

**PEDRO
GARCÍA
AGUADO**

**LOS CONSEJOS DE
HERMANO
MAYOR**

Entrenamiento para toda una vida

 Planeta

cuatro

PEDRO GARCÍA AGUADO

LOS CONSEJOS DE «HERMANO
MAYOR»

Entrenamiento para toda una vida

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

© Mediaset España Comunicación, S. A., 2014

© Editorial Planeta, S. A., 2014

Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.editorial.planeta.es

www.planetadelibros.com

Primera edición: octubre de 2014

Depósito legal: B. 18.126-2014

ISBN: 978-84-08-13255-4

Composición: Víctor Igual, S. L.

Impresión y encuadernación: Unigraf, S. L.

Printed in Spain – Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como **papel ecológico**

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

Por qué hace falta un libro como éste	13
Las claves de «Hermano Mayor»	17
El método	18
«Vas a empatizar a lo bestia»	23
«¿Crisis? ¿Qué crisis? Pero ¿tú has salido a buscar trabajo o has enviado alguna vez un currículum?»	25
«Siempre hay alguien más listo, más guapo, más fuerte que tú; hazte a la idea de que no lo sabes todo, aunque creas que es así, y asúmelo»	26
«La vida no siempre es justa, y te trata mal; acéptalo y deja de ir de víctima»	27
«Chaval, haz deporte»	30
Testimonio	31
Visionado	33
Reconciliación.	34
Qué puedes hacer tú	35
Intenta que empatice	36
Consigue que venza su apatía y deje de justificarse .	38
Hazle ver que tarde o temprano sufrirá las consecuencias de sus actos	40

Tendrá que enfrentarse a sus problemas, debe abandonar el victimismo.	43
Anímallo a hacer deporte.	45
Ofrécele testimonios que pueda valorar	45
Pide ayuda a amigos y familiares para que le hagan ver la realidad de su comportamiento	48
Busca la reconciliación.	49

CASOS PRÁCTICOS

Se acabó la teoría, ahora afronta la realidad	53
I. SEPARACIÓN MAL LLEVADA	59
A modo de introducción general	59
El caso de Goyo, <i>el Pruebacolchones</i>	62
La doble vida de Superyó	62
Los motivos del rencor	67
La intervención: la doma de un gallo de pelea	69
<i>Un desalojo, otra okupación</i>	69
<i>Enredado</i>	71
<i>A ladrillazos</i>	72
<i>El culmen: a punto de caer</i>	74
<i>La sorpresa inesperada</i>	78
<i>Visionado</i>	79
<i>Reconciliación</i>	80
Conclusión.	81
2. BAJA AUTOESTIMA	83
Unas cuantas nociones sobre la autoestima	83
El caso de Vanesa, sola contra el mundo	85

No sin mis extensiones	85
Lo que el maquillaje esconde	90
La intervención: la princesa debe encontrar su valor.	95
<i>Desconectada del mundo</i>	96
<i>Arroz amargo</i>	97
<i>Platos rotos</i>	99
<i>Sola en la inmensidad del mar</i>	101
<i>Lavado de conciencia</i>	104
<i>Mi vida en escena</i>	107
<i>El ego por las alturas</i>	108
<i>El regalo de una sonrisa</i>	112
<i>Visionado</i>	113
<i>Reconciliación</i>	114
Conclusión.	115
3. SÍNDROME DEL EMPERADOR	117
Qué es un hijo tirano.	117
¿Puedes evitar que tu hijo llegue a convertirse en un tirano?	118
El caso de Unai: «Aquí mando yo»	119
El amante del fuego	119
Descubriendo a Nerón	123
La intervención: apagando las llamas del rencor	126
<i>La ley de la calle</i>	126
<i>Un pirómano en potencia</i>	129
<i>Todo tiene un valor</i>	130
<i>El fin de la casita de muñecas</i>	133
<i>Superar los miedos, subir a lo más alto</i>	135
<i>Con su propia medicina</i>	137
<i>En bici y en equipo</i>	139
<i>Si me gritas no me ayudas</i>	142

