

# EL CASO DE FÁTIMA Y FELIPE

*Fátima y Felipe eran una pareja joven; llevaban cinco años conviviendo y tenían un hijo de apenas ocho meses.*

*Ambos trabajaban muy duro fuera de casa, se dedicaban a la consultoría y tenían horarios muy extensos.*

*La llegada del bebé había supuesto una revolución en sus vidas; especialmente para Fátima, quien se encontraba agotada, insatisfecha y frustrada. Desde hacía meses se sentía profundamente infeliz, y pensaba que Felipe era el principal responsable.*

Los dos estaban muy agobiados con la situación. Hasta el nacimiento del niño eran una pareja feliz, **aunque echaban en falta poder tener algo de tiempo para ellos mismos**. Salvo los fines de semana, **los días de diario solo se veían a partir de las 8.30 o las 9 de la noche**.

Ahora todo había cambiado. Ambos estaban **más crispados, más tensos**, saltaban a la mínima, **y Fátima especialmente se sentía desolada e incomprendida**; tenía un sentimiento muy fuerte de no ser una buena madre, **y no podía entender cómo a Felipe no le pasaba algo parecido**.

Los dos apenas veían al niño, y cuando llegaban por la noche el pequeño ya estaba muy cansado y con ganas de dormir. En realidad, **el bebé parecía tener más cercanía con la persona que lo cuidaba que con ellos**.

Fátima sentía que Felipe no estaba a la altura de las circunstancias; él le decía que no exagerase, que a él también le gustaría estar más tiempo con el niño, pero **que a muchas parejas les pasaba algo parecido** y que, en última instancia, **si alguien tenía que cambiar de trabajo, desde luego sería ella**.

Fátima nos confesó que Felipe se **“le había venido abajo”** desde que el niño nació; **que ella no pensaba que fuera tan insensible**, tan poco maduro y tan irresponsable.

No podía comprender que para él lo más importante continuase siendo su trabajo:

*“Parece que vive en otro planeta, no se da cuenta de que estoy agotada, que me siento muy infeliz y que necesito que afrontemos esta situación juntos; si algo tiene que cambiar será para los dos, ¿o es que el niño ha sido un capricho mío?”.*

Por su parte, **Felipe se sentía desbordado e injustamente atacado**:

*“Cuando llego a casa solo oigo reproches y veo malas caras. Todos los días se repite la misma historia: que así no podemos seguir, que el niño cada día nos extraña*

más, [...] que no tengo sensibilidad... ¡Qué quiere que haga yo!, ¡no es tan fácil conseguir un buen trabajo!; [...] lo que pasa es que está histérica desde que nació el niño [...].

“Los días de diario son malos –continuó–, pero casi temo más los fines de semana. Todo tiene que girar en torno al niño, [...] no puedo tener un segundo libre, porque entonces soy un egoísta, un insensible... ¡No creo yo que todo el mundo lo pase tan mal y lo haga tan complicado, porque entonces nadie tendría niños!”.

La situación empeoró aún más cuando **el pequeño empezó a tener molestias en los oídos, y [...] lloraba por las noches.**

**Fátima montó en cólera al ver que Felipe “se hacía el dormido”** para no levantarse, y le tocaba a ella pasarse la mitad de la noche con el niño en vela.

**La siguiente vez que vino a consulta estaba decidida a terminar con todo:**

“Hasta aquí hemos llegado –dijo–, ya no necesito más pruebas; Felipe es el ser más egoísta que he conocido nunca; le da igual que su hijo esté malo, que llore o grite por las noches, que yo me arrastre por el suelo, él sigue durmiendo como si nada fuera con él; si todo me lo voy a tener que chupar yo, y esto es lo que me espera, prefiero terminar cuanto antes”.

**Ante este tipo de situaciones, los psicólogos debemos emplearnos a fondo, pues todos los elementos parecen conjurarse en contra de la pareja.**

Cuando Fátima nos contaba lo que había pasado esa semana, en que el niño estaba enfermo de los oídos, **por primera vez desde que empezamos el tratamiento la interrumpí**, y lo hice para adelantarme a todas sus quejas, **y para exponer con sumo detalle la situación que ella había vivido:**

“Entonces –le dije– el niño estaba muy inquieto porque le dolían los oídos [...], con lo cual supongo que habría pasado el día muy molesto, ¿verdad?”.

“Sí –respondió Fátima–, cuando llegamos no paraba de llorar, apenas había comido nada en todo el día y nos costó mucho que se durmiera”.

“Perfecto –continué–; me imagino la nohcecita que vendría después, seguro que no paraba de dar vueltas y de llorar y gimotear y, por supuesto –enfaticé–, ¡Felipe [...] seguía durmiendo tan feliz!”.

“Así fue” –aseveró con fuerza Fátima.

**Después de un largo silencio por mi parte, lo suficiente para conseguir toda la atención y expectación de Fátima,** continué, enfatizando esta vez al máximo mis palabras:

“Bien, Fátima, si te preguntara si los niños pequeños sienten y piensan como los adultos, ¿qué me dirías? Entonces –continué–, ¿por qué no le pides a un niño que reaccione como un adulto, y, sin embargo, le pides a un hombre que reaccione como una mujer?”.

Ante su sorpresa, **proseguí, pero con un tono más dulce:**

“Fátima, me temo que nunca te han dicho que los hombres son menos sensibles a los sonidos agudos que las mujeres [...]. Los hombres no es que se hagan los sordos cuando duermen; sencillamente, les cuesta mucho oír el llanto de los niños, y, aunque te parezca mentira, ¡no se enteran!”.

