

Ayudando a padres maltratados con la Resistencia Pacífica

Haim Omer

Introducción

Los padres ya no son solo coadyuvantes en el tratamiento de sus hijos. Hoy en día ellos son clientes en y por sí mismos. De hecho el sufrimiento de los padres no es menos real y no merece menos ayuda que el sufrimiento de los niños. Esta actitud es particularmente válida en los casos de aquellas familias en las que los padres son abusados por su hijo. Mejorar el bien estar de los padres en esas familias no solo se justifica desde el punto de vista de los padres, sino que también los hijos ganaran con ello, particularmente si la mejora es alcanzada a través de un método destinado a aumentar la presencia parental. Ese es exactamente el objetivo de la Resistencia Pacífica (RP). La RP fue originalmente desarrollada en el terreno socio-político. Grupos políticamente desventajados y que se oponían moralmente al uso de la violencia en su lucha contra la explotación y la opresión – pero también sentían que el dialogo y la persuasión por sí mismos eran ineficientes – desarrollaron una variedad de métodos no-violentos para conducir su lucha. La principal autoridad sobre la historia, los principios y las estrategias de la RP es Gene Sharp (1973, 2005), quien describió el amplio alcance de esta doctrina y su influencia en el curso de la historia moderna. La RP como abordaje de consejo a padres fue desarrollada a través de una adaptación sistemática de los métodos descritos por Sharp al terreno de la familia, con el objetivo de ayudar a padres y madres a lidiar con comportamientos agresivos, inadaptados o auto-destructivos de sus hijos e hijas.

Las razones para el uso de la RP

Las razones para el uso de la RP con los progenitores abusados se relaciona con varios factores:

Indefensión

Progenitores abusados (así como padres y madres que abusan) se ven a menudo a sí mismos, teniendo menos poder que el hijo o hija (Bugental et al., 1989, 1997) y se sienten derrotados de antemano, cuando tratan de resistir a exigencias inapropiadas o se enfrentan con la violencia. Dichos padres reaccionan a menudo impulsivamente, sea atacando, sea capitulando u oscilando entre los dos (Chamberlain & Peterson, 1995). El training en RP reduce la indefensión, la sumisión y las reacciones violentas de los padres al comportamiento violento de sus hijos (Lavi-Levavi, Schachar & Omer, 2013; Ollefs et al., 2009; Weinblatt & Omer, 2008). Dicha triada de reacciones parentales negativas perpetúa al ciclo negativo del abuso.

Escalada

El ciclo del abuso se nutre de los dos tipos de escalada que fueron descritos por Bateson (1972): la escalada complementaria, en la cual la sumisión parental aumenta las exigencias

del hijo y el abuso, y la escalada simétrica, en la cual la hostilidad genera hostilidad, y el abuso se multiplica. La RP fue desarrollada específicamente para contrarrestar esos dos tipos de escalada (Omer, 2016).

Poder y control

No es verdad que todo uso de poder es ilegítimo. Gandhi, el apóstol más fiel de la Resistencia Pacífica, subrayó que las solicitudes o exigencias que no son respaldadas por el *poder de resistir* suelen tener poca influencia (Sharp, 1973; 2005). El lenguaje de la RP es en consecuencia un lenguaje de lucha. La filosofía de la RP propone que una persona o un grupo que en principio, renuncia a la lucha, contribuye a la perpetuación de la violencia. Sin embargo la lucha tiene que ser estrictamente pacífica. El militante de la RP tiene que aprender a rehuir cualquier ataque físico o verbal y abstenerse de cualquier acción o expresión que mire a humillar o insultar al adversario. Por eso nosotros hablamos abiertamente de la *lucha* contra los comportamientos abusivos, pero esa *lucha* es profundamente distinta de lo que la palabra *lucha* significa en general. Porque:

- a) Los padres mantienen una actitud estrictamente pacífica y no-humillante.
- b) Los padres asumen la responsabilidad por su propia contribución al proceso de escalada.
- c) El objetivo de los padres es protegerse, resistiendo a los comportamientos abusivos del hijo y – en la medida del posible – protegiendo al niño contra su propia violencia lo cual contrasta profundamente con otros tipos de lucha en los que el objetivo es de derrotar al contrincante.
- d) Los padres se esfuerzan por mantener y nutrir los elementos positivos de la relación padre-hijo, al mismo tiempo que luchan contra la violencia del niño.

