

Orientación parental en las familias con hijos adolescentes

Virginia Cagigal de Gregorio

*Universidad Pontificia de Comillas,
Madrid*

Resumen

Las familias con hijos adolescentes viven una etapa de cambios diversos, asociados a las distintas tareas propias de su momento vital familiar, así como a la crisis de desarrollo del adolescente. Cuando la familia no adapta sus reglas de interacción a las nuevas necesidades que van surgiendo, pueden aparecer síntomas, sobre todo conductas externalizantes (conducta desafiante, oposicionista o disocial) y conductas internalizantes (dificultades de tipo emocional tales como ansiedad, depresión o aislamiento social). A partir de la revisión de las tareas que ha de acometer el adolescente en su paso hacia la juventud y la madurez y de las propias del momento vital que la familia vive, se abordan las principales estrategias y técnicas para intervenir con estas familias y lograr cambios que permitan un sistema relacional más funcional.

Palabras clave: adolescencia, familia, habilidades parentales, competencia, terapia familiar.

Abstract

Adolescent's families must afford changes, due to the family life cycle tasks, and those associated to adolescent developmental crisis. Family has to readapt its interaction rules considering new emerging needs, but if they don't succeed, externalizing symptoms may appear (defiant behavior, antisocial behavior), and/or internalizing ones (anxiety, depression, social isolation). This article describes adolescent tasks to achieve young adulthood and maturity, family tasks related to adolescent family life cycle stage, and finally, it entitles main therapist

strategies and technical repertoire in order to generate family and adolescent changes as to become a more functional relational system.

Key words: adolescence, family, parenting quality, competence, family therapy.

Introducción

La adolescencia es una etapa del desarrollo que genera inquietud y preocupación a la mayoría de los padres. Por ello, es frecuente que nuestros servicios de asesoramiento y terapia estén llenos de familias con hijos en estas edades, que presentan un amplio abanico de dificultades. También en los centros escolares los profesores suelen quejarse de los chicos y chicas de estas edades, y muchos sienten que es poco más o menos que imposible lograr un mínimo control en el aula.

Hasta la emergencia del modelo sistémico, el abordaje terapéutico de esta realidad se llevaba a cabo centrandó la intervención en el menor, ya que los problemas emocionales o de conducta que presentara se consideraban propios del individuo, bien con base etiológica interna o bien fruto de sus experiencias de aprendizaje; solamente algún modelo terapéutico ofrecía además a los padres algunas claves básicas de actuación, como en la intervención conductual.

Sin embargo, tal como señala Fishman (1990), la adolescencia debe contemplarse como una transformación social, más allá de los cambios biológicos que se producen en esta etapa. Así pues, no existe la adolescencia si no consideramos determinado contexto social. Es por ello que, desde una perspectiva ecológica, no se concibe trabajar con el adolescente que presenta dificultades sin tener en cuenta los diversos sistemas relacionales a los que pertenece. La familia, el grupo de pares, el contexto de barrio, el centro escolar, la red social personal y familiar, los ídolos, la cultura y las subculturas... todos ellos son elementos centrales a incorporar en la intervención cuando trabajamos con un adolescente. Y de todos ellos, es la familia la pieza fundamental para lograr el cambio, ya que, además de ser el primer y principal referente, a menudo es la que tiene más recursos para promover dicho cambio.

Una de las principales aportaciones de la perspectiva sistémica, es la que considera que el síntoma del individuo no es algo aislado, fruto de la patología del individuo o de su mayor o menor propensión, por herencia o aprendizaje, a mostrar ciertas dificultades emocionales o conductuales, sino que se trata de un indicio o signo de la existencia de dificultades relacionales en la familia. Así, se considera que

para la familia, el síntoma es una de las mejores alternativas de respuesta, puesto que ayuda a equilibrar una situación de crisis que de otra forma los miembros del grupo familiar no podrían fácilmente afrontar. Esta perspectiva hace aún más necesaria la intervención familiar a la hora de trabajar con adolescentes en dificultad, puesto que si promovemos el cambio sólo en el menor y no en la familia, seguramente los logros sean pasajeros. Fishman (1990) considera que el adolescente con problemas es como “el canario en la mina”, que avisa de que las cosas no van bien en la familia.

