

Laura i Santiago van deixar enrecre casa seva a la costa de la Comunitat Valenciana i es van traslladar a Castella i Lleó. D'això ja en fa cinc anys. Les seves filles, Raquel i Lola (noms ficticis com el de la resta dels testimonis d'aquest reportatge, per exprés desig dels pares per protegir la intimitat dels menors), tenien llavors 12 i 10 anys. "Començaven a estar en una edat difícil. Vam considerar que aquell no era el millor ambient per al seu desenvolupament. Els hiverns encara eren tranquils, però a partir de la primavera l'ambient era perjudicial per a elles", argumenta Laura. Així que van demanar el trasllat (tots dos són professors de Secundària) i van començar una nova vida a 600 quilòmetres dels *perills* que afectaven les seves filles. Tammateix, les seves pors, comunes a les de milions de pares de tot el planeta, no van quedar enterrades a la sorra de la platja. "Continuem tenint aquest temor que els passi una cosa dolenta, que s'ajuntin amb joves problemàtics... En fi, que un no para mai de patir", admet Santiago.

La por és, segons l'opinió dels experts, consubstancial a la condició de ser pares. "No només hi va unida, sinó que també és necessària. Els pares

que no tenen cap tipus de por demostren o un profund desconeixement del que és l'educació dels fills o una gran falta de responsabilitat i implicació. El problema apareix quan aquesta por ens impedeix actuar com ho hauríem de fer", destaca Maria Jesús Álava, psicòloga i autora de llibres com *El no també ajuda a crear y Emociones que hieren* (La esfera de los libros). Álava, pel centre de la qual a Madrid passen al voltant de 600 adolescents cada any, detalla que els

problemes, o els perills, són reals i que la majoria d'estadístiques són demolidores, però "molts pares es preocupen més del que senten a dir que no pas de la realitat que viu el seu propi fill. Hi ha pares que viuen anguiats, però el més important és el desconeixement que mostren sobre el que passa a la vida del seu fill. De vegades hi ha una gran ignorància sobre el que es pot esperar a cada edat, de com els pares poden afavorir el seu desenvolupament per a que siguin persones autònomes i segures i de com han d'intervenir davant determinats problemes". A més, ha arrelat en els pares un doble sentiment de culpa que n'incrementa els temors. "Hem perdut la noció del que significa ser nen i als pares els costa molt de posar-se al lloc dels seus fills. Però, a més, senten culpables, perquè no passen prou temps amb els fills i perquè han idealitzat la condició de ser pares i d'allò que han de ser els fills. Els pares de seguida s'espanten quan la realitat no s'adequa a les seves grans expectatives. Senten que la culpa és seva per no ser bons pares", reafirma la psicòloga Maria Luisa Ferrerós, autora de *Pórtate bien* (Planeta) i creadora del mètode Ferrerós, que incideix en el vincle afectiu entre pares i fills.

Text Carmen Grasa

ELS SET TEMORS CAPITALS DELS PARES

Eternes o d'última generació, les pors formen part de la professió de ser pares. No baixar la guàrdia i establir una comunicació fluida a casa ajuda a atenuar-les i afavoreix el desenvolupament emocional dels fills

1 El sexe El sexe dels fills com a temor patern és intergeneracional. Els contactes físics primencs, que la seva filla es quedi embarassada o que el seu fill deixi embarassada una noia constitueixen les grans pors dels pares. Per vergonya no se solen abordar les qüestions sexuals amb els fills. També hi ha pànic que parlar-ne els converteixi en joves promiscus. "De la sexualitat cal parlar-ne des de petits, i adequar el nostre llenguatge i informació a cada edat. Cal tractar el tema de forma oberta i tranquil·la. Si es parla amb naturalitat no es provoca promiscuïtat, sinó coneixement real i profund de la sexualitat", concreta Maria Jesús Álava. Els adolescents res-ponen si els pares atenen els seus interessos. Una àmplia majoria de xavals estarien encantats que fossin ells els que resolguessin els seus dubtes. Dubtes no resolts que són a l'origen de 10.700 embarassos adolescents a Espanya el 2007, segons dades de l'Organització Mundial de la Salut, i gairebé 15.000 avortaments l'any 2008 entre noies de 15 a 19 anys, segons l'INE (Institut Nacional d'Estadística). Les xifres també alimenten el temor dels pares al sexe precoc. Un estudi del Centro Madrid Salud Joven i la Universitat de Granada establí el 2008 que la primera relació *completa* té lloc entorn dels 16 anys. La tendència indica que aquesta edat baixará en els propers anys i que els innocents coquetejos són habituals entre nens d'11 i 12 anys. Unes dades que desencerten a pares cada vegada més temorosos del sexe, una cosa que desperta la curiositat dels



