'en Víctor:

La parella parental ve a la consulta derivada per l'escola a causa de les dificultats d'en Víctor per relacionar-se amb els seus iguals i amb els professors. El descriuen com un nen esquerp i difícil en el tracte.

Víctor és un noi d'11 anys procedent d'un país de l'Est. Els seus pares van arribar al nostre país quan el seu fill tenia un any, però van deixar el nen amb l'àvia.

Expliquen que quan en Víctor tenia 6 anys va venir l'àvia amb ell, a portar-lo, però en Víctor se'n va voler tornar de nou al seu país d'origen acompanyat de l'àvia. Al cap de 2 anys més, quan l'àvia no podia més a causa del caràcter difícil del noi, va tornar aquí per deixar-lo. En aquest moment la mare està embarassada, però no del pare d'en Víctor (tot i que ells no ho expliquen), donant a entendre que l'actual parella de la mare és realment el pare del noi.

Quan intento relacionar les dificultats del noi amb el patiment per la llarga separació, fent al·lusió també al fet que segurament devia ser difícil per tots haver de deixar el seu país per poder tenir una vida millor, la mare ho nega. Em fa la impressió de ser una dona de gel, em transmet molta fredor. I percebo que en Víctor és un nen carenciat, que no és al cap de la mare.

Veig que es tracta d'una situació molt delicada, en què si volem que els pares s'apropin amb més comprensió al seu fill, encara que sigui molt difícil, hem de començar el treball per acostar-nos amb comprensió als pares. Si els pares capten que ens posem del costat del nen, immediatament reaccionen amb agressivitat, com si se'ls deixés a ells de banda.

La mare, que ve habitualment amb el nen, no mostra cap consciència que la llarga separació tingui a veure amb les dificultats del seu fill. Diu que és un nen que no sap agrair ni gaudir del que se li dona. Observa també que menja sense cap tipus de plaer. Diu amb ràbia que el que més li molesta són les mentides que diu.

En una sessió amb la parella mare-Víctor inverteixo molt de temps a parlar amb el nen, interessant-me per ell i per les seves coses. Li proposo dibuixar i tracto d'estar atenta a tots els detalls del seu dibuix (el sol que riu o està trist... paisatge ple de vida o molt isolat, un arbre que dona fruits, etc.) i fent cas del que em comunica, ja que capto un ambient d'hostilitat cap a ell. Víctor explica que ara està millor al col·legi, i jo li mostro que m'alegra que se senti millor. La mare reacciona irritada, gairebé renyant-me. Diu que després el nen li retreu el que jo li he dit, que ha millorat i, segons ella, això no és cert.

A poc a poc, vaig anar trobant una forma d'apropament a la relació mare-fill, rescatant les conductes afectives, dirigint l'atenció a aquells gests que per petits que fossin em permetessin apropar la parella mare-fill, amb un tipus de comentaris i intervencions com les següents:

- *Veig que mires la mare amb ganes que ella et miri i et somrigui.*
- *Em sembla que et tranquil·litzes quan la mare et mira somrient.*
- *Veig que t'ajuda a sentir-te bé que la mare et miri més contenta.*
- *Entenc que tens ganes que la mare tingui confiança que, encara que sigui a poc a poc, tu puguis estar millor.*
- *Em sembla que et posa trist quan et trobes fent coses que a ella li desagraden, com quan dius mentides. Haurem d'anar pensant per què ho fas, ja que volent acontentar-la, aconsegueixes el contrari. Potser la mama també t'hi podria ajudar, a no dir mentides.*
- *Veig que estàs pendent de si la mare et mira contenta, de manera que pugueu riure una mica, junts, com segurament veus que fa amb el teu germà.*
- *De vegades, als pares també ens passa que no sabem gaudir dels petits canvis dels nens, perquè no són tants com voldríem, ens costa apreciar canvis encara que siguin petits. I és clar, llavors diem als nens: "És que sempre fas el mateix, sempre igual", i als nens els enfada o els posa tristos que no sapiguem veure allò que no és igual que sempre, els petits canvis... Em sembla que de vegades els grans no ens recordem prou de quan érem petits...*
- *De vegades, els papàs han tingut una jornada de feina molt llarga per poder guanyar diners i aconseguir viure una mica millor, però després arriben molt cansats i no poden escoltar massa els nens, i és clar, els nens creuen que no els volen fer cas, i que és com un càstig per no haver-se portat bé. Als nens els costa entendre que els pares necessiten també descansar.*
- *Et sembla que pensem junts com podem aconseguir que no se t'escapin les mentides? Has pensat que a la mare la posaria molt contenta poder confiar en tu? Vols que ho anem pensant... com fer de manera que estiguis millor amb la mama?*

La psicoteràpia mare/pare - fill, pares-fill, ens és de gran ajuda en tantes situacions de distanciament i poca comunicació pares-fills com a mitjà per al descobriment mutu, en què en interessar-nos pel nen - pel que li agrada i li interessa, pel que l'espanta o entristeix, pel que el molesta, l'irrita o el fascina, i parlant al nen o al noi del que anem comprenent sobre el que li provoca patiment o del que el manté estancat o a la defensiva - tractem d'oferir als pares un model d'apropament al seu fill. I a l'inrevés, parlant amb la mare o el pare o els pares junts i permetent que ens parlin del que els preocupa, de quan va començar el problema, de com era el noi de petit i també de com eren ells, intentem crear un clima en què els fills puguin tenir l'experiència de sentir parlar els pares d'una altra manera, diferent de l'habitual, de baralla i sermoneig.