Si bien la adolescencia es una etapa de cambio y transformación de la persona, que hace crisis para definitivamente consolidar su madurez al final de período de juventud, conviene desafiar la idea, desde mi punto de vista excesivamente generalizada, de que toda adolescencia es en sí misma problemática. Como veremos a continuación, ciertamente el adolescente enfrenta tareas amplias, importantes para su paso definitivo a la adultez, y para desarrollarlas en plenitud atraviesa etapas de crisis, pero que no hemos de confundir con disfuncionalidad y menos con patología.

Así mismo, en la familia del adolescente suele haber ciertos ajustes, como en las de los niños recién nacidos, o en el inicio de la escolaridad, o cuando la pareja afronta la jubilación,... es decir, como en cualquier momento de cambio y transformación en el que el grupo familiar ha de reajustar sus roles, funciones y estilos interactivos; sin embargo, es una etapa realmente sugerente, donde se puede disfrutar de ir viendo a los hijos consolidarse como personas, de un diálogo nuevo gracias a la capacidad de abstracción que desarrollan, de oportunidad para afinar la propuesta de valores en el hogar gracias al “mercadeo” con los valores exteriores que ofrece el adolescente (se lleva fuera los valores de casa, para contrastarlos, y trae a casa los valores de fuera, igualmente para ponerlos a prueba),... en definitiva, se trata de una etapa con sus dificultades pero al tiempo con importantes logros que en sí mismos pueden ser motivo de satisfacción para los padres.

Es por ello que considero que una de las metas principales de la orientación de familias con hijos adolescentes (sea educativa, de asesoramiento o de terapia)¹ ha de ser ayudar a los padres a descubrir ese gran potencial de esta etapa vital familiar y las capacidades que ellos mismos tienen para desempeñar su tarea parental con éxito.

El propósito de este artículo es ofrecer una reflexión y síntesis sobre los pilares fundamentales a construir en la orientación a los padres y a las familias con hijos adolescentes. Para ello, vamos a comenzar con un análisis breve de las principales tareas evolutivas a

¹ En este artículo nos referimos a orientación siguiendo el esquema propuesto por Ríos (1984), quien considera tres niveles en la orientación: el educativo, el de asesoramiento y el terapéutico.

las que se enfrenta el adolescente, a continuación revisaremos las tareas de la familia en el ciclo vital familiar de la adolescencia y por último expondremos los ejes principales para la orientación a estas familias.

1. Tareas evolutivas del adolescente

Siguiendo a Fishman (1990), son cuatro las principales tareas evolutivas de los adolescentes en esta etapa vital:

- *Búsqueda de la propia identidad*: es un aspecto central de la experiencia del adolescente. Para Ríos (1984, p. 132), el logro de la identidad consiste en la “integración personal de todas las identificaciones precedentes y el reajuste de otros procesos que también se han verificado en la infancia que termina”. Se ha de responder a las preguntas “¿quién soy? ¿hacia dónde me encamino? ¿de qué soy capaz?” (Ríos, 1984). Los cambios físicos que desde la pubertad se vienen sucediendo mueven al adolescente a buscar una *identidad corporal*: “realmente, ¿cómo soy, cuál es mi físico? ¿me gusta?”; también ha de buscar la *identidad del yo*: “¿cómo soy con los demás? ¿qué esperan los demás de mí? ¿qué dicen ellos de mí? ¿cómo soy hacia mí mismo? ¿qué me gusta y qué no de mi forma de ser? ¿qué quisiera cambiar?”; como vemos, son muchas las preguntas a las que el adolescente, en su evolución personal, va respondiendo, para conformar una imagen de sí mismo. La identidad se logra cuando, a pesar de los cambios, el individuo se siente a sí mismo con continuidad, siente que sigue siendo el mismo (Ríos, 1984). Es importante que esta imagen sea de competencia, que se viva a sí mismo como alguien capaz. Los problemas de conducta cristalizan, y por tanto, se convierten en tales, cuando adquieren un significado comunicacional (Ausloos, 1995), y esto es más probable cuando el adolescente no conoce o no confía en sus capacidades, haciéndose notar a través de estas dificultades conductuales.