► dos mons diferents. Els pares, per desconèixerment o perquè els resulta més còmode que els seus fills estiguin tranquils a l'habitració, poden acabar adonant-se tard que el tema és perillós", explica Maria Jesús Álava. Els pares veuen augmentar la seva angoixa amb les notícies sobre pederastes que pesquen a l'aigua tèrbola de les noves tecnologies. Per salvaguardar els fills, perquè saben que les prohibicions són males conselleres, alguns decideixen col·locar l'ordinador en un espai comú de la casa i estableixen normes per fer-ne ús, com un horari i els continguts als quals poden accedir. Així no només eliminen les seves pors, sinó que també ajuden els fills a utilitzar internet d'una manera responsable i segura.

5 **Les males companyies** El temor dels amics dels fills és etern. Els pares no aconsegueixen entendre com s'han allunyat tant per centrar tota la seva vida en ells. "Els canvis que experimenten els adolescents els produeixen molta inquietud, molta inseguretat. I busquen una seguretat que, normalment, els dona el seu grup d'amics", detalla Álava. Són els seus iguals, els que pensen com ells, els que vesteixen de la mateixa manera, els que tenen les mateixes inquietuds. Els punts que els unien als seus pares s'esquerden, no els serveixen en el procés de construcció de la identitat que han iniciat. I els amics són el salvavides perfecte. Tammateix, "la influència del grup és relativa: la colla no elegeix el jove, sinó que, al contrari, és l'adolescent qui s'uneix a persones que comparteixen els seus mateixos problemes. El que és nou no és la influència del grup, sinó per què l'adolescent ha escollit aquestes companyies", destaca Alejandra Vallejo-Nägera. Tammateix, la por de les amistats perilloses s'ha reinventat. "Ara no saben gaire bé que està passant en les seves vides. No saben amb qui es comuniquen. I això pot produir entre ells una separació gairebé abismal. Els pares han d'estar molt atents, més que abans", matisa la psicòloga Álava.

6 **L'assetjament escolar** Quan Jokin, un adolescent base de 14 anys, es va suïcidar el 2004 perquè els seus companys de classe li feien la vida impossible es van encendre tots els llums d'Alarna. L'assetjament escolar, o *bullying*, aviat es va traduir en un degoteig incessant de casos que saltaven als mitjans de comunicació. "No havíem sospitat res", explica amb certa tristesa Sandra, de 47 anys. El seu fill, David, tenia 11 anys quan li van començar a treure l'entrepà, quan se'n burlaven perquè estudiava violí. "Li deien barbaritats, el van agredir. Un dia em va dir que no es trobava bé, que no volia anar a classe. Va plorar i m'ho va explicar tot. Per sort, l'escola va reaccionar bé, sobretot la seva professora. Ara ja va a l'institut i les coses han canviat", recorda. Com David, un de cada quatre alumnes pateix la persecució o la violència dels seus companys, segons un estudi que el 2006 van fer públic l'Institut d'Innovació Educativa i la Universitat d'Alcalá. I el risc de patir *bullying* es multiplica per quatre en nens entre 7 i 8 anys. "L'assetjament escolar ha existit sempre, però en els últims anys s'ha posat el focus sobre el problema. Està bé que sigui així i que es posin els mitjans necessaris per eradicar-lo. Els pares són



fills, molt estimulats per l'entorn, en edats cada vegada més primerenques.

2 L'alcohol i les drogues Laura i Santiago, protagonistes de la història que encapçala aquest reportatge, van viure la seva primera experiència amb el botellot aquest estiu. "Era festa major i cap a les dues de la matinada ens va trucar la filla gran. Volia que l'anéssim a buscar", confessa Santiago. "Estava borratxa. L'endemà, feta un desastre, prometia que no ho faria més. Almenys, ens va quedar la tranquil·litat que ens hagués trucat", conclou. De beure s'ha begut sempre, afirmen els especialistes, però el consum d'alcohol entre els més joves ha augmentat i s'ha passat de l'ocultació a una exhibició pública que intensifica la por dels pares. Les xifres són la cinereta d'un pas difícil de digerir: el 24% dels adolescents s'emborrataka els caps de setmana i més del 80% confessa haver consumit alcohol alguna vegada, segons dades d'Estudis 2008. La por paterna augmenta amb la sola menció de les drogues: molts comencen a beure cada setmana sobre els 15 anys, coquetejen amb les drogues amb 13 o 14 anys i fumen diàriament quan en tenen 15. "Hi ha adolescents que s'apropen al món

de l'alcohol i de les drogues toves mancats de criteri i sense informació i després poden tenir problemes greus. Això és una realitat. I moltes vegades, quan els pares reaccionen, la situació se'ls ha escapat de les mans. Cal ajudar-los des de petits a crear hàbits de vida saludables", recorda la psicòloga María Jesús Álava.

