

Recull de premsa

Font: Diario de Mallorca. 22/11/2011

30 | MARTES, 22 DE NOVIEMBRE DE 2011

Diario de Mallorca

Mallorca

Francisca Muñoz-Ramos Ripoll

Psicóloga experta en psicopatología de infancia y adolescencia Muñoz-Ramos remarca que los principales problemas de una familia con hijos adolescentes es que hay padres que no saben poner límites. La poca responsabilidad de los jóvenes y el hecho de que son mayores cuando empiezan a obtener un "no" a sus demandas complican el día a día en los hogares.

“Estamos acostumbrados a premiar a los jóvenes por estudiar, cuando es su trabajo”

CLUB DIARIO DE MALLORCA

Todo lo que siempre quiso saber sobre la adolescencia

ROSA FERRIOL MALMA

La experta en psicopatología de infancia y adolescencia, Francisca Muñoz-Ramos, participó ayer en un coloquio en el Club del Diario y respondió a los padres aquellas dudas que tienen sobre los adolescentes. La falta de límites, no escuchar un "no" como respuesta hasta que son mayores y la poca responsabilidad son algunos de los problemas que deben torerar los progenitores.

—**Defina ser adolescente.**

—Es una época de transición porque dejan de ser niños pero tampoco son adultos. Personalmente ellos se sienten mayores pero no tienen autonomía para decidir lo que ellos querrían. Es una etapa que abarca ESO y Bachillerato, aunque podríamos decir que hoy en día la adolescencia se alarga más debido a la falta de independencia de los jóvenes. Eso sí, es muy importante la diferencia entre niños y niñas, ellas maduran antes por una cuestión fisiológica. Con el tiempo, se equipara.

—**¿Qué problemas sufren los padres con hijos adolescentes?**

—El problema básico es que desde pequeños los hemos consentido. Los padres actuamos culpabilizados por la falta de tiempo debido al trabajo y les damos todo lo que quieren. Si entendemos la adolescencia como un individuo que aún no es responsable de sus actos, este hecho quiere decir que lo estamos alargando porque no les damos responsabilidades desde pequeños. Empiezan a tener



La psicóloga Francisca Muñoz-Ramos, antes de celebrar el coloquio. GUILLEM BOSCHI

responsabilidades cuando tienen 17 y 18 años, esto es tarde. La mayoría de los adolescentes son encantadores, los que vemos en consulta son los que tienen problemas. Los principales problemas son la falta de límites, los padres que no saben dónde poner estos límites. Además, los jóvenes tampoco saben resistir la frustración porque les hemos educado que lo pueden tener todo aquí y ahora. Cuando piden cosas pequeñas, vale; pero llega una edad que su demanda es un coche o una moto. Como están acostumbrados a que reciben un sí siempre, este "no" llega demasiado tarde.

—**¿Cuál es la solución?**

—Acostumbrar al "no" como respuesta desde pequeños. A veces,

los padres tienden a pensar que sus hijos serán más felices cuando lo tienen todo y muchas veces dan cosas que los niños no piden. Un ejemplo son los que con diez años ya tienen un móvil cuando no lo necesitan y lo convierten en un caprichoso. La clave es decir pequeños "no", en plan de hacerle esperar un tiempo antes de recibir lo que desea. Hacer la comunión o un aniversario parece una lista de bodas. Antes de que se plantee si lo quiere, ya lo tiene. Así, fomentamos un consumismo rápido. Y cuando tienen 17 años eso continúa igual.

—**¿Son responsables?**

—Hay progenitores que fomentan la poca responsabilidad. Muchos padres defienden la teoría de

que "en casa no pueden hacer nada más que estudiar". Les hago reflexionar sobre la importancia de la colaboración en la casa y de que se responsabilicen de una tarea concreta. Si hay fracaso escolar, empieza el conflicto con los padres y se utiliza el chantaje de "si apruebas, te compraremos tal cosa", es decir, estamos acostumbrados a premiar por una cosa que debería ser normal. Eso sí, reitero que hablo de un pequeño grupo de adolescentes que en su casa no hay normas y se rebelan con los estudios.

—**¿Cuál es el modelo de familia ideal?**

—La familia "democrática", es decir, aquellos padres que piden la opinión a los hijos pero dejan cla-

ro que la última palabra es de los mayores. No es una democracia porque no todos los votos valen lo mismo pero se pide opinión y se decide en función de lo que quiere la mayoría.

—**¿Qué es lo que más preocupa a los progenitores?**

—Básicamente las notas y la oposición sistemática de los hijos.

—**¿Y cómo se puede resolver?**

—En vez de exigir, los padres deben pedir colaboración. Por ejemplo, cambiar el "tienes que venir a comer a casa de la abuela porque yo lo mando" a un "me gustaría que vinieras a comer en casa de la abuela porque ella estará muy contenta". Así le dejas la opción de elegir y es más efectivo que una exigencia. Los padres tienen que pensar que quieren su colaboración y permitir alguna vez que se pueda negar, así le invita a reflexionar y no lo ve como un juego que debe ganar. Lo esencial es llegar a acuerdos. También hay que responsabilizarles de sus responsabilidades. Por ejemplo, los padres no pueden estudiar por los hijos, les pueden ayudar buscando un profesor de repaso, dándoles consejos... pero el adolescente debe tener claro que la responsabilidad de estudiar es suya.