<i>Fuego, camina conmigo</i>	145
<i>El amor de una madre</i>	149
<i>Visionado</i>	150
<i>Reconciliación</i>	152
Conclusión.	154
4. ADAPTARSE A LOS CAMBIOS	155
La crisis nos afecta a todos	155
El caso de Rubén, el más chulo del barrio.	158
La crisis no va conmigo	158
Soy más listo que la poli	160
La intervención: el mundo no está a tus pies	163
<i>La busca</i>	163
<i>Un machista del siglo XXI</i>	166
<i>Familia mezclada y bien comunicada.</i>	170
<i>A mesa puesta</i>	172
<i>A la deriva</i>	176
<i>Se hace camino al andar</i>	180
<i>Círculo de fuego</i>	182
<i>Las tres cajas.</i>	184
<i>Yo era igual que tú.</i>	187
<i>Aquí se juega en equipo</i>	188
<i>Visionado</i>	190
<i>Reconciliación</i>	191
Conclusión.	192

EPÍLOGO

Es tu turno	197
-----------------------	-----

Por qué hace falta un libro como éste

Seguro que a ti también te ha pasado: abres un periódico y, día tras día, titulares como éstos llaman tu atención: «Las denuncias por ataques de menores a sus padres se disparan un 54 por ciento»,¹ «El abandono escolar de los jóvenes en España dobla la media europea»,² «La violencia machista sobrevive en las parejas más jóvenes»³ o «Diecisiete años y un nivel cultural alto, perfil del menor maltratador».⁴

Después, a medida que comienzas a leer estas noticias, descubres con asombro que, en efecto, tal y como rezan los titulares, en nuestro país muchos hogares se han convertido en un infierno, con padres atemorizados por hijos que los agreden si no acceden a sus caprichos y peticiones, y que suponen un peligro no sólo para sus progenitores, sino también para sus hermanos y otros familiares que puedan convivir con ellos, como sus abuelos. Ésta es, como afirman los artículos citados, una situación que se vuelve cada vez más habitual, hasta el

1. *El País*, edición Bilbao, 8 de abril de 2012.

2. Europa Press, 14 de mayo de 2013.

3. *El País*, 28 de mayo de 2013.

4. *El País*, 14 de julio de 2010.

punto de que en 2011 la Fiscalía de Menores del País Vasco tramitó un total de 173 denuncias por la llamada violencia filioparental —es decir, la que los hijos ejercen contra uno de sus padres (generalmente la madre) o ambos—, lo que supone una denuncia casi cada dos días, con un incremento de un 54 por ciento con respecto al año anterior.

Pero no es el único problema que nos preocupa respecto a nuestros jóvenes. Según los datos publicados en abril de 2013 por la Oficina Europea de Estadística Eurostat, en el año 2012 el 24,9 por ciento de los jóvenes españoles de entre dieciocho y veinticuatro años no siguieron ningún tipo de ciclo educativo ni de formación, lo que viene a afirmar que en dicho año uno de cada cuatro jóvenes españoles no cursaba ningún estudio y coloca a España a la cabeza de la Unión Europea en abandono escolar, con un porcentaje que dobla la media europea.

Si a esto añadimos los datos del *Informe PISA* (siglas en inglés del Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos), elaborado trianualmente por la OCDE, una reconocida referencia internacional que evalúa las competencias de miles de estudiantes europeos de quince años y que en España se realiza a partir de un muestreo de unos veinticinco mil alumnos, comprobaremos con una mezcla de vergüenza ajena y bochorno que éstos son, cuando menos, nefastos. Y es que los resultados del *Informe PISA* del año 2009 están en España muy por debajo de la media de los países desarrollados,⁵ lo cual resulta absolutamente descorazonador.

