

Caso 1: JUAN Y MARÍA. Una nueva etapa vital

Juan es un varón de 70 años que ha tenido su propia empresa hasta el año pasado en el que se ha jubilado. Ha sido abogado toda su vida y su empresa le ha ocupado gran parte de su tiempo. Él es el mayor de 7 hermanos con los que mantiene muy buena relación. Cuando era pequeño sufrió abusos por parte de una de las cuidadoras jóvenes que tenían en casa, él era casi un niño, más bien adolescente, pero me narra como la chica joven que tenía casa se “acostó con él”. Fue su primera relación sexual. De algún modo esto ha sido en su familia un tema tabú. Su mujer sí que lo conoce, parece que le pesa aún algo de culpa por ello. En cuanto a su carácter siempre ha sido fuerte, aunque es en casa dónde ha expresado más sus enfados ya que en el contexto laboral ha sido un hombre intachable, siempre ayudando a todos, nunca ha perdido los modales. Le gusta mucho salir con amigos, quedar a comer y beber alcohol (este tema la mujer lo señala como un problema de salud que él ha normalizado). Ha estado al borde del infarto varias veces, le han dicho que tiene que bajar peso y cuidarse.

Está casado con María que tiene 62 años desde hace 40 años, ella es funcionaria y desempeña un alto cargo en un ministerio (aún sigue trabajando). María es una mujer muy responsable, le gusta tener su casa perfecta (su marido afirma que está todo el día limpiando la casa en lugar de contratar a una persona). En el último tiempo ha tenido muchos problemas de estómago hasta el punto de que le están haciendo pruebas porque ha perdido 5 kilos en dos semanas y no tolera muchas comidas. Está muy cansada de la situación con Juan. Las últimas vacaciones en su casa de veraneo han sido insoportables porque las discusiones eran continuas y porque no es capaz de reencontrarse con su marido, la tensa y no sabe qué tienen ya en común. No es capaz de reconocer muchas emociones, la pregunto por cómo está ella y me dice que bien siempre que su marido no se enfade y no ponga tenso a toda la familia. Su personalidad es muy rígida, acude a consulta con una agenda anotado todo casi a 3 meses vista.

María tiene un hermano con esquizofrenia y un grado de dependencia muy alto, y actualmente vive con su madre quién también sufre de demencia. Esto para María supone un estrés en su día a día porque en la casa de la madre habría que hacer cambios, pero no se dejan ayudar. En este contexto María se siente sola y desbordada.

Ambos tienen un nivel cultural y socioeconómico alto.

Tienen dos hijas que ya viven fuera de casa, una se va a casar al año que viene, vive fuera de España, y la otra hija vive de modo independiente en Madrid.

Cuando los conozco quién me pide ayuda es Juan, recibo su llamada y me dice “me han pasado tu contacto, me dicen que por tu modo de trabajar no nos vas a recomendar separarnos, para mi eso es muy importante porque no quiero separarme, pero necesitamos ayuda, mi mujer me ha dado un ultimátum”

Los principales problemas son las cuestiones relacionadas con la casa, la inversión del dinero, la relación con las hijas y las personas que vienen a casa y que no se les atiende bien. Es una tensión cualquier encuentro familiar.

Quedamos y en la primera sesión vienen los dos. Después trabajo en varias sesiones solo con Juan. María dice que la causa de los problemas es solo él.

En cuanto a las hijas, una de ellas me dice que se parece más al padre y otra más a la madre. Una de las hijas está bastante fusionada con la madre y con el modo de pensar de la madre, esto hace que ambas se desahoguen y tengan conversaciones que van cambiando la visión de la hija sobre el padre y viceversa.

Caso 2: PEDRO Y ELENA. Falta de proyecto común desde el principio

Pedro y Elena acuden a pedir ayuda por un problema que surge con su hija adolescente.

En ese momento su hija tiene 16 años y en una comida familiar expresa que tiene una novia. Para el padre esto supone una ruptura total de la confianza con ella y es como si no se esperara esto de su hija, la hija no afronta de un modo adecuado esta respuesta de su padre. Desde ese momento el conflicto surge entre Elena y Pedro.

El que pide primero ayuda es Pedro, contacta con el objetivo de tratar de resolver el conflicto que ha surgido con su hija y que no entiende y que tampoco sabe como puede hacerla sentirse mejor o él mismo “cambiar” lo que ha sucedido.

Una vez que él viene también “invitamos” a venir a su mujer. Ahora expongo como es cada uno de ellos y el inicio de la terapia de pareja.

Pedro es un varón de 64 años, es el mayor de 4 hermanos. Una hermana suya se suicidó, tiene otro hermano casado y otro soltero que vive con su madre. Es un hombre que aprecia mucho a su familia, su padre falleció hace tiempo.

Elena tiene 62 años y es la única chica de 3 hermanos. Ella está en el medio. Su madre está muy enferma de Alzheimer y vive en una residencia, ella va a visitar a su madre cuando puede. La relación con sus hermanos es fría. Elena a penas tiene otras amistades salvo el contacto con las personas de su trabajo y su hija.