La calidad de la relación padres-hijo contribuye decisivamente a la consolidación de la identidad del adolescente, favoreciendo que el adolescente mantenga dicha relación sin abandonarla y el respeto mutuo. Esto contribuye a que la salida del hogar sea adecuada, en su momento, y no una huida o un atrapamiento en el mismo. El respeto a la intimidad, como parte del proceso de interiorización (Ríos, 1984), contribuye decisivamente a esta identidad positiva.

- *Renuncia al narcisismo*: el narcisismo adolescente se caracteriza por el sentimiento de considerarse el centro de la familia,

y muchas veces, el centro del mundo. Cuando el adolescente narcisista tiene problemas o dificultades, se desenvuelve a partir de la omnipotencia, que le lleva a creer que no necesita adaptarse a la realidad social “que cambien los demás, que se adapten a mí, no tengo por qué adaptarme yo a ellos, no tengo por qué cambiar”.

El trabajo terapéutico puede ayudar al adolescente a tomar distancia de las figuras significativas en su proceso de desarrollo, lo que le obliga a cambiar, a adaptarse al entorno social lo suficientemente como para formar parte de todo ello sin diluirse como persona, guardando su propia identidad (Fishman, 1990).

- *Logro de la competencia social*: el adolescente desarrolla nuevas relaciones interpersonales, muchas de las cuales le devuelven nuevas imágenes de sí mismo. Es importante para él sentirse competente en dicho contexto social. Si la imagen que recibe sobre sí mismo de sus padres es negativa, mientras que la que percibe del grupo de pares es positiva, éste gana cada vez más relevancia e importancia para él.
- *Separación progresiva de la familia*: ya hemos comentado que el objetivo durante la adolescencia no es promover la salida del adolescente en una falsa ruptura con los padres, sino consolidar un adecuado y nuevo sentido de pertenencia al núcleo familiar, a partir del cual progresivamente puede ir construyendo su autonomía, para finalmente salir del hogar sin alienación (Fishman, 1990). Esta tarea implica también a los padres, que han de afrontar este proceso, al tiempo doloroso y gratificante.

2. La familia del adolescente desde la perspectiva del ciclo vital familiar

La perspectiva del ciclo vital familiar (Carter y McGoldrick, 1986) nos ofrece una mirada que permite ampliar la perspectiva al considerar el proceso que atraviesa la familia con hijos adolescentes. A las tareas propias del adolescente se han de sumar las tareas propias de la familia en esta etapa vital. Podemos considerar que toda la familia del adolescente está también en búsqueda de su identidad (Fishman, 1990). Por una parte, porque en este momento del ciclo de vida familiar los padres afrontan la crisis propia de la etapa media de la vida, y habitualmente es un momento de confrontación con su realidad actual: “¿es mi matrimonio como yo quería que fuera? ¿mi desarrollo profesional ha llegado a donde yo soñaba? ¿quiero aprovechar este momento para iniciar alguna relación de pareja nueva, antes de que

se me pase la oportunidad?”. Es una etapa en la que a veces se viven duelos por esos sueños que no se han realizado, por una identidad deseada y que no llega a hacerse realidad, o por pérdidas laborales o personales de relevancia para la persona que las sufre.