Sovint hem d'atendre pares i mares que es mostren amb dificultats per atansar-se al món de les emocions dels seus fills, però és que ells tampoc no van tenir uns pares que mostressin empatia per les seves preocupacions. Així doncs, hem de començar la feina, com he dit abans, oferint un model de relació basat en la nostra manera d'atendre'ls a ells i en la forma en què ens dirigim al fill. Com diu C. Frisch-Desmarez: "la capacitat del terapeuta per pensar en el nen davant dels pares és progressivament introjectada per aquests, permetent-los desenvolupar una certa empatia mútua que probablement no han tingut en les seves interaccions pares-fills precoces".

Crec que el cas següent il·lustra una de tantes situacions difícils que ens arriben i que requereixen treballar simultàniament les necessitats del pare i del fill.

Rebo un pare amb el seu fill d'11 anys. Han arribat amb retard (com és habitual). El pare es mostra molt irritat amb el seu noi, que es va encongint: el culpabilitza del retard i expressa la queixa que ell ja no pot més. Veig el pare amb una gran ansietat, gairebé amb una crisi d'ansietat, li costa respirar, plora, i repeteix que ell ja no pot més, alhora que em diu que m'ho demana de veritat, que busqui un internat per al seu fill.

Crec que és una mostra d'un pare (nen), que probablement no va rebre el que ara ell voldria donar al seu fill; fa esforços, però quan el fill no respon com ell voldria, se sent amenaçat en la seva condició de pare, que semblaria sustentar-se en un fill que el gratificaria essent molt obedient. Actua llavors com si el nen estigués ple de males intencions i li anés a la contra, en no actuar com ell li deia, sentint-se molt justificat per portar-lo a un internat, fent sentir al nen que és un mal fill, i generant en ell un sentiment de vergonya i culpa pel que havia fet.

Va ser un d'aquells moments difícils, en què havia d'atendre dos nens, el fill i el pare, i que segons fos la meva actuació, podia posar encara més el pare en contra del seu fill (reactivant la gelosia del mateix pare-nen, en sentir-se exclòs, en el cas que jo m'hagués abocat a protegir el fill).

Vaig tractar d'atansar-me al noi, interessant-me pel que li havia passat i dient-li que probablement ell no havia pensat prou que era important que ell s'afanyés; però alhora vaig intentar calmar el pare, interessant-me pel que li passava, dient-li que el veia amb molt de neguit. Em va dir que havia estat ingressat un parell de dies per un problema d'estómac, que ell no estava bé i que a sobre el nen li feia això. Vaig intentar reconduir la situació dient-li que potser ell no estava en condicions de venir; que hauria hagut de trucar per anul·lar la visita, i que en no sentir-se bé, havia repercutit en el fet que es neguitegés de seguida.

De forma curosa vaig dir al nen que segurament ara ell se sentia malament veient el pare tan alterat i amb tant de malestar, i que potser

pensava que ell en tenia la culpa, del que li passava al pare, però que jo li volia explicar que no era exactament per culpa d'ell que el pare se sentia tan malament, ja que el pare ja abans no es trobava bé, i quan els grans no estem bé, no tenim massa paciència, ens enfadem molt aviat quan els nens no ens fan cas. Però que era important que poguéssim pensar en el que li passava, que feia les coses d'una manera que acabava amb un enuig entre el pare i ell, en lloc de pensar en el que el pare li deia per tal de poder estar bé amb ell... "Perquè segurament tu també tens ganes que les coses entre tu i el pare us vagin bé, de manera que pugueu estar més contents, oi?"

Vaig atendre molt especialment - com acostumo a fer amb els nens que atenc amb els pares - el possible sentiment de culpa generat en el fill, tractant d'ajudar el nen i els pares a diferenciar el que són entremaliadures o no fer cas als pares, de ser dolent, un mal fill i culpable del malestar dels pares.

En l'abordatge dels pares amb els fills tracto de crear un clima que afavoreixi la comunicació entre ells, de manera que puguin dir-se allò que no serien capaços de dir-se en un altre context. Explicito que el que passa i el que es viu a l'entrevista familiar o a la sessió té un valor especial, ja que tots ho podem escoltar, observar i pensar.

Emfatitzo la conveniència de tenir un respecte especial cap a tot allò que pugui expressar cadascú a la sessió, de manera que ningú no ho utilitzi fora d'aquest context per acusar l'altre. Per això, els proposo parlar espontàniament del que els vingui a la ment, del que els preocupa, els molesta i els provoca patiment, i també del que els agrada i els dóna satisfacció, així com records, somnis, fantasies, etc. Poden explicar també escenes de la seva vida familiar. Pensar junts sobre tot això ens pot ajudar a comprendre les dificultats de la seva vida quotidiana.

"Una de les tasques prioritàries del treball dinàmic amb la família és l'*insight* de cadascun dels seus membres. Per això, tractarem de realitzar conjuntament amb la família la reconstrucció històrica del conflicte, redefinint-lo novament" (M. Garrido, a Nicolò & Garrido, 1995).

Serà d'ajuda tractar de focalitzar, si es pot, algun dels conflictes que estan bloquejant les capacitats del sistema familiar, amb l'objectiu d'afavorir el creixement de tots. És important que el terapeuta tracti de donar sentit al que succeeix en la interacció entre ells a la sessió, esperant que sigui evident per a tots, procurant que s'hagi creat un clima de confiança en què tots el puguin escoltar i aprofitar.

Si sorgeix alguna situació difícil, serà d'ajuda que es pugui explicitar, si bé en un context amb gran cura psíquica de les persones. Estic d'acord amb en García Badaracco quan diu: "La presa de consciència d'aspectes emocionals traumàtics profundament soterrats a la ment humana, quelcom potencialment enriquidor, ha de donar-se en un context de solidaritat. La

funció terapèutica és anar creant artesanalment aquest clima de solidaritat en què tots puguin sentir-se acompanyats en el seu patiment psíquic per així poder-lo expressar lliurement, sense temor al ridícul o a la vergonya pública”.