“Lo que me faltaba –saltó Fátima–, ahora va a resultar que son unos pobres angelitos”.

“No, Fátima, simplemente son hombres, y durante millones de años quien ha estado a cargo de los niños hemos sido las mujeres [...] y por mucho que ellos quieran, les resulta imposible, de repente, que su naturaleza evolucione en unas cuantas décadas, el equivalente a millones de años.

*”Hay cosas que tenemos muy claras; por ejemplo, no les pedimos que den de mamar, porque sabemos que no pueden; de la misma forma que, por mucho que nosotras nos esforcemos, difícilmente vamos a correr más deprisa que ellos, o vamos a conseguir levantar más peso. Pues va siendo hora de que sepamos que hay cosas para las que ellos están biológicamente más preparados, y otras donde nosotras les llevamos ventaja. [...]*

*”Fátima, hay rasgos externos muy visibles que demuestran las grandes diferencias entre un hombre y una mujer; pues de la misma forma hay rasgos internos que no se ven con la misma nitidez, pero están ahí, y lo peor que podemos hacer es seguir ignorándolos. Tú decides, puedes pasarte la vida quejándote y buscando un hombre que tenga la misma sensibilidad que una mujer, [...] o, por el contrario, podemos estudiar en qué nos parecemos y en qué nos diferenciamos, y así será más sencillo encontrar acuerdos razonables”.*

A continuación, **cuando aún no había salido de su asombro, aproveché y le dije:**

*“Ahora cogeremos una hoja y apuntaremos todas las cosas que te hacen feliz. [...] Por ejemplo, ¿quién tiene la culpa de que no termines de trabajar antes de las ocho de la noche?, ¿es Felipe?; ¿quién es el responsable de que sientas que no estás siendo una buena madre?, ¿también es Felipe?; cuando el niño está enfermo y te sientes feliz al verlo sufrir, ¿también tiene la culpa Felipe de su enfermedad?”.*

Poco a poco, Fátima **dejó de mirarme con sorpresa**, y pasó de la indignación a la tristeza, de la ira al llanto, de la rabia a la impotencia. **En esos momentos le dije:**

*“¡Ánimo, Fátima, por encima de todo los dos os queréis mucho, y si remáis en el mismo sentido, conseguiréis llegar a la orilla que os proponáis! [...] Sin pretenderlo, le estás haciendo responsable de todos tus males, de todas tus insatisfacciones y de toda tu infelicidad, y es lógico que lo hayas hecho, pues es la persona [...] en la que has depositado tu amor y tu confianza, pero eso no significa que tenga la llave para resolver cualquier situación [...].*

*”Criticándole continuamente solo conseguirás que ambos os sintáis mal, y que os encontréis en un callejón sin salida; ¿qué tal si el viernes, cuando acostéis al niño, y a pesar del cansancio que tengáis, os vais a bailar los dos juntos?”.*

**Ante su cara de sorpresa, añadí:** *“¿Tú crees que bailar –a ambos les encantaba– es un peligro para vuestra relación? ¿Verdad que no?”.*

*”Entonces ahora vamos a confeccionar otra lista, y en ella pondremos todo lo que os gusta, o al menos os gustaba hacer juntos; después haremos otras listas, donde escribiréis cuáles son las cosas que queréis que cambien en vuestras vidas, en estos momentos.*

*”Pero tiempo al tiempo; de momento, esta noche, si el niño llora y tú te sientes muy agotada, despertarás suavemente a Felipe y le dirás algo parecido a: ‘¡Cariño, sé que estás derrotado, pero a mí no me quedan fuerzas para coger al niño, se me caería al suelo; por favor, seguro que consigues calmarle, te quiero, mi vida!’”.*

**Ante la sonrisa esta vez de Fátima, le pregunté:**

*“¿Tú crees que Felipe responderá con un gruñido, o se levantará sorprendido y hasta con buen ánimo?”.*

Esta sesión fue muy dura, **pero nos permitió a partir de ahí trabajar a fondo con los dos; los reproches dejaron sitio a las sugerencias positivas**, ambos acordaron empezar a buscar trabajos que les permitieran tener tiempo libre, [...] alcanzaron un acuerdo sobre el nuevo reparto de tareas y responsabilidades, aprendieron a disfrutar del niño **y, sobre todo, volvieron a sentirse felices de estar juntos.**

**En la última sesión ambos se mostraban muy positivos y estaban convencidos de que esta crisis había sido una prueba muy dura para su relación, pero coincidían en que al final la habían superado con sobresaliente.**

### **Fátima y Felipe aprendieron:**

1. Que cada uno es responsable de su felicidad, **pero será más fácil conseguirla si los dos miembros de la pareja se coordinan y forman un buen equipo.**
2. Que pueden optar **por potenciar sus habilidades, o por pedirse imposibles.**
3. Que las mujeres y los hombres pueden y deben **complementarse en el cuidado de los hijos**, y lo harán no a pesar de sus diferencias, sino **gracias a la riqueza que entrañan sus singulares características.**
4. Que **los niños no destruyen relaciones que funcionaban bien**, pero sí **exigen bastantes cambios**, mucha generosidad [...] y adaptación, **para que todos alcancen un buen equilibrio.**
5. Que **las situaciones más desesperantes encierran grandes oportunidades**, pues nos impulsan a tomar decisiones que luego serán vitales.
6. Que **el inconformismo bien encauzado constituye una excelente ayuda para no resignarse** y superar situaciones injustas o poco humanas.
7. Que **el trabajo no nos puede robar nuestra vida.**