Pero además, al tiempo que alguno o varios hijos afrontan su adolescencia, y al tiempo que los padres afrontan la “crisis de los cuarenta” o crisis de la etapa media de la vida, suele comenzar el cuidado de la tercera generación, de los padres (abuelos) que empiezan a tener, por su momento vital, más necesidad de atención y cuidados. Esto aumenta la demanda a los padres de hijos adolescentes, ya de por sí sobrecargados incrementando el estrés familiar. Además, esto supone el inicio de un importante cambio de roles y de estilo transaccional entre los padres y la tercera generación, ya que los hasta ahora cuidadores comienzan a ser cuidados, y los padres han de poner en marcha su rol de cuidadores no sólo hacia su prole, sino también hacia sus propios padres, antaño sus cuidadores. Este reajuste no siempre es fácil, en muchas ocasiones conlleva crisis adaptativas, experiencias de duelo o la emergencia de crisis previas padres-hijos no resueltas, que habían quedado escondidas.

3. Evaluación del funcionamiento familiar en las familias con un hijo adolescente con problemas

Ya hemos comentado que es frecuente que los padres de chicos adolescentes soliciten algún tipo de ayuda u orientación, dado que muchos se sienten desbordados e incapaces.

Tomando como punto de partida la propuesta de evaluación cuadrimensional de la familia de adolescentes de Fishman (1990), vamos a analizar las principales dificultades estructurales, procesuales y emocionales a las que se enfrenta la familia del adolescente, así como las variables relacionadas con la historia del sistema, tanto individual como familiar.

- *Dificultades estructurales*: el adolescente es sumamente vulnerable a los cambios en la estructura familiar.
- **Definición de límites**: con mucha frecuencia, en las familias con hijos adolescentes encontramos dificultades en la definición de los límites, bien porque son excesivamente laxos, permeables, casi inexistentes; o bien porque son excesivamente cerrados, rígidos. Esta es una de las variables a las que más se ha de prestar atención en estas familias. De por sí, en su búsqueda de autonomía, el adolescente trata de desafiar la estructura cohesiva de la familia, y para los padres es un reto tratar de dar una respuesta ajustada y negociar en torno a los límites. Cuanto más aglutinada o

disgregada sea la familia, es decir, cuanto más extremo sea su estilo de cohesión, más difícil resultará la evolución exitosa del adolescente (Minuchin, 1977).

- Quiebra del subsistema conyugal: a veces, el síntoma adolescente centra la atención, y permite desviarla del conflicto conyugal. La pareja parental está fracturada, y trata de evitar afrontar la situación. Otras veces el conflicto es abierto, generándose una tensión muy elevada que el adolescente acusa inmediatamente, haciéndose muy difícil la convivencia en el hogar.
 - Triangulación del hijo adolescente: cuando existe conflicto entre los padres, el hijo puede quedar atrapado como el tercero en un triángulo relacional, en el que no tiene escapatoria. Esto es muy frecuente en casos de violencia intrafamiliar y en separación o divorcio muy conflictivos.
 - Parentalización: un hijo adolescente parentalizado ocupa una posición en el subsistema parental que no le corresponde, que le desubica de su natural posición junto a sus hermanos, formando parte como uno más del subsistema fraterno, y le sobrecarga de responsabilidad. A veces, estos hijos parentalizados además están idealizados, de modo que se depositan en él o en ella excesivas expectativas, que pueden bloquearle. Suele expresarse el malestar a través de problemas emocionales o de síntomas psicósomáticos.
 - Padres jerárquicamente por debajo del hijo: actualmente no es raro encontrar padres con menos poder y posición jerárquica inferior que sus hijos. Suelen ser adolescentes que de niños han sido consentidos, han tenido el poder, y llegada la adolescencia los padres no consiguen reequilibrar el sistema y recuperar el poder perdido. Cuando los padres pierden su posición en la jerarquía familiar, toda la familia pierde su estructura funcional, lo que se convierte en una situación de gravedad. Esta dificultad es muy frecuente en los casos de violencia ascendente (de hijos a padres). (Bailín, Tobeña y Sarasa, 2007; Cagigal, Serrano y Aza, 2008).
- *Dificultades procesuales*: los procesos interactivos en la familia son variables muy relevantes para evaluar la funcionalidad familiar. Entre las principales dificultades procesuales en las familias adolescentes, cabe destacar:
- Sobreprotección: una de las principales dificultades hoy día es la sobreprotección a la que están sometidos con mucha frecuencia los adolescentes. Son chicos que los que muy pocas veces se les permite experimentar las consecuencias de sus actos y a los que se les intenta aliviar siempre que es

posible de esfuerzos y circunstancias negativas o desagradables. La sobreprotección compromete seriamente el imprescindible desarrollo de la autonomía del adolescente y de una identidad positiva, como persona capaz y competente.