Però serà important que el terapeuta sàpiga posar límits d'actuació, perquè això forma part també del que es necessita per poder pensar. Convé ajudar a pensar si el que s'expressa respon a una aportació constructiva que serveixi a l'elaboració d'un tema o si entra en una contraactuació que serveix més aviat com a element defensiu per evitar que sorgeixi la veritat.

La següent vinyeta clínica ens pot ajudar a pensar de nou com aplicar el que sabem teòricament a la realitat de com se'ns presenta el grup familiar i com desplega el conflicte davant nostre. Correspon a una família que vaig estar atenent durant gairebé un any i mig a raó d'una sessió d'una hora cada 3 setmanes. Prèviament havia realitzat un treball amb els pares durant un any i mig cada 15 dies.

Acudeixen pare, mare i Albert (15 anys). La família al complet.

Sessió dura i difícil, en què en diversos moments l'Albert es mostra molt desesperat, dient, gairebé cridant, que ell no vol estar aquí, ja que aquí es tracta de la seva paraula contra la del seu pare. Quan el pare explica el que ha passat els darrers dies, el noi es posa molt nerviós i l'acusa de mentir; i el pare l'acusa a ell del mateix. Se'ls veu a tots molt carregats. Els pares, desesperats, expliquen una de les darreres trapelleries que ha fet, com faltar al col·legi, amb les conseqüents trucades del tutor a la mare mentre ella treballava, i aquesta al pare, sense saber on era el seu fill. Certament que l'Albert és un noi molt actor.

L'Albert acusa el pare d'agafar-lo pel coll, i de dir-li coses que el fereixen, com que l'estrangularà o el matarà.

En alguns moments, em sembla com un joc d'equilibristes, en què he de tenir-los a tots en compte, i ajudar-los a tots, i especialment al noi, a poder pensar un mica més. Simultàniament, intento ser acollidora amb aquest pare difícil, que sé que va tenir una infantesa difícil, i que s'esforça amb el seu fill, tot i que de vegades perd els nervis.

L'Albert es queixa que des del darrer episodi de gamberrisme, està castigat de tot. L'han esborrat també de natació i li han tret tot el que el feia gaudir. Diu que ara el pare li vol retirar un joc que sembla que l'atrapa durant moltes hores. Es queixa que ell no vol venir a parlar d'aquestes coses ni que els pares expliquin el que ha anat malament.

Jo torno a explicar, per a ell i per a tots, que és cert que ells no venen aquí per explicar o confessar el que no han fet bé, que jo no sóc cap jutge, però que sí que sóc aquí per intentar que entre tots puguem pensar una mica

més aquestes coses que els passa en la vida de cada dia, de manera que les puguin entendre més.

A la sessió, la mare es mostra plorosa pels insults del fill cap a ella i cap als dos pares, "A la merda, cabrons!", que l'Albert nega de forma aparatosa i amb grans escarafalls, com horroritzant-se del que diu la mare que ell ha dit.

Crec que avui puc entendre quelcom del que passa i és el que els dic: "I és que quan l'Albert se sent molt carregat, enfadat, frustrat... vomita enfora tot el seu malestar; treu enfora, sense pensar, tota la ràbia que sent per dintre, com una via per desempallegar-se'n. I segurament després no es reconeix en el que els pares expliquen d'ell. Ell no s'adona del que diu, perquè ho diu sense pensar, per això després ho pot negar."

Afegeixo, dirigint-me a l'Albert, que quan ell escolta el que els pares diuen d'ell, s'horroritza (com si li retornessin el que ell ha vomitat), ho rebutja, no vol i potser no pot ni pensar-ho. Dic que ell ve aquí perquè probablement també està interessat a aconseguir estar millor amb si mateix i amb els pares, i segurament també de vegades s'hi esforça i li dol que els pares i jo aquí només veiem el que fa malament.

La mare es va tranquil·litzant i reconeix que el seu fill sí que fa esforços per contenir-se. Diu després que el seu pare l'estima molt, que és cert que perd els nervis, però li recorda emocionada com l'agafava en braços i el passejava per calmar-lo quan tenia 2 anys.

Cada vegada que he organitzat les sessions amb pares i fills, m'he convençut més de la seva utilitat i de com n'era d'important poder fer ponts entre les dues maneres tan diferents de veure i viure les coses.

El cas de l'Àlex em va ajudar a entendre una altra situació molt crítica i de mala relació mare-fill:

Noi de 14 anys, del qual la mare es queixava dels insults que els feia, i que ell negava. Em va permetre entendre que el noi no s'hi reconeixia, en el to que li donava la mare. La mare ho repetia amb una cara de molta ràbia i ressentiment: "¿No es verdad que nos dices..?." A què el noi responia: "¡Hala, pero si lo he dicho en broma!"

Certament que els insults del noi eren gruixuts, responien a moments de frustració, segurament també a una manera de cridar l'atenció desesperadament i de fer-se atendre, encara que per vies errònies, però no tenien el to de ràbia i ressentiment que li donava la mare. El noi dissociava i negava el que no li agradava d'ell mateix, però també ho feia la mare, que solament veia el que li deia el noi, sense explicar els comentaris que ella

dirigia al noi i al marit. L'Àlex li retreia que li digués "cerdo", però sobretot quan li deia "loco" era quan li provocava una gran irritació.

Com he dit abans, moltes de les famílies que es deriven per a un treball familiar i que accepten aquesta ajuda, porten ja molt de temps atrapats en relacions que s'han anat deteriorant. Ens trobem pares que es desesperen perquè els seus fills els ho posen molt difícil, i també ells ho posen difícil als fills, i es van quedant carregats de ressentiment. I a causa d'aquest ressentiment han anat creant moltes barreres internes, de manera que ja no es poden acostar d'una altra manera per gaudir entre ells.