Dichas características nos justifican que se caracterice la RP como una forma constructiva y no destructiva de lucha (Alon & Omer, 2006). En la RP los padres se centran en *resistir* y no en *controlar* los comportamientos destructivos del niño. Tal y como lo formuló Gandhi, un principio fundamental de la RP dice que no podemos determinar la reacción del adversario, solo la nuestra. Es por esto que emplear la RP con la expectativa de que el adversario renuncie de inmediato a la violencia o a la opresión es una ilusión. De esta manera, los efectos de la RP se manifiestan primeramente en el bando que la emplea, y a medida que los militantes se tornan menos impotentes, restauran su autoestima y aprenden a encauzar su frustración a través de acciones productivas. Dichos procesos crean una nueva situación que dificulta la supervivencia de la violencia y de la opresión. Éste mecanismo es aplicable a nuestro método de training para padres: Los padres aprenden a resistir a la agresión de su hijo a medida que ellos desarrollan la tenacidad, el aguante, el auto-control, y la capacidad de contrarrestar la escalada. Nuestro mensaje a los padres es: *vosotros no tenéis que vencer, solo tenéis que resistir*. Al desarrollar la capacidad de resistir, el sufrimiento y la humillación de los padres disminuyen antes de que el niño llegue a renunciar a su comportamiento violento. Gradualmente, como resultado de la nueva situación, también la violencia del niño merma.

Habitación

Quien observe una familia en la que los padres sufren abuso, tendrá la impresión de que los padres aceptan pasivamente ofensas y ataques flagrantes. A menudo, es el observador externo quien siente la indignación que parece que deberían sentir los padres. Esa aparente aceptación pasiva, es el resultado de un largo proceso de habitación (Patterson, Dishion, & Bank, 1984). Cuando perciben constantemente que son incapaces de cambiar el ciclo del abuso, los padres desarrollan una técnica de supervivencia más natural: aprender a no sentirlo. Para que podamos contrarrestar el factor insidioso de la habitación, tenemos que resensibilizarlos respecto al abuso de que sufren. Uno de los primeros objetivos de la RP en el campo político es la de superar la habitación y la aceptación pasiva. Los oprimidos tienen que ser ayudados a vivenciar la indignación y la esperanza. De hecho ambas van de la mano: la esperanza de poder resistir permite a los oprimidos volver a sentir la indignación moral y vice-versa. Dicho doble proceso, es también una de las características del training de padres en RP donde los padres son resensibilizados para poder percatarse del abuso y caracterizarlo como tal, al mismo tiempo que aprenden a reaccionar al abuso a través de la RP.

Presencia

La RP es altamente relevante para padres porque es la única forma de lucha que se produce a través el contacto y la presencia. Las estrategias de la RP en el área socio-política, se manifiestan principalmente a través del posicionamiento personal de los militantes, cuya presencia tenaz tiene como objetivo, obstruir los mecanismos de opresión. Entre los ejemplos clásicos, se incluye la lucha que sostuvo Gandhi en contra del monopolio inglés sobre la sal, mediante una marcha con millares de seguidores que se dirigió al mar para extraer la sal con sus propias manos; también desmantelaría la discriminación racial con autobuses en Alabama, a través de la acción decidida de un número limitado de militantes negros, que subieron a los autobuses y se sentaron en sillas reservadas a los blancos. Paralelamente la RP parental funciona a través de la manifestación tenaz de la presencia parental. Los padres aprenden a acudir personalmente a los sitios donde su hijo adolescente se involucra en actividades peligrosas o a practicar sentadas en la habitación de los niños como forma de resistencia a un comportamiento inaceptable. A través de dichas acciones los padres transmiten el siguiente mensaje: *Somos tus padres. No nos dejaremos paralizar, ignorar o desechar.* De esta manera, la RP rechaza las prácticas autoritarias que se basan en la distancia y las amenazas, optando en su lugar por la presencia. Dicha elección es particularmente importante en los casos de niños abusivos, en los cuales la tentación de rehuir a la violencia a través del alejamiento es muy fuerte.

Apoyo y transparencia

En contraste con los movimientos clandestinos de lucha, la Resistencia Pacífica rechaza el secreto y escoge la transparencia y la publicidad. Hay varias razones para esta elección:

1. La transparencia es el único método que moviliza un amplio apoyo.

2. La transparencia induce a que terceros e incluso miembros del bando violento, a tomar una posición contra la violencia y la opresión.
3. La transparencia aumenta la perseverancia de los militantes a la no-violencia, lo cual podría flaquear si la resistencia se realizase a través del secreto.
4. El secreto procede del miedo y a menudo lo perpetua.

