

V. ADOLESCENCIA

5. Necesidades familiares

Las familias atraviesan distintas etapas en el ciclo vital. Según en la etapa en la que se encuentren es más probable que surjan unas necesidades que otras.

La crisis de la adolescencia que atraviesa el chico, en muchas ocasiones es vivida de forma muy alarmante y angustiada para la familia, apareciendo grandes dificultades a nivel familiar, y necesitando en muchas ocasiones apoyo externo. Algunas de las necesidades familiares con hijo adolescente son las siguientes:

- **I**nformación sobre la adolescencia.

Parece muy obvio y sencillo, pero una de las cuestiones que necesitan las familias es información para entender al adolescente. Es habitual que los padres se preocupen de forma exagerada de cosas que sean típicas de esta etapa, que no deban darle mayor importancia.

Saber y entender la etapa les va a liberar de gran estrés y de la sensación de miedo y culpa que poseen respecto a su hijo.

Igualmente, informar a los hermanos y encuadrar los cambios que está teniendo el adolescente puede ayudar a mejorar su relación entre ellos.

- **A**ceptación de la pérdida del niño que fué.

Otra necesidad que tienen los padres es aprender a aceptar que su hijo está cambiando y que no volverá a ser el niño que fue. Es un trance muy duro para los padres, ya que supone un duelo por la pérdida del niño y un duelo por la pérdida del rol de padre o madre que fue también. Sin embargo, es muy necesario ya que si no se quedan anclados en el pasado, exigiéndole al adolescente que sea el niño que ya no puede ser. Con lo cual no aceptarán a la persona en la que se está convirtiendo y atacarán a su identidad, pudiendo hacer gran daño a su autoestima.

Cuando la familia acepta los cambios del adolescente y le transmite cierta libertad para que pueda ir eligiendo quien quiere ser, las relaciones familiares mejoran y la salud mental de todos sus miembros.

- **F**alta de acuerdo entre los padres

Si en las etapas anteriores, infancia y niñez, hemos señalado la necesidad de que los padres muestren acuerdo, en la adolescencia es mucho más necesaria.

Es común que en esta etapa, surjan nuevos conflictos que hasta el momento no se habían percibido. La crianza de un hijo adolescente, implica tomar decisiones y posicionarse en determinadas actitudes conjuntas que puedan favorecer a la relación con el hijo.

Por tanto, es frecuente encontrar diferentes criterios en la pareja, estilos educativos incompatibles y dificultades para ponerse de acuerdo en temas relacionados con los hijos, que genera conflicto, y puede estar dificultando la relación familiar. Asimismo con el adolescente hay más capacidad de seducir a los padres, con lo que es aún más común distintos posicionamientos, con posturas muy polarizadas de rigidez-permisibilidad.

- **C**omunicación familiar.

Señalamos la comunicación como una necesidad familiar importante en esta etapa. Cuando existen dificultades en la relación, la comunicación se encuentra muy dañada y es necesario que se pueda reparar.

La comunicación es la forma de llegar al adolescente, de que él pueda contarnos que le pasa, que le podamos prevenir y ayudar. Ya de por sí con un adolescente, la comunicación pasa por una fase de mayor pobreza, si se utiliza en forma de reproches, críticas y gritos, se rompe la herramienta más útil para las relaciones.

- **R**eparto de tareas y responsabilidades

Muy asociado a la dificultad de la falta de acuerdo, existen conflictos relacionados con el reparto de tareas y responsabilidades. Aunque el marco social está cambiando y se están equilibrando más equitativamente las tareas y obligaciones domésticas en torno al hombre y la mujer, todavía es muy frecuente encontrar una sobrecarga hacia la mujer. Poderlo revisar y que la pareja realice un reparto más igualitario es importante.

Con adolescente y su falta de participación, se hará más latente y podrá reproducir patrones y cuestionar cuando el adulto no se implica.

- **P**roblemas de pareja.

La pareja es el pilar que sostiene la familia. Cuando existen dificultades entre ellos, la estabilidad y la dinámica familiar puede verse resentida y puede aparecer en el hijo conductas problema o llamadas de atención para unir a sus padres.

Sin duda, los conflictos y los desacuerdos son habituales y sanos en la pareja, sin embargo, la manera en la que se enfrentan o se solucionan condicionan la armonía de la pareja y familiar.

- **P**roblemas psicológicos en uno de los padres.

A veces, la madre o el padre se pueden encontrar en una situación individual de inestabilidad, que le lleva a no poder responder a las demandas afectivas de su hijo. En ocasiones, se observa una dificultad para hacer frente a las exigencias que implica tener un hijo adolescente, siendo incoherente en las normas, mostrándose agresivo en la comunicación, rechazando a ese hijo...

También es frecuente que al detectar dificultades en el adolescente, se detecten dificultades emocionales en alguno de los padres. Analizar que está pasando y poder dar el apoyo terapéutico adecuado es vital para el bienestar y mejora del hijo.

- **D**ificultades de relación entre hermanos.

Es común que los hermanos puedan tener conflictos en esta etapa, especialmente si ambos están en la adolescencia. Sin embargo, en ocasiones los conflictos se perpetúan en el tiempo y se hacen graves, siendo necesario el posicionamiento de los padres. En muchas familias, esta dificultad genera graves conflictos incluso entre la pareja finalmente. Es necesario analizar el sistema familiar para ver que está pasando y su porque.

- **C**ambios familiares.

Las familias pueden sufrir cambios, bien por una separación, la pérdida de un miembro, el cambio de domicilio.... Es muy importante poder trabajar estos cambios y lo que genera en la familia, así como las necesidades individuales o comunes de sus miembros.