- **Sobreimplicación emocional:** en las familia sin límites interpersonales y/o entre subsistemas, se puede producir la sobreimplicación emocional, de modo que alguno o varios miembros de la familia se encuentran tan conectados emocionalmente entre sí que las emociones de uno son vividas por los demás completamente como propias, lo que dificulta la autonomía, así como el desarrollo de la identidad y de la intimidad.
- **Autoritarismo:** el exceso de autoridad, impuesta, que no negocia, un patrón educativo coercitivo en una etapa en la que la negociación empieza a ser clave para el desarrollo del individuo, es también una dificultad importante, presente con frecuencia en los adolescentes con problemas de conducta opositora, desafiante o disocial.
- **Rigidez:** la familia necesita definir sus normas con claridad para ayudar a la construcción de la identidad familiar, pero el exceso de rigidez en las pautas interactivas se convierte en un factor de riesgo para el desarrollo de problemas en la adolescencia (Fishman, 1990), mientras que un grado de flexibilidad intermedio, que permite la negociación y la permeabilidad de los límites entre subsistemas es una característica de las familias funcionales (Minuchin, 1977). Los padres rígidos no se dejan cuestionar ni aceptan la crítica de los hijos. Los adolescentes fugitivos con frecuencia consideran que hay un exceso de rigidez en sus familias.
- **Minusvaloración:** a veces el sistema se desequilibra porque algún miembro de la familia es minusvalorado frente a otros. Así, puede que sea uno de los miembros de la pareja conyugal el que es minusvalorado por el otro, o incluso por los hijos, lo que desestabiliza la estructura de poder funcional en la familia. Otras veces, uno de los hijos es minusvalorado por los padres, que ensalzan a uno y desfavorecen a otro (Ríos, 1984). El efecto de este trato diferencial es muy negativo para los adolescentes, afectando especialmente a su autoestima, lo que suele expresarse a través de problemas emocionales y de relación social (Brody, Copeland, Sutton, Richardson, y Guyer, 1998; Cagigal, 2005).
- **Evitación de conflicto:** una familia con un hijo adolescente tiene momentos de conflicto, de negociación, de discrepancias, enfados y tensiones debido al propio proceso de

desarrollo del adolescente. Puede suceder que se evite el conflicto, intentando hacer como si no sucediera nada, como si nadie se disgustara, como si no hubiera enfados,... no se puede expresar el malestar. En estos casos, son frecuentes los síntomas somáticos y psicossomáticos, ya que el conflicto sólo puede tener expresarse a través del cuerpo.

- Elevada conflictividad de pareja o en la familia: por otra parte, si la familia vive en un constante conflicto y una tensión excesivos, es posible que el adolescente exprese su malestar sintomáticamente. La tensión familiar afecta en gran medida a los hijos, y los adolescentes suelen ponerlo de manifiesto a través de problemas emocionales (ansiedad, depresión, aislamiento social) o bien a través de problemas conductuales (conducta oposicionista y desafiante, conducta disocial).
 - Falta de disponibilidad de los padres: los adolescentes necesitan que los padres estén accesibles, disponibles, para ayudarles a resolver sus conflictos (personales, de identidad, sociales, relacionales, con el grupo de pares, escolares, etc.). La falta de disponibilidad de los padres es un importante factor de riesgo para el desarrollo de conductas disruptivas en los hijos (Webster-Stratton y Herbert, 1992) y en los casos extremos, podemos hablar de negligencia.
 - Falta de referentes seguros: a veces los padres no actúan como referentes seguros y claros para los adolescentes. En estos casos, éstos pueden sentirse más perdidos en su búsqueda de identidad y en el desarrollo de la competencia social.
- *Dificultades emocionales*: los adolescentes suelen ser muy sensibles a la situación emocional en la familia, incluso en los casos en que “van de duros”. Si el tono emocional dominante es negativo, pueden acusarlo y expresarlo a través de diversos síntomas.
- Culpa: la culpa de los padres suele ser una variable que paraliza el cambio y el desarrollo de patrones de interacción funcionales en la familia. Es clásica ya, en el modelo sistémico, la distinción entre la responsabilidad y la culpa. La culpa atrapa en el pasado (lo que he hecho mal), mientras que la responsabilidad encamina hacia el futuro (lo que puedo hacer mejor, dada la situación actual). Por eso es tan importante trabajar con los padres eliminando la culpa y potenciando la responsabilidad, lo que además ayuda a que se sientan competentes.