Com fer-ho per ajudar els pares a no estar tan ressentits? Serà un camí molt llarg ja que ni els uns ni els altres canviaran fàcilment. D'entrada, quan els escoltem profundament i escoltem el dolor que hi ha al darrera d'aquests pares que no saben què han de fer - sense jutjar-los ni dir-los què han fet malament i els escoltem amb comprensió -, ja els estem ajudant.

Cal tenir en compte que quan arriben a nosaltres ja vénen amb un sentiment de culpabilitat, i segurament a la defensiva, amb por del que els direm, de si els direm que el problema està en ells, etc. Sovint vénen derivats de les escoles o del pediatre, s'han sentit mirats d'una manera determinada, com significant que no ho estaven fent bé. I certament, crec que ja és una manera d'ajudar-los quan sortim d'aquest guió, quan els escoltem amb respecte, quan els donem temps i ens posem a pensar amb ells sobre com poder arribar a un fill, les relacions amb el qual potser estan deteriorades, i ells molt carregats de malestar i amb ganes de treure-li al fill tot el que li agrada.

Crec que el cas d'en Francesc il·lustra el que he mencionat:

Arriben els pares amb els dos fills. Francesc té 12 anys i el petit, 7. El company que me'ls havia remès m'havia proposat de realitzar un treball amb els pares. Els pares em diuen que han vingut tots quatre perquè no tenien on deixar els fills. Penso que també m'anirà bé per poder observar la dinàmica que s'estableix entre ells.

Resulta una sessió duríssima, especialment per al pare, que se sent molt menystingut pel seu fill gran. En Francesc es mostra com un noi carregat de ressentiment, però també ho estan el pare i la mare.

A l'inici de la sessió capto que la mare em vol començar a explicar com de difícil els ho posa el noi, i tracto de frenar-la per tal que la sessió no es converteixi en una abocada de retrets contra el fill. També el pare el sento ple de greuges en contra del noi, i m'adono que solament que els donés la paraula a ells, es convertiria la trobada en una vomitada damunt d'en

Francesc. A més, en aquesta primera sessió m'interessa establir una bona relació amb en Francesc, de manera que em senti com algú imparcial, que no s'alia amb els pares en contra d'ell.

Començo dirigint-me a en Francesc, interessant-me pel que li passa, si ell sap per què avui són tots aquí, i em respon: "res". Jo li faig una broma, tot dient: "Doncs mira que bé, ja podríem acabar, si a tu no et passa res."

Veig que la mare es posa nerviosa i li diu que m'expliqui el que ha passat aquest matí. Quan jo m'interesso per això i li dic si m'ho vol explicar, em respon que no ho sap, què ha passat: "no ha passat res", tot fent un gest de no saber de què li parlen, cosa que desespera els pares, que fan gestos com a manera de dir-me, amb ràbia, "Que no ho veu, com és?"

Se'ls veu amb molta pressió i de nou a punt de tirar la cavalleria per damunt d'en Francesc, i tracto de nou de frenar-los, dient que probablement en Francesc no té aquesta actitud voluntàriament, sinó que semi-inconscientment es treu del cap les coses d'ell mateix que no li agraden, potser veu solament el que li fan a ell, cosa que el porta a estar molt irritat amb ells.

Dic que per això ens pot ajudar el que estiguin aquí plegats, per tal que entre tots puguem fer memòria del que ha passat i com probablement cadascú hi ha tingut a veure. Suggerixo que la mare el podria ajudar a explicar-ho. Expliquen la trifulga del matí: noi a l'ordinador, no es dutxava, etc.

Al llarg de la sessió vaig veient el tracte que el noi dona al pare, com menyspreant-lo. Quan jo li ho faig notar, em diu que és que li fa el mateix que el pare li fa a ell. Fa la impressió que el tracte com un igual, com un col·lega, o com si fossin germanets.

Quan m'interesso per la feina del pare - després que ha comentat que arriba tard a casa - em respon que treballava de fuster, però d'ençà que va tenir un accident, ara treballa de conserge. El noi salta de seguida dient-li amb menyspreu: "digues-li que ets un porter!". Quan jo li assenyalo aquest to de menyspreu, diu de nou que és el mateix to amb què el pare li parla a ell.

Hi ha un moment en què el pare s'aixeca i plora en un racó del despatx.

Jo intento que el pare torni a asseure's i em diu que és que ells ho fan tot pels fills. Tracto de dir-li que tot no ho podem fer mai, que la majoria de pares fem el que podem i que sovint no podem atendre els fills com ells ens reclamen, ja que els pares també tenim les nostres limitacions. Li dic en un to distès que és clar que si ell sent que ho fa tot, després se sent molt decebut quan el noi no li respon com ell esperaria.

La mare diu que potser el problema està entre ells dos, ja que ella treballa tot el matí (“faig cases”, diu) i a la tarda sempre està amb els fills i quan arriba el pare a casa ella se sent tan carregada que li aboca tot a ell, i llavors el pare intervé de mala manera. “Quan arribo a la tarda, jo ja no puc més, acabo castigant en Francesc sense anar a fer esport (li agrada molt i el valoren), cosa que el pare no veu bé i em desautoritza... ja veig que no ho faig bé, ja que acabem barallant-nos nosaltres.” Però quan la mare no l’ha castigat, és el pare que, irritat, l’amenaça de treure-li l’esport.

(He posat el focus en el germà gran, que és qui preocupava els pares. A la sessió els vaig oferir material per dibuixar. El petit va estar dibuixant. En alguns moments, i depenent del que succeïa, em dirigia a ell, dient-li que era el petit de la família, però que segurament també estava interessat a comprendre què estava passant, i que ell també algunes vegades tenia alguna cosa a veure en les discussions, i que a més d’expressar-se i de parlar amb els seus dibuixos, podia fer-ho verbalment.)