Todos estos procesos son crecidamente pertinentes para los padres abusados ya que la RP ayuda a los padres a levantar el velo del secreto que oculta el comportamiento de sus hijos y los sucesos que acontecen en casa. La franqueza ayuda a los padres a movilizar el apoyo de parientes y amigos, rescatándolos del aislamiento. De esta manera, la predisposición a abrirse con amigos y parientes, fortalece el compromiso de los padres a abstenerse con rigor de cualquier violencia o humillación. El valor que manifiestan cuando levantan el secreto aumenta su moral y determinación. Además, la presencia de apoyos externos favorece a menudo, las voces positivas que en la mente del niño se oponen a la propia violencia. Es por esto que la franqueza, la transparencia y la movilización de apoyos, entre otros, los cimientos de nuestro programa. Sin embargo, muchos padres requieren bastante persuasión hasta llegar a optar por la apertura, aunque ésta será siempre selectiva, ya que son los padres quienes decidirán siempre quién será involucrado. Así pues, pese a las dificultades, la mayoría de los padres acepta la necesidad de abrirse, llegan a obtener extraordinarios beneficios en la transición de una resistencia aislada, a una resistencia apoyada.

Respeto y reconciliación

Líderes como Gandhi y Martin Luther King no se dieron por satisfechos solo con la abstención de la violencia: ellos exigieron (a sí mismos como a sus seguidores) que los actos de resistencia fueran acompañados, en tanto a que resultase humanamente posible, por un respeto real por el adversario. Esa posición no caracteriza todos los movimientos de Resistencia Pacífica, de hecho, algunos críticos argumentaron que tal exigencia podría desalentar a seguidores potenciales (Sharp, 1973). No obstante hay una lógica profunda en la posición de Gandhi y Martin Luther King, que supone que el bando adversario no es homogéneo, pero también cuenta con voces que disienten de la tendencia violenta u opresora. De esta manera, aquellos actos que manifiestan respeto y reconciliación sirven para fortificar las voces positivas en el campo violento. En contraste, abstenerse de tales actos y ceder a la tendencia de humillar al contrincante, fortalece las voces violentas. En el contexto de las relaciones entre padres e hijos este argumento es particularmente válido. Nuestra hipótesis más básica es que hay amor entre los padres y el hijo abusivo, aun cuando dicho amor se encuentra enterrado en ese instante por el abuso. Aquellos actos parentales que demuestran respeto y reconciliación (pero no significan capitulación) se basan en sentimientos existentes y aumentan las probabilidades de que tales sentimientos nutran interacciones positivas. Así pues los padres que en nuestro programa comienzan a llevar a cabo, actos de reconciliación (por ejemplo mensajes de aprecio, regalos simbólicos, propuesta de actividades en común, y a veces también la confesión de errores pasados) se sienten a menudo más comprometidos en su determinación de resistir, en lugar de la posición contraria. Asimismo, los gestos de reconciliación los libera del rol de "malos" y les permite tomar medidas de resistencia sin sentirse culpables.

Resistiendo al abuso con la RP: medidas prácticas

1. Concienciación de las víctimas del abuso

El primer paso del programa es ayudar a los padres a tomar conciencia del hecho de que son víctimas de abuso y que ellos pueden y deben resistirlo de un modo pacífico. El proceso de concienciación con respecto al abuso y la posibilidad de resistirlo es el mismo. Es decir, cuando se vuelven conscientes de la posibilidad de resistirse pacíficamente, los padres toman conciencia de que el abuso no conlleva indefectiblemente, la escalada o la desesperación. No es suficiente con suscitar la indignación de los padres sobre el abuso, también hay que ofrecerles opciones alternativas de resistencia. De esta forma, es necesario dirigir el proceso de toma de conciencia en dos planos diferentes: re-sensibilizar a los padres para que se den cuenta de las situaciones de abuso y promover la concienciación de que la violencia puede ser resistida de manera no violenta. Un elemento central en ese proceso es el de clarificar a los padres que las reacciones impulsivas alimentan el ciclo de la violencia y otorgan al hijo una justificación para continuar usándola.