- Duelo no resuelto: ya hemos comentado que a veces esta etapa del ciclo vital familiar está marcada por duelos para los padres, o para los abuelos. Los propios adolescentes también experimentan a veces el duelo por la infancia que ya pasa, por el cuerpo que cambia, por amigos que se pierden,... Si los padres quedan atrapados en el duelo no resuelto será difícil que puedan atender emocionalmente a las necesidades de su hijo.
 - Preocupaciones por circunstancias difíciles (paro, problemas de salud, etc.): al igual que ocurre en los duelos, si hay situaciones familiares difíciles puede que los padres ocupen su espacio emocional en la preocupación, de modo que no estarán disponibles para su hijo adolescente. Son también las presiones evolutivas contemporáneas de las que habla Fishman (1990) en su modelo de evaluación cuatridimensional de la familia con adolescentes. Cuando la familia no es capaz de transformar las reglas para posibilitar conductas nuevas más funcionales para afrontar las circunstancias difíciles, queda atascada y se organiza en torno al síntoma; con frecuencia el chico o la chica se refugia en el grupo de pares, que cobra una excesiva primacía.
- *Historia del sistema*: conocer la historia del sistema, tanto las historias individuales como la historia familiar; aporta gran información sobre la cronicidad del problema (desde cuándo está presente el síntoma, desde cuándo se considera que es un problema), así como sobre la gravedad de la disfunción (impacto que ha tenido en el desarrollo de los distintos miembros de la familia, incidencia en la evolución familiar; tratamientos previos, historia de recaídas...); el terapeuta ha de recoger los aspectos transgeneracionales en torno al síntoma (la historia del sistema y la elaboración del genograma siempre debería abarcar al menos la tercera generación), así como las prácticas educativas de los padres transmitidas transgeneracionalmente (Bailey, Hill, Oesterle y Hawikins, 2009; Kovan, Chung y Sroufe, 2009; Lichtwarck-Aschoff, Kinnen y van Geert, 2009; Shaffer, Burt, Obradovic, Herbers y Masten, 2009).

4. Intervención con padres y familias de adolescentes con problemas

Contamos con diversas técnicas de intervención a través de las cuales ir logrando el reequilibrio del sistema familiar y la recuperación de la funcionalidad. El manejo adecuado de todas estas técnicas permite una intervención breve, tan importante para el desarrollo del

adolescente, que economiza sufrimientos y tiempo para toda la familia. Las técnicas de intervención con familias de adolescentes más relevantes son (Fishman, 1990):