3 L'anorexia Els trastorns de la conducta alimentària cada vegada afecten més persones i més joves als països desenvolupats. Ja s'han detectat casos entre nenes de 10 anys i els nens comencen a engrossir les estadístiques. "Fa dos anys, el meu fill ens va dir que estava gras i que no li posés berenar. Va comentar que, a més del karate, volia jugar a futbol. Només tenia 13 anys", explica Lola, funcionària que viu a Sant Andreu de Llavaneres (Barcelona). La por va començar a fer-se forta al seu cap. "Pensava si tiraria l'entrepà que, sens dubte, li continuava posant. Vaig viure una temporada sobresalada i vaig buscar per internet símptomes per detectar si alguna cosa no funcionava bé. Passat un temps, quan vaig comprovar que dinava bé, em vaig relaxar", recorda. El fill de Lola ja no s'agrajava, una cosa habitual a la seva edat. La seva insatisfacció es va

preparar amb els missatges que arriben fins als adolescents des d'"una societat avançada i progressista que imposa una estètica per a l'home, ser com un toro, i una altra per a la dona, que és no ser com una vaca", descriu la psicòloga Alejandra Vallejo-Nágera al seu llibre *La edad del pavo* (Temas de Hoy). Immersos en un sistema en el qual els dictats de la bellesa es tornen cada vegada més exigents, no és estrany trobar a una legió de pares temorosos davant les preocupacions corporals d'uns fills que comencen a flirtejar amb dietes, ni miraculoses ni recomanables, entre els 13 i els 16 anys.

4 Les xarxes socials Twitter, Facebook, Messenger... Un nen amb 10 anys coneix fil per randa aquestes i més paraules. Si no ets a Facebook o a Twitter no ets ningú. Nois i noies amb 13 anys poden haver tingut tres mòbils en la seva curta existència i accedir a comptes de xarxes socials, encara que legalment estigui prohibit. Segons l'Institut Nacional d'Estadística (INE), un 78% dels nens de 10 anys navega per internet i un 30% té mòbil. Als 15 anys ja és un 93% el percentatge dels cibernautes i un 92% té mòbil. I els pares, mentre tant, despistats. "Com no controlis el que fan poden sortir ▶



PÀNICA L'AUTORITAT

Segons l'opinió dels experts, hem passat d'un model d'educació molt coercitiu a un altre de molt permissiu. En les últimes dècades, els pares s'han volgut convertir en amics dels seus fills, però el *bonvillisme* ha deixat pel camí progenitors exhaustos i fills "paralítics per a la vida. Els hem tret les pedres del camí i els hem deixat sense possibilitat de desenvolupar la seva intel·ligència emocional", destaca Maria Jesús Alava, psicòloga i autora de diversos llibres. Shan

aixecat barres i eliminat límits, perquè ser autoritari feia por, sobretot després de passar el dia fora de casa i arrossegar el sentiment de culpa provocat per dedicar poc temps als fills.

En aquest context, es pot arribar a establir una relació familiar trabisladora: de permetre-ho tot es passa a la prohibició absoluta quan els pares s'adonen que la situació se'ls escapa de les mans.

"Tanmateix, els xavals necessiten regles, hàbits

que els ajudin a sentir-se segurs. Quan veuen que els pares no són capaçs de donar-los els per por de ser massa autoritaris, es produeix un desequilibri enorme i se senten perduts. Si els pares no posen aquests límits, tard o d'hora la vida els hi acaba posant. Si no els has donat la capacitat d'enfrontar-se a determinades situacions, quan apareguin les dificultats no tindran recursos per afrontar-les", adverteix la psicòloga.