Ejemplo 1: Jerry

Jerry (12 años) es un muchacho con un funcionamiento social positivo fuera de casa y un estudiante medio en la escuela. Por el contrario en casa su comportamiento es totalmente distinto: es extremadamente exigente y agresivo con su madre, usa amenazas y actos violentos contra ella, al mismo tiempo, ignora a su padre, comportándose con él como si no existiera. Cuando el padre intenta intervenir en las interacciones abusivas de Jerry con su madre, Jerry lo silencia a través de provocaciones ("¿Alguien habla contigo?" "¿Alguien ha pedido tu opinión?"), llegando a amenazar con llamar a la policía si el padre lo toca. Desde que en una ocasión su padre reaccionó abofeteándolo, Jerry trae consigo un bisturí que le ha regalado un amigo, hijo de un cirujano. Jerry ha llegado a mostrar dicho bisturí a su madre para respaldar sus amenazas.

Una entrevista detallada con los padres no reveló ninguna historia de violencia por parte del padre hacia Jerry o ningún otro miembro de la familia, hasta que los sucesos del último año llevaron al padre a sentirse forzado a reaccionar como lo hizo. El padre sentía que la violencia y la distancia de Jerry hacia él y su madre, le había robado su paternidad: se sentía cada vez más aislado e indefenso. El primer objetivo terapéutico fue concienciar a los padres de que el comportamiento abusivo de Jerry, estaba siendo mantenido por la sumisión de la madre y por la oscilación del padre entre la pasividad forzada y las reacciones impulsivas. Dicho proceso se produjo en paralelo a una introducción a la RP. Así pues, los actos de Jerry fueron etiquetados como *abuso* y *violencia* y el terapeuta solicitó a los padres que realizaran una lista detallada aquellos actos que Jerry había acometido en su contra o la de sus hermanos y que eran constitutivas de abuso. Frecuentemente en la fase de re-sensibilización, los padres se sorprenderán en descubrir lo frecuentes e hirientes que son las interacciones abusivas, no solamente para ellos, también para sus otros hijos.

2. Entrenamiento para la prevención de la escalada

La violencia contra los padres no emerge de la nada, es precedida a menudo por un agravamiento de las reacciones emocionales, que los padres nutren sin querer. Es por esto que durante las sesiones terapia las situaciones de escalada son analizadas junto a formulaciones y ensayos sobre las diferentes formas de reaccionar con autocontrol (Omer, 2016). Formulamos tres frases para ilustrar la posición de prevención de escalada en la RP:

¡Hay que golpear el hierro mientras está frío!

¡No puedes controlar al niño, solo a ti mismo!

¡No tienes que ganar, solo persistir!

Estas frases tienen un significado especial en las situaciones de maltrato. La primera (hay que golpear el hierro mientras está frío) tiene como objetivo ayudar a los padres a superar el impulso de reaccionar de manera inmediata a los comportamientos agresivos del hijo. Las reacciones inmediatas ocurren en los momentos de máxima tensión y es por esto que el riesgo de escalada es alto. Es por esto que proponemos a los padres reaccionar a las exigencias o provocaciones del niño solo mientras el hierro esté frío. De esta manera, los padres aprenden a respirar hondo, a aplazar su reacción y a planear la forma en la que van a resistir al abuso y al maltrato. Es decir, los padres no quedan pasivos en el momento del ataque o de la provocación, pero reaccionan de un modo que demuestra su nueva actitud. Por ejemplo, un padre que sufre un ataque de violencia verbal por parte de su hijo puede decirle: "No voy a reaccionar ahora a tu agresión, pero pensaré cómo protegerme. "Más tarde te diré lo que he decidido. El niño podrá burlarse del padre, pero el padre sabrá que cumplirá lo que ha dicho. Después de una o dos ocasiones en las que el padre reaccione, el niño sabrá que él ya no es una víctima pasiva. En los casos más graves, en los que el niño ataca a los padres físicamente, éstos deben protegerse como puedan y tienen que contactar con miembros del grupo de apoyo. En algunos de nuestros casos, los padres se han llegado a encerrar con el móvil en su habitación o en el baño y han llamado a su red de apoyo para que acuda. En aquellos casos en los que la red ha sido anteriormente entrenada para esta situación, la crisis se ha transformado en una oportunidad de resistencia.