Ambos han trabajado siempre fuera de casa, solo tienen una hija (con la que tuvieron el “problema”), no tienen aficiones compartidas, no tienen amigos con los que quedar, su día a día es muy rutinario. Ella trabaja en horario habitual, él a turnos, normalmente de horario de tarde. Esto ha hecho que a penas convivan. De hecho, sorprende porque en la terapia de pareja lo que más expresaba era que no se veían, que no tenían tiempo ni de hablar. Cuando uno llegaba para dormirse el otro ya estaba en la cama, y cuando una se levantaba el otro seguía en la cama... así han estado muchos años ¿Y su hija? ¿Quién hablaba con ella?

En el matrimonio se observa una gran falta de comunicación por los años. No están casados, han cohabitado y comprado la casa juntos en la que viven hasta ese momento los 3 y un perrito del que todos se ocupan.

Para Pedro el principal problema es que no sabe como hablar con Elena, Elena es una mujer sensible que está sufriendo mucho por lo que ha pasado con su hija. Elena se ve en medio de los dos como si tuviera que decidir “apoyar” a su hija o apoyar a su pareja.

Pedro es un señor muy vehemente con una personalidad poco empática, quizá por su propia experiencia vital haya tenido que dejar de prestar atención a determinadas emociones. Conforme avanzan las sesiones voy notando en él un tinte de que se cuida menos, viene con mucha barba, mal peinado, me dice que está siendo muy difícil para él salir de la cama los fines de semana, que no tiene ganas de nada.

Elena, por el contrario, parece que la situación en lo externo no la afecta tanto, sin embargo, tiene un miedo enorme a lo que Pedro, diga, haga, incluso a poder hablar del tema de su hija. Se bloquea, no sabe qué la pasa cuando la pregunto cómo está. Siente que va a estar sola, que lo poco que tenía que era su familia se va a perder, que ya nada “es como antes” Echa mucho de menos la etapa en la que su hija era pequeña, no saba problemas era muy buena en el colegio y en todo, “ahora es mayor y no sé cómo tratarla”.

Pedro y Elena necesitan ayuda entre ellos y ayuda y orientación con su hija.

Caso 3: PABLO Y VICTORIA. Cuando la enfermedad de un hijo irrumpe en la vida la culpa hace daño a todos.

Pablo y Victoria llevan casados 10 años, tienen 3 hijos, dos mellizos de 8 años y una pequeña de 5. En agosto del mes pasado a uno de sus hijos mellizos le diagnostican LLA (Leucemia Linfoblástica Aguda).

Este diagnóstico hace que su vida cambie por completo.

Pablo tiene 40 años y trabaja como comercial en una aseguradora. Victoria tiene 38 años trabaja en casa porque desde que tuvieron a los hijos le ha resultado complicado buscar trabajo fuera (es algo que le gustaría y que de hecho se estaba planteando seriamente cuando justo aparece el diagnóstico de la enfermedad).

Pablo tiene a toda su familia en Madrid y para él son de gran apoyo, sin embargo, Victoria tiene aquí solo una hermana ya que son de Venezuela y el resto de su familia está fuera.

Cuando empieza la enfermedad de su hijo (cuyo pronóstico es bueno, aunque el tratamiento es muy largo y requiere de pasar mucho tiempo en el hospital) empieza la distancia entre ellos. Distancia que según Victoria ya existía porque Pablo trabaja demasiadas horas fuera de casa y ella se ocupa de todo casi todo el tiempo. Ahora la cuidadora principal del niño enfermo es ella. Ella está cada día en el hospital y se hace cargo de recibir la información de doctores y de proporcionar todos los cuidados al niño. Los otros hijos son atendidos por la hermana de ella y el padre, aunque la queja principal de Victoria es que Pablo está como si esto no fuera con él. Cree que no la ayuda mucho y cree que no se ha tomado en serio la enfermedad de su hijo. ¿Qué puede estar pasando?

La más motivada para empezar la terapia era Victoria y por ello decidió empezar a ayudarla a ella y que después pueda venir su marido para así poder enfocar la mejora en las dinámicas de pareja que también están empezando a afectar a los hijos. La hija pequeña está empezando con llamadas de atención continuas en el colegio.

Pablo fue criado en un entorno en el que lo importante era trabajar, salir adelante, producir y con poca expresión emocional. En cambio, Victoria (además del choque cultural) se ha criado en un entorno familiar en el que las cosas se hablan, se expresan como están, en su familia había muchas mujeres que han sido importantes en su vida: hermanas, tías, madre...

Cuando evaluó los últimos años en la relación desde que se casan no hay aparentemente ningún problema, habían funcionado bien hasta el momento. Pero Victoria afirma que: “esto jamás se te ocurre que te pueda pasar a ti, que un hijo se pueda morir” El día que logro que Pablo venga denoto que no quiere casi hablar, que le cuesta expresarse hasta con los médicos. Es como si estuviera ausente, como si lo que le estuviera sucediendo no fuera con él. Este modo de “estar” Victoria no lo comprende y eso causa una dificultad real para la pareja. Victoria ante la falta de apoyo percibido cree que no tienen solución y que deben separarse, llega a decirme “en cuanto termine el tratamiento del niño nos separamos, esto no tiene sentido”.

Para Pablo el problema de pareja no es tan significativo, pero siente una profunda culpa como si la enfermedad de su hijo “la hubiera causado él” o algo similar y a su vez siente un bloqueo a la hora de hacer equipo. Para Pablo: “Victoria es la única que sabe cuidar de los niños, ella lo hace todo bien”.

Victoria y Pablo necesitan identificar la causa del problema y cómo poder mejorar su relación de pareja que va revertir directamente en el bienestar de ellos mismos y sus hijos.