Vaig veient al llarg d’aquesta primera entrevista aspectes del funcionament dels pares que crec que caldria parlar-ho amb ells a soles, ja que si ho faig davant del fill, potser hi ha el risc que ell es posi en situació de retreure’ls allò que no fan bé.

Veig uns pares molt atrapats i ressentits, amb un funcionament molt primari, especialment el pare, i amb un noi que els ho posa molt difícil. Es tracta d’una família en què sembla que no hi hagi figures parentals, no hi ha ningú que contingui ningú.

En una entrevista posterior amb els pares sols, es mostren molt desesperats, diuen que no saben com fer-s’ho amb el seu fill. El pare diu que ell ja s’hi esforça molt, però que en Francesc és un noi que no tolera que les coses no surtin com ell vol. Expliquen que el noi insulta el pare, li diu “fill de puta”, “cabró”, “maricó”. Li diu també que el matarà i que li trencarà la cara. M’ensenya unes ferides al braç, diu que les hi va fer en Francesc, en broma, amb un ganivet.

Veig que el pare sembla un home que es descontrola amb facilitat, i fa la impressió que no sap situar-se davant d’en Francesc com una figura d’autoritat.

A la sessió amb els pares tractem d’anar pas a pas per observar i tractar d’entendre com es generen els “mal rotllos”, en quin moment s’espatlla tot. Va dient: “Però què té el meu fill en contra meu? És que va a per mi, només d’entrar a casa, ja va a per mi...”

La mare li va dient que si entra a casa, i veu que hi ha una discussió o conflicte entre el noi i ella, que no s’hi fiqui (cosa que hem anat treballant en sessions anteriors).

Ell diu que no s'hi fica i torna de forma circular a preguntar què té el fill en contra seu, "Per què ve a per mi a donar-me cops i patades?". I la mare li fa notar que ell es fica al mig, encara que sembla que no se n'adona i acaba rebent.

M'interesso per quan el noi li diu que el matarà: què li respon ell? Explica que li diu que avui no, que en tot cas un altre dia o quan sigui gran. Tracto d'acompanyar el pare perquè pugui posar-se ferm i seriós.

Cap al final de la sessió, la mare es posa a plorar; diu que després el fill li demana perdó, se li abraça i li demana que l'abraci, i ella plorant diu que no li surt d'abraçar-lo, perquè li ha fet mal amb la seva manera de comportar-se. Ella plora perquè li sap greu no poder-lo abraçar.

Al cap d'uns 3 mesos, quan ja s'acabava el temps que havíem acordat, vàrem tenir una sessió molt dura.

En Francesc, que hi va assistir, va estar molt desagradable amb el pare, acusant-lo i retraient-li les coses que feia - "l'única afició que té es liar-se cigarrets" - denigrant-lo, deixant-lo com un drap brut, parlant amb molt de menyspreu, tractant-lo com una persona que l'únic que fa i que li agrada és anar al bar a beure.

El pare, quan el sentia, intentava defensar-se del que el noi li deia, i el noi continuava amb els seus menyspreus. El pare deia que ell ara ja aniria a per totes, a esborrar-lo de l'esport, que ja no estava per fer res més per a ell, que no valia la pena. Deia que a partir d'ara ja s'havia acabat. Estava realment molt desesperat.

A la setmana següent, quan estàvem ja preparant el final acordat, vaig tenir la sessió amb els pares sols, tal i com ja havíem previst.

El meu objectiu era poder crear un clima en què el pare i la mare es poguessin refer, després de la sessió del dia anterior, i amb molt d'afecte i màxima calidesa, que poguessin tenir l'experiència que jo entenia el que ells estaven passant, i acompanyar-los de manera que no tiressin la tovallola, sinó que es recuperessin i seguissin lluitant. Però també tenia en la ment crear un clima propici per interessar-me per si el pare tenia algun problema amb l'alcohol, ja que en Francesc l'havia acusat que l'únic que sabia fer i que li agradava era anar de bars a beure alcohol. De seguida em diu que no n'ha tingut cap, però que sí que és cert que quan porta els fills al futbol o al parc, ell s'espera assegut al bar i pren alguna cervesa. La mare diu que potser és que en té la culpa ella, ja que quan després de tot el dia d'estar amb els fills, quan ja no pot més, a vegades ha fet aquests comentaris, etzibant al pare que tot el dia estava al bar.

Els pares passen per moments que ho entenen i d'altres en què sembla que els costa d'entendre, com si jo els digués que no es poden enfadar mai,

que si no el poden castigar sense l'esport, doncs és que li han de consentir tot. A poc a poc anem desfent aquestes males interpretacions que fan.

En alguns d'aquests casos es va poder fer un treball, encara que limitat en el temps, en què vaig posar un èmfasi especial perquè els pares tinguessin accés a una experiència emocional, que sortissin de la sessió d'una manera diferent de com hi havien entrat, i de manera que poguessin transmetre a casa el que ells potser havien experimentat, sentint-se més continguts i amb una mica més de confiança d'estar en condicions - encara que poquet a poquet - de fer petits canvis en les relacions pares-fills. En aquest darrer cas, com en tants d'altres, he pogut observar el canvi que suposa per als pares passar d'un funcionament projectiu, de donar la culpa als altres, a començar a mirar a dintre de si mateixos.

I per acabar, voldria parlar del cas de la Laia, una noia de 15 anys:

Amb aquesta família hi vaig poder treballar durant gairebé 2 anys, amb una freqüència de cada 2-3 setmanes, calendari que fixaven a l'inici de cada trimestre.

Acudeixen el pare, la mare i la Laia (hi ha un germà de 12 anys i una germana de 8 que no vénen a la sessió). A l'hora de començar només hi són els pares. Diuen que no saben a quina hora arribarà la Laia, ja que ha anat a una manifestació i saben que quan ells sortien de casa, ella hi arribava per dinar. Mentre jo pensava que segurament li costava de venir i que la seva hora d'arribada - si és que venia - seria com un test, arriba la noia donant mostres que ha corregut per arribar a l'hora.