La segunda expresión (No puedes controlar al niño, solo a ti mismo) tiene como objetivo modificar las actitudes dominantes ("¡yo soy el jefe!") que tienden a tornar la relación padre-hijo en un juego a suma cero. Abandonar las tentativas de controlar al hijo y centrarse en mejorar el autocontrol, es una de las claves de la RP. Los padres aprenden a decir explícitamente: "no puedo controlar tu lengua (o tus manos), pero puedo controlarme a mí mismo." Enfatizar el autocontrol en lugar del control sobre el niño, cambia un aspecto central de los procesos de escalada que caracteriza a las interacciones abusivas. La tentativa de callar a un niño abusivo, gritándole "¡Cállate ya!" es casi una invitación al niño a hacer lo contrario. En la RP la compulsión de controlar es reemplazada por el deber de resistir. Cuando resistimos, asumimos que no tenemos control sobre el otro. Sin embargo, la fuerza positiva transmitida por la Resistencia Pacífica, compensa con creces el reconocimiento de los padres acerca de que no tienen control sobre su hijo. Así pues, el resultado es un aumento del poder positivo de los padres.

La tercera expresión (¡No tienes que ganar, solo que persistir!) es una síntesis de las dos otras. Ésta aúna el factor tiempo con la renuncia al control. El mensaje de la persistencia es un buen antídoto contra la necesidad de reaccionar con urgencia, elemento que agrava la interacción abusiva. Durante el tratamiento se ayuda a los padres a desarrollar una horquilla de tiempo que puede abarcar días, semanas y meses, en vez de minutos. Eso no solo permite a los padres protegerse, también ofrece al hijo un ancla ya que en una interacción en escalada las impulsiones del niño son multiplicadas por las impulsiones de los padres. De hecho, en nuestro estudio sobre niños con trastornos de ansiedad, describimos una situación parecida donde la ansiedad del niño es multiplicada por la ansiedad que sienten los padres a que el hijo pueda caer en pánico. En nuestro tratamiento a los padres de esos niños, al igual que a los padres de niños agresivos, son ayudados contrarrestar dicha tendencia, transmitiendo un nuevo mensaje: "Nosotros pensábamos que no seríamos capaces de soportar tus impulsos de rabia (o ansiedad), ahora somos capaces de hacerlo y por eso creemos que también tu puedes soportarlos."

3. La declaración

En las primeras sesiones, los padres preparan una "declaración" semi-formal en la que anuncian a su hijo que van a resistir el abuso y que no lo van a guardar más en secreto. La declaración cumple una serie de objetivos:

1. Es un acto de apertura, casi un ritual de transición a una nueva fase de la vida de la familia.
2. Enuncia los propósitos de los padres de manera que confiere legitimidad a sus acciones.
3. La declaración irradia autocontrol. Los padres actúan de manera independiente al beneplácito del hijo.
4. Levantar el secreto modifica profundamente la ecología del problema.
5. Presenta un frente unido (cuando es posible, los padres deben realizar la declaración conjuntamente). En familias monoparentales el padre o la madre pueden ser sostenido o sostenida por un miembro su red de apoyo).

Los padres hacen la declaración verbalmente y por escrito, normalmente en la habitación del hijo. Sigue un ejemplo:

Querido Tom

No aceptaremos más actos abusivos de tu parte. No quedaremos pasivos, resistiremos a las amenazas, a la violencia y a las humillaciones, con todas nuestras fuerzas y por todos los medios posibles excepto el de golpearte. No continuaremos aislados, sino que recibiremos la ayuda de aquellos que puedan ayudarnos. Comprendemos que la violencia no es un acto privado porque afecta a todos. Hacemos esto porque no queremos perderte o dejar que la violencia envenene nuestras vidas.

Tus padres que te quieren muchísimo.

Con la ayuda del terapeuta los padres ensayan cómo hacer la declaración y cómo reaccionar sin escalada a las reacciones del hijo. Los padres contestan: "¡Pero él nunca asentirá!" "¡Él romperá la hoja!" "¡El huirá!" Esa es una buena oportunidad para clarificar que la RP no depende de la aprobación del hijo. Así si el hijo rehúsa a oír o leer, los padres dejarán la declaración en su mesa. Si el hijo rompe la hoja, los padres pueden decir: "No esperábamos que estuvieras de acuerdo. Te estamos dando esto, porque queremos ser justos contigo, es para que sepas lo que nosotros vamos a hacer." Cuando los padres logran entregar la declaración con dicha actitud (y la gran mayoría es capaz de hacerlo), ya están a camino de la Resistencia Pacífica.