- *Establecimiento de límites*: la posibilidad de desarrollar una identidad independiente para prepararse a dejar el hogar depende del grado de corrección con que la familia haya establecido los límites necesarios, lo que a su vez está en función de la etapa del desarrollo en que se encuentre el adolescente. Así mismo, los límites definen tanto a los miembros que están incluidos como a los que quedan excluidos de la intervención (intrincación-desvinculación).
- *Representación*: el terapeuta fomenta la creación de situaciones, escenas, narraciones o metáforas a través de las cuales se representan los patrones de interacción disfuncionales entre los miembros del sistema. Todo ello fomenta la creatividad en el sistema familiar, favoreciendo la emergencia de soluciones no contempladas hasta el momento. Este tipo de técnicas permite, además, ensayar y observar los cambios en la propia sesión de intervención, ya que, de otro modo no se puede garantizar que éstos se hayan producido realmente.
- *Promoción de desequilibrio en el sistema*: a veces, el terapeuta, en lugar de presentar un punto de vista equilibrado, neutral, se incorpora al sistema familiar apoyando a un solo miembro o a un subsistema. El objetivo final es que cambien las señales que dirigen la conducta entre los miembros de la familia, alterando las alianzas de poder dentro del sistema. Aunque se trata de una técnica muy potente, puede resultar especialmente difícil cuando se trabaja con familias de adolescentes, ya que el terapeuta debe mantenerse apoyando al subsistema parental para promover su nivel jerárquico superior, al tiempo que permanece cercano emocionalmente al adolescente.
- *Generar intensidad*: la familia con un hijo adolescente que presenta problemas emocionales o de conducta suele tener una cierta “sordera” (Fishman, 1990) para identificar lo que sucede y para encontrar sus propios recursos para salir de la situación disfuncional. Generando intensidad en la propia sesión de intervención se incrementa la sensibilidad de los miembros del sistema familiar para lograr un efecto amplificado del mensaje terapéutico.
- *Reencuadre*: a través de esta técnica se ofrecen nuevas realidades posibles para que los miembros de la familia puedan experimentarse de forma diferente a sí mismos y a los demás. A través del reencuadre se reformula la realidad disfuncional,

dotándola de un nuevo significado que permite la aparición de patrones de interacción diferentes.

- *Búsqueda de competencia*: se trata de promover los recursos y capacidades con los que cuentan siempre todos los miembros de la familia (Ausloos, 1996), para lograr ampliar las alternativas existentes y para ayudarles a descubrir nuevas identidades más positivas.

Por su parte, Selekman (1996) considera que las claves de la intervención con adolescentes y sus familias son: evitar el etiquetaje diagnóstico; suponer que los pacientes cuentan con las fuerzas y los recursos necesarios para cambiar; considerar la terapia como una empresa cooperativa en la que los pacientes determinan los objetivos; averiguar qué cosas les gustaban o disgustaban de las experiencias terapéuticas anteriores; dedicarle al adolescente un tiempo de sesión individual para evaluar sus necesidades, objetivos y expectativas; hacer participar activamente a auxiliares procedentes de sistemas más amplios e interesados en el caso; por último, ser terapéuticamente flexible e improvisar cuando sea necesario.

En las intervenciones con familias de adolescentes conviene combinar el trabajo con distintos subsistemas, e incluso intercalar un abordaje individual con el familiar. En estas ocasiones, tal como señala Fishman (1990) el terapeuta actúa como un elemento transicional, hasta que otros miembros del sistema pueden asumir esta función. El tiempo de sesión individual con el adolescente conviene dedicarlo a mejorar la relación con él, a negociar con él los objetivos de los padres, a establecer con él un objetivo distinto y a conocer los privilegios que le gustaría obtener de los padres (Selekman, 1996).

En la actualidad son muchos los factores de tipo social que contribuyen a la falta de confianza de los padres en su capacidad para educar a sus hijos (Cagigal, Serrano y Aza, 2008); no vamos a analizarlos en este espacio, pero conviene destacar la relevancia que tiene para el cambio del adolescente y de la familia el hecho de que los padres recuperen la confianza en su capacidad de educar, así como las competencias y habilidades que frecuentemente desconocen en sí mismos. En este sentido, puede resultar muy conveniente el grupo de padres centrado en soluciones (Selekman, 1996), cuyo objetivo general es enseñar a los padres a tomar posesión de su capacidad parental, lo que les ayuda a ser conscientes de sus fuerzas y sus recursos.