5. Resultados de 2009: competencia lectora: 481 (media de la OCDE, 493); competencia matemática: 483 (OCDE, 496); competencia científica: 488 (OCDE, 501). Véase «¿Por qué salen tan malpa-

En resumen: debido a la crisis, muchos de nuestros chicos y chicas pertenecen a la llamada «generación ni-ni», es decir, «ni estudian ni trabajan», y, por si fuera poco, los porcentajes de abandono escolar van a más, al igual que su agresividad tanto en el ámbito familiar y doméstico como en sus relaciones sociales y escolares, e igualmente sucede con conductas que supuestamente, en un mundo como el suyo, con mucho más acceso a la información y a la educación, deberían estar erradicadas, entre las que llaman poderosamente la atención el machismo y la violencia de género.⁶

Si a este panorama unimos el consumo de drogas y alcohol, el creciente materialismo, la falta de comunicación con los adultos y, también, las conductas despóticas y caprichosas dentro del hogar, tendremos motivos más que sobrados para preocuparnos.

¿Qué les pasa a nuestros chicos? ¿Es la sociedad en la que viven? ¿Son los cambios de un mundo que avanza demasiado rápido y ni ellos ni nosotros, los adultos, logramos asumir? ¿O es que algo falla en nuestro sistema educativo, en nuestro modo de enseñarles a convivir y crecer?

Sea como fuere, debido a esta realidad innegable y a la avalancha de noticias relacionadas con ella, hace cinco años surgió la iniciativa de estrenar «Hermano Mayor» en Cuatro, perteneciente al grupo Mediaset España, que en sus ya

rados los alumnos españoles en PISA?», en *ABC*, 5 de noviembre de 2012.

6. «La violencia machista sobrevive en las parejas más jóvenes. Cada vez más adolescentes acuden a centros de atención para mujeres maltratadas por sus parejas», en *El País*, 28 de mayo de 2013.

siete temporadas cuenta con una gran aceptación por parte de la audiencia.

En el programa, trabajamos para restablecer la convivencia saludable dentro de hogares entre cuyos componentes figuren jóvenes de dieciocho a veinticuatro años que presentan trastornos de conducta que terminan por afectar a los restantes miembros de su familia y a la convivencia dentro del hogar.

Es lógico suponer que si estás leyendo este libro sea porque, probablemente, hayas visto el programa y sientas interés por las situaciones que en él planteamos o por el método aplicado. Es posible igualmente que tengas cerca a alguien que esté inmerso en alguna situación similar a la de los casos que se presentan en «Hermano Mayor», o que conozcas a algún adolescente con problemas o actitudes parecidos, o a un adulto que deba enfrentarse a ello y no sepa cómo hacerlo. También puede ser que, sin llegar a los extremos que presentamos en cada emisión, percibas en tu propia casa problemas de convivencia con puntos en común a los que mostramos o que comiences a detectar en tu hijo o hija actitudes o conductas que, aunque no alcancen las cotas de agresividad, adicción, despotismo, etc., que muestran los protagonistas de cada episodio, te preocupen y en cierto modo te recuerden a las que nos has visto tratar, y temes que, de no atajarlas a tiempo, lleguen a convertirse en un problema mayor.

En cualquiera de estos casos, este libro puede ayudarte y darte buenos consejos que te permitan controlar la situación o, cuando menos, identificarla, para que te pongas en manos de un profesional.

Las claves de «Hermano Mayor»

Gracias a la experiencia adquirida tras nuestras muchas intervenciones en hogares con adolescentes conflictivos, hemos desarrollado una metodología que denominaremos las claves de «Hermano Mayor», que, como ya se ha demostrado y habrás podido comprobar si has visto alguno de nuestros programas, consiguen que se produzca el acercamiento necesario para que se pueda volver a disfrutar de una sana convivencia entre padres, madres, hermanos y los hijos o hijas generadores de la tensión familiar.

Después de más de ochenta intervenciones televisadas, ¿dónde radica el secreto de su éxito?

En primer lugar, y como sucede con un buen número de disciplinas y muchas terapias, en el trabajo en equipo. Y es que lo cierto es que «Hermano Mayor» es el fruto del intenso trabajo conjunto de profesionales especializados en diversas áreas.