4. El grupo de apoyo

Casi siempre tenemos una sesión terapéutica con un grupo o red de apoyo, constituido por parientes y amigos de los padres. Para preparar ese encuentro los padres escriben, con nuestra ayuda, un mensaje a la red con una escueta descripción del problema y una petición de ayuda. Por ejemplo:

Queridos Silvia y Jack

Como vosotros sabéis, Maria es abusiva y violenta contra nosotros, especialmente contra su madre. Ahora estamos en una terapia para padres, en la que estamos aprendiendo a resistir a la violencia de Maria de manera pacífica pero con determinación. Ahora comprendemos que si nos aislamos y mantenemos el problema en secreto, estamos empeorando la situación. Por eso queremos invitaros a una sesión de grupo de apoyo a nosotros, con nuestro terapeuta. Estaremos también agradecidos, si en las próximas semanas podéis venir a visitarnos a casa y si Maria colabora, tener una breve charla con ella. Si ella no quiere participar, le podéis dejarla un mensaje por escrito. En todo caso, vuestra visita será importantísima para nosotros.

Vuestros amigos Alberto y Jenny.

Muchos padres presentan dificultades para abrirse a los otros, bien porque sienten vergüenza, porque temen que eso pueda perjudicar a su hijo o porque tienen miedo a que él reaccione con violencia. Lidar con dichos reparos es una de las principales funciones del terapeuta de RP. A veces el apoyo de otros padres que tienen experiencia con la RP puede ayudar a convencerlos. Asimismo, los padres también pueden reclutar sus apoyos individualmente. Los miembros que habitualmente conforman dicha red son los abuelos u otros miembros de la familia extensa, amigos de los padres y en ocasiones los padres de alguno de los amigos de su hijo. Además, no es preciso que la red de apoyo viva cerca de la familia, ya que también pueden ayudarles a través del teléfono, Skype o e-mail. Empleamos con frecuencia personas que viven en el exterior, especialmente en el caso de migrantes. De esta manera, la ayuda de abuelos o tíos que llaman del exterior para hablar con el hijo abusivo puede ser muy eficiente.

Actos de resistencia

La mayoría de los actos de resistencia pertenecen a tres categorías: a) La documentación y la implicación de la red de apoyo; b) las sentadas, y c) la rehusa sistemática a la violencia.

a) La documentación y la implicación de la red de apoyo

El propio hecho de que la red de apoyo sea informada sobre los maltratos y de que el niño se entere de que éstos harán todo lo posible por ayudar, constituye un acto significativo de resistencia. Ningún niño o adolescente es inmune a la opinión de los demás, si bien muchos niños intenten hacer como si no les importara.

Los padres empiezan por documentar el maltrato y el abuso – sea por escrito o a través de fotografiar los estragos. No es recomendable que los padres documenten el abuso en el momento en el que ocurre (por ejemplo, grabando o filmando el ataque) porque eso lleva a menudo a una escalada. Escribir o tomar fotos más tarde es lo más recomendable, porque dichas actividades pueden ser realizadas *mientras el hierro está frío*. Tras enviar la documentación a la red de apoyo deberán hablar con el niño. No es necesario que muchos ayudantes contacten con el niño en cada incidente, bastan dos o tres. Sin embargo los padres deben decir al niño claramente que la violencia no será mantenida en secreto por más tiempo, y que ellos informarán a sus apoyadores cuando sientan que sea necesario. Los padres solicitarán a la red de apoyo que hable con el niño de manera positiva, pero que dejando claro que saben lo que pasó, que la violencia es inaceptable y tiene que cejar, y que ellos están seguros que el niño es capaz de superar su problema. En el ejemplo siguiente la abuela del niño violento le llama del exterior:

Hola Mark. ¡Es tu abuela quién habla! Tu madre me llamó hace algunas horas y yo me quedé sorprendida porque sabía que era más de media noche en Tel Aviv. Ella me contó que la pelea que tuvisteis y como tú la insultaste. Ella me dijo también que tiraste tu plato con la comida al suelo. Tú sabes que yo te quiero y que estoy esperando ansiosamente tu visita en del próximo verano. Pero eso tiene que cejar. Eso es violencia y abuso hacia tu madre. Si te sientes en rabia con tu madre puedes llamarme y yo intentaré ayudarte. Pero eso tiene que parar. Yo confié en ti y estoy segura que puedes manejar este incidente mejor. Sí, yo comprendo que tienes quejas, y estoy lista para ayudarte a encontrar una solución aceptable. Pero golpear e insultar no serán parte de ninguna solución. Quiero que nos mantengamos en contacto. Yo estaré también en contacto con tu madre a diario y le pediré que me tenga al corriente.