Molt aviat es posen de manifest els problemes que hi ha entre ells. Jo capto el pare molt carregat de ressentiment, portant com una gran motxilla al damunt, que no li permet apropar-se a la seva filla; i la mare fent esforços per desmarcar-se del pare, però a la vegada tractant de no excloure'l ni deixar-lo sol, però sí donant indicis de voler apropar-se a la seva filla, com per exemple en el tema que la noia es nega a dir-los "papa" i "mama" i els anomena pel seu nom de pila, Quim i Cedes. La noia es mostra molt dura en el tracte que els dona, com traient-los de la seva funció, rebaixant-los, negant-se a considerar-los com el pare i la mare, com un càstig molt dur que els està infligint. Diu que ells no es mereixen que els digui "papa" i "mama".

Davant d'això, la mare pot respondre, a la sessió, d'una manera més desdramatitzada, fins i tot fent una mica de broma, dient que ella ja s'hi ha acostumat i que ella ja sap que és la seva mare i que en molts moments ho tolera bé i no li importa, encara que sí que hi ha algun dia - depenent de com estigui - que veu que sí que l'afecta i llavors no li contesta a la primera, es fa pregar, fins que acaba contestant. Ella diu que sap que si la filla un dia la necessita de veritat, ja sap que se li dirigirà com a "mama" i que no li importa com li digui.

Veig que la mare, sovint, posa la mà damunt de la falda del pare, per ajudar-lo a contenir-se.

Parlant del ressentiment que la noia té, ella explica una cosa que va passar: que ella era a casa, havia estudiat dues hores, se'n va anar a berenar, es va preparar uns cereals i es va posar la tele per veure un programa que li agrada: "Aquí no hay quien viva". Llavors, va arribar el pare i - segons la noia - el primer que va fer és ficar-se amb aquest programa que ell no suporta i apagar-li la tele, després de dir-li que no li agradava que veiés aquell programa i que el canviés.

La noia es mostra molt enfadada, acusant els pares que li falten al respecte. El pare dóna una altra visió. Jo intervenc per dir que cada un té la seva veritat, i que per això la comunicació és tan difícil, perquè cadascú ho veu i ho viu d'una manera, d'acord amb com se senten per dins i d'acord amb l'experiència de cada un.

Tracto de rescatar la noia, entenc que ella se senti poc respectada, però a la vegada penso que és un moment delicat, ja que crec que no ajudaria la família si desautoritzés el pare o si fes un comentari a favor de la noia, la qual cosa repercutiria en el fet que el pare se sentiria renyat i exclòs. Però tampoc volia que la noia sentís que m'aliava amb els adults en contra d'ella. (Intento de retèner-ho per tal de treballar-ho si es dóna el moment adequat.)

Els pares expressen preocupació per la conducta de la Laia ja que, segons ells, afecta els seus germans, ja que és el seu referent. Els mostro la pressió sobre la Laia, com si d'ella depengués l'actitud i manera de comportar-se dels germans.

Els faig notar el que va provocar la discussió anterior: "Se n'adonen, del que va succeir? Han pensat que el que els va fer saltar i inquietar va ser la sèrie 'Aquí no hay quien viva'? Mentre la Laia tenia ganes de mirar-la com a via per passar una estona distesa, a vostè se li feia intolerable".

Em fa pensar que tal vegada per a la Laia és tranquil·litzador que aquest ambient insuportable, que fa difícil viure, sigui quelcom exterior, que passi a fora, potser és l'única manera en què ella s'hi pot atansar, pensar en les relacions difícils i des-dramatitzar-les. Riure's dels de la sèrie potser li permet prendre una mica de distància de les seves coses, relativitzar-les i així comprendre-les una mica més.

- Em pregunto què deuria significar per a vostè (dirigint-me al pare). Què el va portar a actuar de forma tan dràstica? Com si aquest programa els posés en contacte amb tantes situacions a casa difícils de manegar.

Expliquen després una altra situació que va passar uns dies enrere: la Laia havia deixat un objecte de casa en un lloc inadequat i en una posició no

correcta, i quan la mare va anar a agafar-lo, li va caure i es va trencar. La mare expressa la ràbia que va sentir pensant que potser no s'hauria trencat si la Laia l'hagués deixat al seu lloc i en la posició correcta. La Laia diu que a ella la cabreja molt que la mare li'n doni la culpa perquè creu que no és culpa seva.

La mare respon que ella solament diu que li va fer ràbia perquè si ella l'hagués deixat al seu lloc, segurament no se li hauria trencat.

Jo comento que sembla que a la Laia li ha dolgut, i ella ho corrobora dient que no ho va fer expressament. Aquest comentari de la Laia m'ajuda a entendre que se sent acusada, com si entengués que li estan dient que ho va fer volent. I afegeixo que potser ho sent com si li diguessin que la família va malament perquè ella ho espatlla tot, que ella "ha trencat" l'harmonia familiar i que això la desespera, ja que se sent com si fos la pitjor de tots. A continuació, suggereixo que quan alguna cosa va malament també els adults hem d'aprendre a mirar dintre de nosaltres, per no carregar els més joves amb els nostres malestares.

Cap al final de la sessió reprenc el que explicaven abans referent a la sèrie. Dic: "Penso que la Laia estava relaxada mentre berenava mirant la sèrie. ¿Han pensat que potser també els adults, els pares, ens hem de vigilar per no deixar-nos dominar pel ressentiment que ens porti a crear un ambient de "no hay quien viva", carregant-nos els moments que podrien ser més bons? Que diferent podria haver estat si vostès es poguessin asseure amb la Laia a veure la sèrie!" Afegeixo que per això és tan important que els adults aprenguem a mirar a dintre nostre per poder detectar les barreres internes que no ens deixen apropar-nos als fills i gaudir una mica més amb ells, i fer de manera que no ens dominin.