El terapeuta que busca el cambio tiene la oportunidad de transmitir a los padres la confianza en sus posibilidades y promover nuevos aprendizajes, creando un contexto de colaboración que favorezca la posición del subsistema parental en el nivel más alto en la jerarquía del sistema familiar. Nos movemos a menudo entre un plano pedagógico y un plano de colaboración (Wester-Stratton y Herbert, 1992) y, para manejar ambos contextos adecuadamente, el profesional debe

trabajar por lograr una relación de apoyo con los padres, devolviéndoles el poder, enseñándoles aquellas habilidades cuando sea necesario, debe interpretar los acontecimientos con una mirada amplia que contempla lo transgeneracional, los aspectos relacionales, lo interactivo, lo circular, liderando el proceso de cambio y desafiando la homeostasis que tiende a estancar a la familia, anticipándose además a las posibles dificultades para preparar alternativas de cambio. A buen seguro que merece la pena el trabajo terapéutico con los adolescentes llamados “difíciles” y sus familias; en mi experiencia, una vez que algo se mueve, el motor de cambio y crecimiento del adolescente se pone en marcha y la recuperación es ya imparable.

Referencias bibliográficas

- AUSLOOS, G. (1995). *Las capacidades de la familia*. Barcelona: Herder.
- BAILEY, J. A.; HILL, K. G.; OESTERLE, S. y HAWKINS, J. D. (2009). *Parenting practices and problem behavior across three generations: monitoring, harsh discipline, and drug use in the intergenerational transmission of externalizing behavior*. *Developmental Psychology*, 45 (5), 1214-1226.
- BAILÍN, C.; TOBEÑA, R., y SARASA, M. D. (2007). *Menores que agreden a sus padres: resultados de la revisión bibliográfica*. *Revista de psicología general y aplicada*, 60(1-2). 135-148.
- SHAFFER, A.; BURT, K. B.; OBRADOVIC, J.; HERBERS, J. E. y MASTEN, A. S. (2009), *Intergenerational continuity in parenting quality: the mediating role of social competence*. *Developmental Psychology*, 45 (5), 1227-1240.
- BRODY, L. R.; COPELAND, A. P.; SUTTON, L. S.; RICHARDSON, D. R. y GUYER, M. (1998). Mommy and Daddy Like you best: perceived family favoritism in relation to affect, adjustment and family process. *Journal of Family Therapy*, 20 (3), 269-292
- CAGIGAL, V. (2006). *Los hermanos de menores diagnosticados de trastorno mental: estudio descriptivo y factores de protección familiar*. En: *Tesis doctorales para la integración. Trabajos ganadores en la convocatoria CAB*. Colombia: Convenio Andrés Bello.
- CAGIGAL, V.; SERRANO, A. y AZA, G. (2008). *La violencia de los hijos hacia los padres*, *Miscelánea Comillas*, 66(129), 439-459.
- CARTER, B. y MCGOLDRICK, M. (eds.) (1989). *The changing family life cycle: a framework for family therapy*, Needham Heights, MA, Allyn and Bacon.
- FISHMAN, H. C. (1990). *Tratamiento de Adolescentes con problemas*, Paidós, Terapia Familiar, Barcelona.
- KOVAN, N. M.; CHUNG, A. L. y SROUFE, L. A. (2009). The intergenerational continuity of observed early parenting: a prospective, longitudinal study. *Developmental Psychology*, 45 (5), 1205-1213.

- LICHTWARCK-ASCHOFF, A.; KINNEN, S. E., y VAN GEERT, P. L. C. (2009). *Here w ego again: a dynamic systems perspective on emotional rigidity across parent-adolescent conflicts*. *Developmental Psychology*, 45 (5), 1364-1375.
- MINUCHIN, S. (1977). *Familias y Terapia Familiar*, Paidós, Barcelona.
- RÍOS GONZÁLEZ, J. A. (1994). *Manual de Orientación y Terapia Familiar*, Instituto de Ciencias del Hombre, Madrid.
- SELEKMAN, M. (1996). *Abrir caminos para el cambio. Soluciones de terapia breve para adolescentes con problemas*, Gedisa, Barcelona.
- WEBSTER-STRATTON, C. y HERBERT, M. (1992). *Troubled families-problem children. Working with parents: a collaborative process*. Sussex: Wiley and Sons.