En la terapia los padres reciben una preparación detallada de cómo lidiar mejor con las reacciones del niño. Esa preparación fortalece a los padres enormemente. Cuando se tornan capaces de implicar a apoyos sistemáticamente y de regir a los ex-abruptos y a las provocaciones del niño sin llevar a una escalada, los padres ya se sentirán cambiados.

b) La sentada

La sentada es una intervención que se tornó emblemática de la RP, entre otras porque es la más representativa de la RP en la lucha social. Es importante comprender que la sentada es una medida de resistencia y no una medida disciplinaria para controlar el niño o para

modificar su comportamiento inmediatamente. De hecho la sentada afecta más a los padres que al niño. La preparación de la sentada, la creación de guiones sobre las diversas posibilidades de cómo el niño reaccionará y como los padres pueden manejar la situación, la intención de mantener el control de sí-mismos, todo esto convierte a la sentada un excelente entrenamiento en RP.

De hecho la sentada es un entrenamiento en un contexto de la vida real. En la sentada los padres entran en la habitación del niño (en familias monoparentales la madre o el padre pueden ser acompañados por un ayudante, sea personalmente, sea por móvil), se sientan y le dicen al niño: "Estamos aquí porque no estamos dispuesto a aceptar más este tipo de comportamiento abusivo que demostraste hoy. Nos quedaremos sentados hasta que tú propongas un modo de cejar el abuso." Enseguida los padres se quedan callados, sin predicar, sermonear o explicar. En la preparación de la sentada, el terapeuta ayuda a los padres a desarrollar reacciones apropiadas para el caso en que el niño los ataque, intente expulsarlos, los ridiculice, o simplemente los ignore. La sentada en general dura 30 minutos hasta 1 hora. Si el niño hace una propuesta, hay lugar para un corto diálogo. Si el niño no propone nada, los padres no deben hacer propuestas. El éxito de la sentada no está en función de las propuestas, sino de la capacidad de los padres para permanecer sentados sin ser arrastrados a una escalada o a una discusión infructífera. Después de la sentada, el terapeuta examina los detalles de su actuación con los padres, enfocándose en los elementos positivos y en la experiencia de los padres de haber manifestado su presencia de una forma decidida. Eso lleva a menudo a una nueva conciencia de sí-mismos, en la que los padres se percatan de su propia fuerza y de su peso, y están menos "hipnotizados" por las reacciones negativas del niño. Ese cambio es ilustrado en el ejemplo siguiente:

Una madre sola y obesa de una hija violenta de 15 años hizo una sentada después que la muchacha le pateara y le robara el dinero. La madre recibió el apoyo de su hermano, al que la hija respetaba. La madre se sentó en una silla y bloqueó la puerta trayendo consigo el móvil encendido y con el hermano en línea. La hija, que normalmente habría atacado a su madre, no lo hizo a causa de su tío que estaba presente en el teléfono. En vez de abalanzarse sobre la madre, la hija intento empujarla, pero la madre se pegó al suelo con todo su peso. Tras dos o tres minutos la hija vio que no podría empujar la madre, murmuro unas palabrotas, y se tumbó en la cama con la cara hacia la pared. La madre se quedó en la habitación, callada, por casi una hora. En la sesión de terapia la madre informó al terapeuta sobre su experiencia y de repente empezó a sonreír para sí misma. Cuando el terapeuta le pregunto porque sonreía, la madre contesto: "Fue la primera vez en mi vida que no me arrepentí de no haber hecho régimen". Esa experiencia se tornó emblemática para la sensación de la madre de que tenía peso. Aunque la hija no hizo ninguna propuesta, la sentada afecto profundamente la sensación y la posición de la madre.

c) La retirada planeada de servicios

Aunque la retirada temporánea de servicios de un niño violento puede parecer similar a los castigos comunes, el espíritu en que eso es realizado en la RP es muy distinto. Los servicios no son retirados como un refuerzo negativo, con el fin de modelar la conducta del niño. De hecho, decimos a los padres específicamente que es muy probable que el niño se rehusara a

mejorar su comportamiento para no perder la cara y no sentir que esta "perdiendo". En la retirada de servicios de la RP los padres comunican al hijo (y a sí mismos), que en un contexto de violencia, los servicios que normalmente son prestados con buena voluntad se tornan señales de explotación. Rehusando los servicios temporáneamente, los padres pasan el mensaje: "¡No seremos víctimas pasivas de explotación!" Si un ayudante de los padres repite ese mensaje, el impacto es aún mayor. Por ejemplo, un miembro de la red de apoyo, dijo a un adolescente abusivo: "Yo sé que tus padres decidieron no darte el coche por una semana. Ellos lo hicieron porque se sintieron, con razón, humillados por ti. ¡Si tú humillas a tus padres, ellos tienen todo el derecho de rehusar a ser explotados!" El ayudante puede entonces ofrecer su ayuda en la negociación de una solución aceptable para ambos lados. Aun si la propuesta no sea aceptada por el hijo, el mensaje no pierde su impacto.