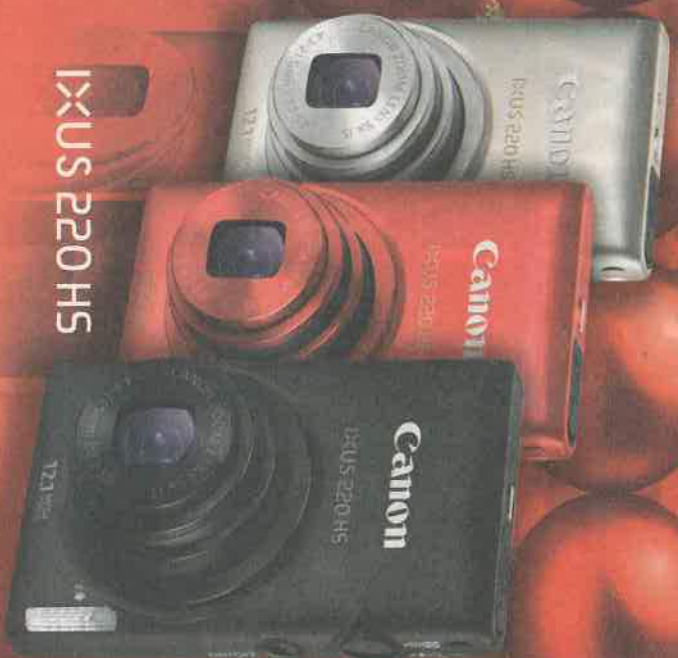
ara més vigilants i fan més atenció al que puguin transmetre'ls els fills. Sembla que la sensibilitat de pares i professors ha augmentat", confirma Roberto Pereira, director de la Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar. Que els afectats creixin en número i que ja no siguin invisibles augmenta la inquietud dels pares. "El gran problema és que l'agressivitat és un valor per a molts joves i se'ns està escapant de les mans. Això ens hauria d'alarmar, perquè cada vegada passa més", afirma Maria Jesús Alava.

7 La diferència "Els pares tenen por que els seus fills no compleixin les expectatives que han dipositat en ells. Volen tenir un nen perfecte. Cal complir un patró. Els nens han de ser molt sociables, molt extravertits, meravellosos en els estudis, en els esports. Quan el nen surt d'aquest topic, tenim un databaix familiar. I ara les expectatives familiars són enormes, perquè actualment els fills són molt desitjats, molt buscats", revela la psicòloga Maria Luisa Ferrerós. Aquesta idealització del que ha de ser un fill s'ha elaborat, segons els experts, des de models socials amplificats incansablement pels mitjans de comunicació. Totes aquelles situacions que fan d'un nen una persona diferent de la resta dels seus iguals -perquè és dislèxic, hiperactiu, superdotat, tímid, perquè no li agrada el futbol o perquè prefereix els escacs a la PlayStation-, causen pànic en els pares. Tenir un fill o una filla *diferent* és una font d'estres i angixa permanent. "Els pares de seguida s'espanten quan la realitat s'imposa i veuen que els seus fills no compleixen les expectatives que tenien. Si el nen no parla en uns certs mesos ja tenim els pares preocupats, i si no menja determinats aliments, també. Si el meu pesa dotze quilos i el de l'altre, quinze, ja som mals pares. En les seves pors també hi influeix una certa competència entre pares i això abans no passava. El problema és que acabes transmetent una inseguretat de la qual el teu propi fill es pot encomanar", observa Ferrerós. ■

**ELS JOVES
REAPRIMEN
LA SEVA
IDENTITAT
ENTRE LES
AMISTATS**

**ELS PARES
TENEN POR
QUE ELS
SEUS FILLS
SIGUIN
DIFERENTS**

Disfruta de la
promoció con
más estilo de estas
Navidades.



IXUS 220 HS
+ Funda
Tarjeta 4GB
179€



Estas Navidades no pierdas ningún detalle con la IXUS 220 HS. Con su HS System capta imágenes más nítidas y claras, en condiciones de poca luz, gracias a la combinación de un sensor de alta sensibilidad y el potente procesador de imagen DIGIC 4. Descubre su espectacular diseño, sus irresistibles colores y la promoción con más estilo.



you can

canon.es/HSystem

The UEFA EURO 2012™ official logo is protected by trademarks, copyright and/or design. All rights reserved.

100% financiación
del hogar sin intereses



hasta 12 meses o paga el 31 de marzo de 2012. www.elcorteingles.es

*100% Financiación sin intereses hasta en 12 meses o paga el 31/03/2012. Gastos de gestión: 9€. Intereses subvencionados por El Corte Inglés, S.A. Financiación sujeta a la aprobación de Financiera El Corte Inglés E.F.C., S.A. Por compras superiores a 300€. Recibo mínimo 30€. Del 1/09/2011 al 5/01/2012. Ejemplos de financiación de compras: • Importe: 300€, aplazamiento a 10 meses sin intereses. TIN 0%, TAE 6,629% gastos de gestión: 9€, importe total aplazado: 309€. • Importe: 3.000€ aplazamiento a 12 meses sin intereses. TIN 0%, TAE 0,55% gastos de gestión: 9€, importe total aplazado: 3.009€. En Electrodomésticos y Electrónica (excepción Apple, BlackBerry y Videojuegos) y en Telefonía móvil (excepción Nokia y HTC).