

MARCIA KARP PSICOTERAPUETA Y FORMADORA DE PSICÓLOGOS

“Los secretos destruyen la familia”

El marido, la mujer, los hijos, los suegros... Los conflictos surgen en todas las familias. Marcia Karp, psicoterapeuta estadounidense, impartió un seminario en Pamplona para mejorar las relaciones. La clave, dice, es entender al otro.

SONSOLES ECHAVARREN
Pamplona

Una abuela y una madre que tienen una opinión distinta sobre el cuidado de la nieta; un marido y una mujer que no se sienten comprendidos mutuamente o un hijo que no acepta al nuevo novio de su madre... En la vida diaria de todas las familias existen conflictos. Más o menos graves. Para aprender a resolverlos no existe más que una clave: ponernos en el lugar del otro. Eso es lo que cree la psicoterapeuta estadounidense Marcia Karp, nacida en Wisconsin hace 68 años. Y sabe de lo que habla. Casada, madre de cinco hijos, abuela de cinco nietos y bisabuela de cuatro bisnietos, impartió en Pamplona un seminario sobre *Cómo sobrevivir a la familia*. Organizado por el Instituto de Métodos Grupales de Navarra, en él participaron maestros, profesores, psicólogos clínicos, psiquiatras, trabajadores sociales o consultores de empresas.

¿Tan difícil es la vida en familia que hay que sobrevivir a ella?

Es cierto que en la convivencia diaria surgen muchos problemas entre los miembros de una familia. Pero el título del seminario responde más a la idea de que cada persona es única y tiene que “sobrevivir” por encima de los condicionamientos familiares. Es decir, ser uno mismo a pesar del padre, la madre...

¿Y eso cómo se consigue?

En teoría es muy sencillo; cogiendo lo bueno de los que nos rodean y dejando lo malo a un lado. Tirar lo que ofende a nuestra alma.

¿Cuál es la receta para ser felices en nuestra familia?

Lo más importante es entender qué hay en la mente del otro, intentar comprender sus pensamientos y sentimientos. Muchas personas se sienten humilladas, minimizadas porque pensamos que sólo dicen tonterías. Sin embargo, debemos ser conscientes de que cada individuo, incluidos los niños pequeños, ocupan un lugar irremplazable en la familia.

Pero sobre todo, debemos tener en cuenta una cosa: no debe haber secretos. Nunca. Los secretos destruyen la familia.

Además de la familia nuclear (padres, hijos), pasamos mucho tiempo con la familia más extensa (abuelos, tíos, primos...). ¿Cuántas más personas distintas, más problemas?

Surgen muchas discusiones. Sobre todo con los abuelos, porque los niños pasan cada vez más tiempo con ellos. Incluso, a veces, llegan a conocer a los niños mejor que sus propios padres. Lo que ocurre es que las madres que trabajan suelen sentirse culpables por pasar poco tiempo con sus hijos y, para compensar, toman siempre las decisiones. Por ejemplo, la abuela dice que no le corte el pelo a la niña; y la madre, lo contrario. Y ahí ya ha surgido la discusión. El problema no son las discusiones, que pueden ser positivas, sino que el niño no sepa qué hacer. A veces no sabe si obedecer a la madre o a la abuela y lo que hace es no decir nada para no herir a nadie.

Siempre se dice que la relación familia-escuela debe ser fluida y que los primeros educadores son los padres. ¿Cómo afectan a la vida escolar de los niños los problemas familiares?

Siempre se notan, más o menos. Un niño que está atravesando un mal momento en su familia puede tener un peor rendimiento es-



La estadounidense Marcia Karp, de 68 años, en un momento de la entrevista, en su visita a Pamplona. J. SESMA

colar. Pero no siempre ocurre. Lo más importante es que el profesor informe a los padres de lo que le preocupa de sus hijos y viceversa. Debe haber mucha sintonía y comunicación. Los niños, a veces, cuentan cosas a sus profesores que no dicen a sus padres y, al revés. También puede ocurrir que si tienen un problema en el colegio sólo se lo cuenten a la madre o al padre; y no al otro porque se preocupa o le riñe más.

El humor y el juego

Entonces, ¿cómo deben comportarse los padres para que sus hijos se sientan seguros?

Lo más importante es que los pa-

EN FRASES

“Hay abuelos que pasan mucho tiempo con sus nietos y los conocen mejor que sus propios padres”

“La nueva pareja del padre debe ser una amiga del niño, pero debe dejarte claro que nunca ocupará el lugar de su madre”

dres pueden reflejar como en un espejo la imagen que el niño da. Que sepan, con sólo mirarle, qué le ocurre, si está triste, enfadado, enfermo... Pero si los padres están muy preocupados por su trabajo, el dinero y otros asuntos... no pueden prestarle esa atención al niño. Y repito, no debe haber nunca secretos. Aunque sean pequeños, se les debe de explicar lo que ocurre en la familia. Para que los niños se sientan bien es fundamental el sentido del humor y jugar con ellos. El juego es para los niños lo que el trabajo para los adultos. Si a un niño se le da la comida haciendo un avión con la cuchara, lo aceptará mejor que si le gritamos para que abra la boca.

Padres, madres, madrastras e hijos con dos casas

Cada vez hay más familias reconstruidas. Parejas que se separan y se vuelven a casar e incorporan hijos a la nueva relación. ¿Cómo se debe encauzar esa convivencia para que no surjan conflictos?

Es realmente muy difícil. Generalmente, los niños suelen estar celosos de que sus padres dedican ahora más atención a otros niños, los hijos de su pareja. Otra cuestión básica que hay que dejar muy clara es que la nueva pareja del padre, la madrastra, nunca será la madre de esos niños. El niño ya tiene una madre, ya esté muerta o viva en otro lugar, y nadie

puede reemplazarla. La madrastra debe ser una amiga pero debe dejar claro al niño que no es su madre.

Los hijos condicionan mucho las nuevas parejas... ¿Qué deben hacer los cónyuges?

La relación entre el hombre y la mujer puede deteriorarse mucho si los hijos no aceptan a la nueva pareja de su padre o de su madre. La única solución es reencontrarse alrededor de los hijos, que siempre van a estar ahí.

¿Y qué ocurre en los casos de custodias compartida? Los niños que viven unos días en casa de su madre y otros, con su padre.

Es muy complicado para ellos y tienen que adaptarse al cambio, a las diferentes normas y límites. Por ejemplo, en casa de la madre se recoge la mesa todos los días; y en casa del padre, no le obligan a ordenar. Para que el niño se sienta bien es importante preguntarle por cómo se vive en la otra casa (a qué hora se acuesta, cuándo ve la tele, si come helado...) Pero no para interrogarle sino para que se sienta presente en ese proceso en lugar de ser una pelota de ping-pong. A veces ocurre que los niños se callan y no cuentan nada de la otra casa para no crear problemas.