



## “No te resistas”

**Es inútil tratar de vencer resistencias irracionales.**

Por: Carlos E. Climent

Con frecuencia llegan a consulta personas embarcadas en batallas familiares que a pesar del esfuerzo y el tiempo empleado en tratar de cambiar molestas realidades, no ven resultados. Por el contrario asisten impotentes a un deterioro mayor de la situación en la cual están involucradas.

Dos ejemplos de frecuente ocurrencia en las familias más normales sirven de ilustración:

**Caso 1.** Los padres que quieren que su hijo (a) asuma actitudes diferentes o haga las elecciones de pareja que ellos consideran apropiadas y sobre las cuáles tienen diversas objeciones. Las observaciones siempre tienen que ver con las inconveniencias que ellos ven en las posturas del hijo; o en la elección de pareja, por el pobre futuro que le auguran a la futura unión por cuenta de presuntas incompatibilidades.

**Caso 2.** Los hijos que vienen observando de tiempo atrás al jefe de la familia en proceso de deterioro mental y cuyo languidecer se debe ya sea al natural proceso de envejecimiento o a circunstancias infortunadas que vienen erosionando sus funciones mentales superiores y que lo han llevado a mostrar fallas de diversa índole en su juicio de la realidad. Estas fallas están caracterizadas por actuaciones irracionales, menores en un comienzo, pero que se van agravando con el paso del tiempo, hasta llegar a convertirse en una verdadera pesadilla para toda la familia. En esas circunstancias, invariablemente la persona, no se da cuenta de sus limitaciones, lo que en la jerga psicológica significa que “no reconoce su enfermedad”. El enfermo ni ve su patología, ni dimensiona la carga que representa para los suyos. En consecuencia se niega a darles la razón, pues considera que son sus derechos y que no está dispuesto a aceptar críticas de ninguna clase.

Entre los hijos, por regla general, no hay unanimidad de criterios para manejar esta difícil situación y se forman dos bandos. Por un lado los que consideran que hay que poner límites (usualmente en minoría) y que ven impotentes como la situación se ha ido deteriorando sin que nadie haga nada. Y el otro bando, que considera que el padre está bien y que sólo se trata de “chocheras” sin consecuencias, normales para su edad, que deben ser toleradas con resignación.

Lo que tienen que saber tanto los padres del primer caso como los hijos del segundo es que están enfrentados a resistencias de origen emocional que no son asequibles al razonamiento lógico y que el recurrir a la fuerza sólo sirve para aumentar las resistencias y agravar el desgaste inútil.



**Universidad del Valle**

Facultad de Salud - Grupo de Comunicaciones



# Sala de Prensa

En cambio una alternativa mucho más efectiva es limitarse a exponer los argumentos con claridad y dejar que la contraparte decida. En suma, no resistirse.

Pues el tiempo, ese maestro que a veces se toma años en revelar la verdad, inexorablemente mostrará el camino más adecuado:

\*Sin desgastes.

\*Sin enfrentamientos ni disgustos inútiles.

\*Sin manipular, ni obligar a nadie.

\*Sin rompimientos innecesarios con seres queridos.

\*Y especialmente, sin desesperarse porque la espera paciente brinda la oportunidad a las personas en conflicto de hacerse responsables de sus propias decisiones.

Diario El País, 27 de Agosto de 2017. Página C9