En algun moment parlem que el canvi que cerquen aquí no és un canvi de fora, en què jo els digui com han d'actuar tots ells, sinó un canvi més lent, que pugui sorgir de dintre d'ells mateixos i que sigui fruit d'entendre més cada un d'ells el que els està passant, d'entendre més els seus sentiments, de manera que en el seu interior les coses es vagin suavitzant.

Li dic a la Laia que jo estic segura que ella, dintre de si mateixa, sent que s'esforça per fer les coses bé i que potser la desespera veure que potser els seus pares no se n'adonin. Ella em somriu, se li humitegen els ulls i diu que sí. Dic que aquí també observo canvis i que el seu semblant és més suau i somrient, que em mostra que pot canviar. Dic que potser les coses estan difícils entre ells, que deixarem madurar el que hem anat parlant avui.

Feia uns dies que després de la sessió jo em quedava amb un sentiment de malestar, i em vaig anar adonant que captava com novament el ressentiment dels pares interferia amb el seu desig que les coses entre ells anessin bé. Vaig proposar de veure'ns amb ells a soles.

Inicio la sessió fent referència al que expressaven aquest dies passats, i que m'ha fet pensar que potser el que els pot ajudar és que puguin ser honestos amb els seus sentiments envers la Laia, de manera que puguin adonar-se del que els desvetlla: "Fa la impressió que quan la Laia s'enfada tant amb vostès i es mostra tan desagradable, no els sembla que pot estar reaccionant enfront d'uns sentiments o pensaments de vostès, que potser ni se n'han adonat, però que ella capta."

El pare reconeix que sí que a vegades se sent com si ella el llegís per dintre. Dic que de vegades els grans, els pares, diem molt que el que fem és pel bé dels fills, però en el fons la nostra actuació respon a altres sentiments.

Al final de la sessió el pare ha pogut parlar de la seva infantesa, cosa que ens ha permès fer ponts i aprofundir en la comprensió de les situacions, del que ell no va tenir i del que intenta donar als seus fills.

Expressen la queixa amarga en el sentit que mai no saben com anirà, mai no poden abaixar la guàrdia.

La mare explica més sobre els canvis dràstics de la seva filla, que els desorienten: la Laia pot estar malament i veritablement desagradable amb ells i quan ells ja se senten derrotats, desanimats i ja no poden més, pot mostrar-se com si no passés res, i acostar-se a la mare amb un munt de fotos, moltes, fotos d'ella en totes les postures i situacions. La mare diu que després que s'ha sentit maltractada per ella, del que menys ganes té és d'estar simpàtica i riure-li les gràcies. La mare es pregunta què és el que ha de fer...

I aquí ho deixo, sense explicar-vos com ho vaig anar treballant, perquè pugueu expressar com ho tractaríeu.

Reflexionant en el treball que realitzo a les sessions, penso que tracto d'estar atenta al que expressen com a grup, però també a allò que mostra cada un d'ells, sense prendre partit per uns o altres, de manera que puguin endur-se l'experiència d'haver-se sentit aollits i no jutjats.

Intento protegir l'espai de cadascun, reconeixent la seva part de veritat, i intento acompanyar-los perquè puguin mirar-se les coses des d'altres perspectives i, especialment, que cada un pugui mirar dintre de si mateix, per entendre la seva pròpia part.

Quan puc observar i comprendre alguna cosa del que manifesten a la sessió, ho assenyalo, però amb una actitud de gran cura psíquica, perquè serveixi per pensar. Si el que assenyalo fa referència a un membre de la família, intento destacar l'actitud de cada un d'ells enfront d'allò, i també la complementària, com per exemple, arran d'una altra situació molt difícil que vàrem viure en una altra sessió: "Em sembla que avui vostè se sent molt

carregat de ressentiment i això repercuteix en el fet que no es pot acostar a la seva filla d'una forma més fresca i espontània... Haurem de pensar en què ha passat aquests dies, i en què ha repercutit en el fet que se senti així... De vegades, els pares ja carreguem amb les nostres dificultats personals i una petita cosa del nostre entorn, dels fills, ens fa reaccionar de forma ressentida i amb mal humor, la qual cosa repercuteix que els fills se sentin atacats, augmenti el seu mal humor i alimenti el cercle viciós del ressentiment."

En aquest cas, li vaig dir a la filla: "*Mira, em sembla que tu t'has sentit agredida per aquesta forma de parlar-te dels teus pares, no t'has sentit respectada, potser t'has sentit rebutjada, i això t'ha dolgut perquè també desitges que les coses entre vosaltres vagin millor; però has pensat que també has tingut una reacció molt dura cap a ells? Què t'està passant?"*

A més d'acompanyar-los a augmentar la comprensió en les seves relacions, intento fomentar i donar suport als elements més sans de cadascun d'ells.

Pel que fa a la transferència, la tinc en compte, però la interpreto solament quan és evident i ens pot ajudar a desbloquejar alguna situació.

Estic molt d'acord amb el que diu B. Cramer: "A vegades els terapeutes sobreidealitzen les interpretacions, mentre desestimen la importància d'alguns elements no específics de la tècnica." Diu: "Ara sabem que aquests elements es dirigeixen a crear un clima d'aliança i a promoure una comunicació significativa."

Cal tenir en compte que les defenses en els pares són habitualment més fortes i rígides que en els nens. Ajudarà el fet que el terapeuta pugui mostrar empatia amb els sentiments dels pares, i que pugui usar la verbalització, clarificació i confrontació, com a eines per promoure el pensament i l'*insight*.