—**¿La confianza es clave?**

—Es otro punto básico. Por ejemplo, cuando los jóvenes salen de marcha todas las madres suelen despedirse con un "ten cuidado" y estas palabras son sinónimo de un "no confío en ti". Es más efectivo decirle "te quiero, pásatelo bien y si necesitas algo me llamas". Con estas palabras, cambia la percepción y el joven se da cuenta de que la madre confía en él. Y es que un excesivo control provoca en los jóvenes la necesidad de la mentira.

Beatriz Benavente, psicóloga de RANA



Som solidaris

“La recuperación psicológica de un niño abusado es costosa, pero no imposible”

Beatriz Benavente (Buenos Aires, 1977) es la coordinadora y psicóloga de la Asociación RANA (Red de Ayuda a los Niños Abusados). La entidad fue una de las beneficiarias del programa “SA NOSTRA” Solidària 2011 y, ahora, recibirá las aportaciones de la rifa benéfica que tendrá lugar durante la **Gala de Golf del próximo sábado**.

¿Cómo se previenen los abusos infantiles?

Estando informado sobre la realidad de los abusos, conociendo cómo ocurren y estando atento a las señales que un menor pueda presentar. Es importante hablar sobre este tema con los más pequeños, alertándoles de los riesgos, así como se les enseña a cruzar la calle para protegerles.

¿Se puede sospechar que un niño sufre abusos?

Es difícil la detección del abuso sexual, debido a que no suele dejar marcas físicas visibles. Debemos observar si presenta cambios bruscos del comportamiento, como la falta de apetito, miedos, insomnio, y sobre todo si presenta conductas sexualizadas, como puede ser la masturbación compulsiva, un lenguaje sexual explícito o juegos sexuales inapropiados para la edad.

Una vez se ha detectado que un niño ha sido abusado, ¿qué medidas tomáis?

Damos asesoramiento y guía respecto a los pasos a seguir en el circuito de notificación y denuncia. Intentamos que ese niño o niña tenga asegurada su protección, ya sea por parte de la familia o del organismo público correspondiente.

¿En qué consiste el programa *Crida ben fort!*?

Es un programa de prevención que llevamos a cabo en las escuelas con los niños de 6 a 10 años, mediante el cual se trabajan las herramientas básicas de protección a través de un cuento y una guía didáctica.

¿Qué herramientas son esas?

Las de “Decir que NO” y “Pedir ayuda”. Además, ofrecemos la guía didáctica de 5 sesiones, con la que se refuerzan diferentes aspectos como el “Querer bien y querer mal”, “Los secretos” y “No soy culpable”.

“Debemos alertar a los pequeños sobre el abuso para protegerles”

¿Existe un perfil determinado de abusador?

No, pero en la mayoría de los casos suelen ser familiares o personas de confianza del menor y de la familia.

¿La ciudadanía está sensibilizada y se implica en este problema?

Si, cada vez más, pero aún falta mucho por recorrer. Los niños y niñas que son víctimas de abuso sexual lo sufren, en

la mayoría de los casos, en silencio. Los adultos somos los responsables de crear un espacio en el cual se genere la confianza para poder hablar de estos temas y que dejen de ser tabú en nuestra sociedad.

¿Qué terapia aplicáis a un adulto que sufrió abusos de pequeño?

Realizamos una terapia psicológica a nivel individual y grupal trabajando específicamente la vivencia traumática, las emociones y los síntomas que ésta ha generado y que persisten en la vida adulta. Esto es un programa de atención terapéutica para adultos que está apoyado por la Obra Social de “SA NOSTRA”.

¿Una persona se puede recuperar psicológicamente de algo así?

Si. Es importante, sobre todo, dar apoyo y protección a la víctima en el momento en que sufre el abuso para evitar las secuelas a largo plazo. En el caso de quienes no han tenido este apoyo y han convivido muchos años de silencio y dolor, las huellas suelen ser más profundas y la recuperación es más costosa, pero no imposible. De hecho, hemos obtenido muy buenos resultados con aquellas personas que han participado en nuestro programa terapéutico.

www.asociacionrana.org

¿Quieres ser voluntario? Llama al 900 102 979

SOLIDARIDAD

Gala contra el abuso infantil

El viernes 2 de diciembre, la Federación Balear de Golf organiza su Gala anual solidaria, que este año será a beneficio de la Asociación RANA (Red de Ayuda al Niño Abusado).

Premios y sorteo benéfico

El acto, que cuenta con la colaboración de la Obra Social, se celebrará en el Castillo Hotel Son Vida. Durante la

velada, se entregarán los trofeos a los ganadores de los campeonatos realizados en distintos campos de golf de las Islas, organizados por la Federación Balear.

La gala finalizará con una rifa benéfica, cuya recaudación se destina íntegramente a la Asociación RANA.

Los federados que quieran inscribirse, pueden hacerlo hasta el 25 de noviembre a

través de la página web www.fbgolf.com. El precio de inscripción es de 60 euros.