La retirada de servicios funciona mejor cuando es temporal y cuando ella no hace daño a las interacciones positivas con el hijo. Así pues, la retirada no irá acompañada por una negativa de hablar con el hijo, ya que aumentaría la distancia mutua. La retirada también no debe ser acompañada por condiciones del tipo "Tu no recibirás el coche hasta que te comportes con respeto" porque ese tipo de condición aumenta la sensación de duelo. La retirada de servicios es un acto simbólico de protesta, mediante el cual los padres superan su condición de víctimas pasivas en un modo que es legitimada por la red de apoyo. Como la sentada, eso es una parte del proceso de resistencia y no una medida asolada destinada a hacer que el niño obedezca. Cuando los padres restauran los servicios ellos pueden decir: "Nosotros lo hacemos porque te queremos." Ese mensaje puede ser reforzado por uno de los ayudantes, que dice al niño: "Hablé con tu madre. Ella ya no se siente ofendida, por eso puede darte el coche con una sensación positiva." No es necesario convencer al niño a comulgar con esa interpretación – basta transmitir el mensaje. De esa manera la restauración de los servicios es un gesto espontáneo de reconciliación. Tales gestos son muy importantes en la RP.

5. Gestos de reconciliación

En el mismo tiempo en el cual los padres resisten a la violencia y la humillación, ellos son alentados a hacer gestos de cariño y apreciación hacia el niño. Esos gestos no son un premio por buena conducta, pero si manifestaciones incondicionales de amor paternal. El valor de esos gestos es más que sentimental: ellos miran también a reforzar las voces positivas en la mente del niño.

Los padres objetan a menudo cuando se les propone la idea de gestos de reconciliación: "¡Ella pensará que somos débiles!" Ese comentario ofrece una buena oportunidad para una discusión sobre el tema "fuerza". La posición de la RP es que la fuerza parental no está condicionada al reconocimiento del niño, sino a los actos de los padres, su red de apoyo, y su disponibilidad a perseverar.

Los gestos de reconciliación más comunes son mensajes de aprecio, regalos simbólicos, propuestas a actividades conjuntas, pequeños servicios espontáneos, y a veces también la expresión de remordimiento por errores parentales pasados. Jakob y colaboradores (2014) argumentaron que esos gestos pueden llevar a la renovación del diálogo de cariño que a veces está bloqueado a causa de interacciones difíciles con un hijo agresivo.

- Alon, N. & Omer, H. (2006). *The Psychology of Demonization: Reducing Conflict and Promoting Acceptance*. Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ
- Bateson, Gregory (1972). *Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*. Chicago: University Of Chicago Press.
- Bugental, D.b., Blue , y Cruscosa, M. (1989). Perceived control over caregiving outcomes: implications for child abuse”, *Developmental Psychology*, 25(532-539)
- Bugental, D., Lyon, J.E., Krantz, J. Y Cortez, V. (1997). Who’s the boss? Accessibility of dominance ideation among individuals with low perceptions of interpersonal power. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1297-1309.
- Chamberlain, P. y Patterson, G.R. (1995). Discipline and child compliance y parenting. En M.H. Bornstein (comp.), *Handbook of parenting*, 1,205-225.
- Lavi-Levavi I., Shachar I., Omer H. (2013). Training in nonviolent resistance for parents of violent children: differences between fathers and mothers. *Journal of Systemic Therapies*, 32, 79–93.
- Ollefs B., von Schlippe A., Omer H., Kriz J. (2009). Jugendliche mit externalem problemverhalten. Effekte von elterncoaching. *Familiendynamik*, 34, 256–265
- Sharp, G. (1973). *The politics of nonviolent action* (3 vols.). Boston: Porter Sargent
- Sharp, G. (2005). *From Dictatorship To Democracy: A Conceptual Framework for. Liberation*. Kindle Editio.
- Weinblatt U., Omer H. (2008). Nonviolent resistance: A treatment for parents of children with acute behaviour problems. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34, 75–92.