Diria que el prioritari en l'abordatge familiar és oferir un ambient en què tots es puguin sentir continguts. Citant Vilaginés: "La família constitueix un continent en què hi tenen lloc els diferents processos interaccionals que, si les coses van bé, conduiran a la maduresa mental de tots els seus membres." "Les famílies consulten quan no senten aquest continent adequat. Sovint, en moments especialment crítics de l'evolució familiar, requereixen un nou continent que els permeti recuperar les possibilitats de creixement que han quedat bloquejades".

D'acord amb A. M. Nicolò (1995): "La capacitat de contenir i modular el sofriment apareix unida a la possibilitat mateixa del desenvolupament de la capacitat de pensar, i per això del naixement psicològic de l'individu. La teràpia tindrà com a objectiu central el de contenir i modular el patiment de la família, creant les condicions perquè es desenvolupi un espai mental en què sigui possible d'elaborar el patiment abans que desplaçar-lo o actuar-lo".

RESUMEN

Una de las tareas que a menudo se nos plantea a los terapeutas de familia, y especialmente en la atención pública, es la de acompañar y ayudar a los padres a asumir su rol de padres y a realizar sus funciones parentales.

La experiencia de contención que ofrecemos a estos padres-niños que no han crecido emocionalmente o que se han distanciado a causa de largas separaciones, les ayuda a conectar con la experiencia emocional de sentirse atendidos y escuchados profundamente en una terapia parental.

Nuestro esfuerzo se orienta, tanto en el trabajo con los padres como con la familia al completo, a instaurar una experiencia de diálogo emocional con un/una terapeuta que los pueda escuchar con humanidad, de manera que poco a poco podamos acercarnos a entender y comprender las interrelaciones psicopatológicas que tanto sufrimiento e infelicidad les causan.

Los terapeutas familiares nos enfrentamos al reto de trabajar activa y creativamente para buscar nuevas vías de acercamiento a familias que a causa de circunstancias muy difíciles y desestructurantes, tienen baja tolerancia a la frustración y un estado anímico de desesperanza. Será básico potenciar el vínculo y el contacto emocional para promover esperanza. El horizonte será el de situarlos en una nueva onda de salud mental que les ayude a disminuir el sufrimiento y a aumentar su capacidad de disfrutar de aquello de que disponen.

SUMMARY

One of the tasks we have to face as family therapists is that of helping parents to fully engage with their role as parents, and to carry out to the full their parental responsibilities.

The experience of containment which we offer these parent-children who have not matured emotionally, or who have become distant from their children due to prolonged periods of separation, helps them to connect with the emotional experience of sensing that they are being taken seriously and listened to deeply in a parental therapy context.

Our efforts focus, both in our work with parents and with the family as a whole, on initiating an experience of emotional dialogue with a therapist who can listen to them sensitively, in such a way that little by little we can gain more and more insight into the psychopathological interrelationships that cause them such pain and unhappiness.

Family therapists face the challenge of working actively and creatively in our search for new ways of helping families who, due to very difficult, destructuring circumstances, suffer from low frustration tolerance and feelings of despair. It is crucially important to stimulate and strengthen emotional bonds and contacts to promote the recovery of hope. The aim will be to place them in a new dynamic of mental health which will help to alleviate their suffering and enhance their capacity to make the most of what they have.

BIBLIOGRAFIA

- BERGER, M. (1995). *Le travail thérapeutique avec la famille*. Paris, Dunod
- CRAMER, B. & PALACIO-ESPASA, F. (1993). *La pratique des psychothérapies mères-bébés: études cliniques et techniques*. Paris, Presses Universitaires de France
- DECHERF, G., KNERA, L. & DARCHIS, E. (2003). *Souffrances dans la famille*. Paris, Press Éditions
- GARCÍA BADARACCO, J. (1989). *Comunidad terapéutica psicoanalítica de estructura multifamiliar*. Madrid, Tecnipublicaciones S.F.
- GARCIA-MILÀ, M. & IGNACIO, M. (2001). De las Sensaciones al Pensamiento: Psicoterapia Psicoanalítica de Grupo con niños. *Revista de la Asociación Española de Psicoterapia Psicoanalítica*, N. 4/5, novembre, pp. 127-132
- GARCIA-MILÀ, M. [et al.] (2007). Las psicoterapias. In (E. Torras de Beà, comp.) *Normalidad, psicopatología y tratamiento en niños, adolescentes y familias*. Barcelona, Lectio Ediciones, cap. 20, pp. 325-340
- LEBOVICI, S. (1991). Des psychanalystes pratiquent des psychothérapies bébés-parents. *Revue Française de Psychanalyse*, 5, pp. 667-683
- MANZANO, J. [ed.] [et al.] (2001). *Las relaciones precoces entre padres e hijos y sus trastornos*. Madrid, Necodisne Ed.
- MANZANO, J. & PALACIO-ESPASA, F. [comp.] (1993). *Las terapias en psiquiatría infantil y en psicopedagogía*. Barcelona, Ediciones Paidós
- (1999). *Los escenarios narcisistas de la parentalidad*. Bilbao, Altxa
- MATOT, J.-P., FRISCH-DESMAREZ, C. [et al.] (2007). *Les premiers entretiens thérapeutiques avec l'enfant et sa famille*. Paris, Dunod
- NICOLÒ, A. M. & GARRIDO, M. [comp.] (1995). *Terapia familiar. Aportaciones psicoanalíticas y transgeneracionales*", cap. III. Madrid, Editorial Fundamentos
- TISSERON, S. (2005). *Vérités et mensonges de nos émotions*. Paris, Editions Albin Michel
- TIZÓN, J. (2003). La psicoterapia breve padres-hijos: ¿Una técnica diferenciada? *Revista de Psicopatología y salud mental*, 1, pp. 43-70