Fecha: Viernes 2 de diciembre, 20.45 h **Lugar:** Castillo Hotel Son Vida

“No es un libro de autoayuda, pero tiene un trasfondo terapéutico”



CONFERENCIA
Superar el pasado, reinventar el presente.

► **Presentación de *La mecedora azul*, a cargo de su autora, Xisca Albis. Miércoles, 7 de diciembre, a las 19 horas. Club Diario de Mallorca. Puerto Rico, 15^o. Entrada libre**

LARA VILLAR PALMA

■ En ocasiones, las personas que han sufrido un trauma en etapas cruciales de su vida como son la infancia o la adolescencia quedan “atrapadas” en ese suceso negativo que les provoca una angustia y dolor emocional que acaba afectando a su futuro. El pasado traumático deja huella y ésta condiciona a la persona. Así podría contextualizarse la conferencia que ayer ofreció la autora y psicóloga clínica Xisca Albis en el Club de Opinión de DIARIO de MALLORCA. La presentación fue a cargo del director de la Fundación Social La Sapiència, Roberto Carreras, y Javier Torres, decano del Colegio Oficial de Psicólogos de les Illes Balears.

El motivo de la reunión era presentar su primera novela, *La mecedora azul*, una publicación



Roberto Carreras, Xisca Albis y Javier Torres. B. RAMON

“filosófico-existencial” ambientada en la Mallorca de posguerra que habla de los sentimientos y los traumas que sufren los protagonistas de una familia, “que luchaba día a día con los sentimientos de culpa, de soledad o el idealismo amoroso”. *La mecedora azul* no es un libro de autoayuda, “aunque la novela cuenta con un trasfondo terapéutico”, explicó la autora. En ella se vislumbran dos formas de afrontar un trauma. Los que lo superan gracias a su resiliencia o capacidad de asumir con flexibilidad situaciones límite y los que

fruto de ese acontecimiento negativo, se sumergen en la ansiedad, el estrés y se ven involucrados en otras adicciones como el alcoholismo que sufre uno de sus protagonistas.

Xisca Albis puso las claves para entender las metáforas de su novela, “muy mediterránea y cargada de reminiscencias a la Mallorca perdida”. El porqué de su título es una de ellas: “Es un símbolo que surge a lo largo del libro y se refiere al balanceo del paso del tiempo y del pensamiento, siempre con la mirada atrás”.

Font: Diario de Mallorca. 15/12/2011



Font: Ultima hora 15/12/2011

R.C.

María José Martínez, premio de Aseme a la mujer empresaria de 2011

La Asociación de Mujeres Empresarias de Baleares (Aseme) hizo entrega ayer anoche en hotel Nixe Palace el VI galardón a la mujer empresaria del año 2011, a María José Martínez.

Asimismo, en dicho acto se concedió el premio especial Aseme a la vicepresidenta de esta patronal, María Luisa Marqués Rattier.

La presidenta de Aseme, Juana Pons, destacó la trayectoria de la galardonada y su capacidad emprendedora, así como la labor que realiza desde años en la asociación María Luisa Marqués.



Juana Pons, María José Martínez, María Luisa Marqués y Esperanza Crespi ■ Foto: M.A.C.



Personal de la revista y algunos de sus primeros protagonistas acudieron a la presentación de Enki. M. MIELNIEZUK

Nace la revista Enki como una apuesta por el saber

► La nueva publicación, dirigida por el psicoanalista José García Peñalver y editada por La Mirada del Otro, es gratuita y toca distintas disciplinas

 **CLUB DIARIO DE MALLORCA**

CONFERENCIA
Enki Mallorca

► Una revista exquisitamente comunitaria. Martes, 20 de diciembre de 2011. Club Diario de Mallorca. Puerto Rico, 15. Entrada libre

M.F.R. PALMA

■ En tiempos de crisis sorprende que se presenten proyectos nuevos. Pero los hay. Como la revista Enki, que fue presentada ayer en el club DIARIO de MALLORCA: Toda una apuesta por el saber en estos tiempos tan convulsos.

La publicación, dirigida por el psicoanalista José García Peñalver

y editada por La Mirada del Otro Ediciones, es de difusión gratuita y toca distintas disciplinas, centrándose especialmente en la salud, la ciencia, la cultura, y el arte. El nombre de la revista, según expuso Mila Melero, la responsable de la sección cultural, ya es una declaración de intenciones, pues Enki era, entre otros títulos, el an-

tiguo dios sumerio del saber.

A la presentación de esta nueva revista acudieron nombres de gran relevancia en el campo de la salud y el arte. Algunos han sido protagonistas en este primer número de Enki, como es el caso de Félix Grases, director del Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS); de Javier Torres Ailhaud, decano del Colegio de Psicólogos de Baleares; de M^a Elena Gayán, psicóloga y responsable de la sección de salud en la revista; y de Aina Cortés, actriz y psicóloga, que ha ocupado la portada.

En este primer ejemplar, Enki ofrece además una entrevista con el doctor Kovacs y extensos reportajes sobre exposiciones y lugares de interés cultural de la isla.