Así pues, es necesario que asumas que tú también vas a necesitar ayuda, ya sea para salir de tu problema o para lograr que alguien querido o cercano a ti lo haga. El equipo es fundamental, y no debes dudar a la hora de recurrir a amigos, familiares o compañeros para pedirles ayuda y apoyo, porque nuestra propia experiencia es que sólo así conseguirás el éxito en tu empeño.

A continuación te desvelamos las claves de «Hermano Mayor», no sin antes señalar que somos conscientes de que tú no dispones de los mismos medios que nosotros en el programa. Probablemente no tendrás a mano una piscina llena de cocodrilos o tiburones que hagan experimentar al adolescente que te preocupa qué es sentir en su propia car-

ne el miedo que él provoca en ti, o que no conozcas a ninguna karateca, boxeadora o luchadora olímpica que pueda hacerle sentir amenazado y comprender que el modo en que grita a las mujeres que lo rodean puede resultar tan angustiante como estar frente a esas mujeres poderosas que bien podrían darle una paliza sin el más mínimo esfuerzo.

No se trata de eso, por descontado, como tampoco esperamos que estés inmerso en una situación tan extrema. Nuestra única intención es darte unas pautas, unas claves, que te permitan identificar y atajar estas actitudes antes de que se conviertan en algo realmente preocupante y que, de algunos de los casos en los que nosotros hemos participado, puedas extraer ejemplos válidos que te ilustren sobre el modo de identificar y reconducir estas actitudes que, como ya sabemos, pueden llegar a enturbiar por completo la convivencia familiar.

El método

Ante todo, es importante dejar claro que todo lo que ocurre en cada uno de los capítulos de «Hermano Mayor» es real. Es decir, trabajamos con familias reales formadas por padres e hijos reales que tienen problemas reales. Y les ayudamos a solucionarlos de un modo directo y eficaz, pero en ningún caso ignorando las características particulares de cada caso.

No hay nada ficticio, por más que aparezcamos en la televisión; eso sí, nos vemos obligados a editar el ingente material grabado para que el espectador pueda ver los momentos más importantes o representativos de cada caso, pues como es normal grabamos muchas más escenas de las

que luego, por una pura cuestión de tiempo, podemos emitir.

Si recalcamos todo esto es para que comprendas que a partir de ahora, cuando hablemos de nuestro método o pongamos ejemplos de casos en los que hemos intervenido para ayudar a chicos y chicas con problemas, nos estaremos refiriendo a nuestra propia experiencia real y, por tanto, nuestros consejos siempre tienen una base práctica, ya que los hemos llevado a cabo en situaciones reales.

Otro tema es, por supuesto, nuestra obligación de proteger la identidad de los chicos implicados, ya sean menores o no, y, por supuesto, también de sus familias, y es por eso por lo que queremos advertirte de que, si bien todos los casos de los que hablaremos en los capítulos que siguen a éste que nos ocupa son cien por cien verídicos, los nombres con los que aparecen citados los chicos y sus familias han sido cambiados.

Dicho esto, pasemos ahora a hablar de nuestro muy especial método.

Cuando algún progenitor desesperado solicita la intervención de «Hermano Mayor» es porque la situación ha llegado a un límite tal que no le queda más salida que reconocer su propia impotencia para solventarla. Ante una llamada de estas características, cuando nos ponemos en marcha, hay una cosa que tenemos meridianamente clara: que lo que vamos a realizar es una intervención televisada y, por tanto, sabemos que no disponemos de mucho tiempo para conseguir nuestros objetivos, que son:

- Reeducar al adolescente problemático.
- Restablecer la convivencia saludable, si en algún mo-

mento la hubo, o, en caso de no ser así, alcanzar un estado de razonable bienestar familiar para todos los miembros del hogar.

- Devolver la autoridad a los padres para que puedan ser los guías de sus hijos.
- Dejar sentadas unas pautas concretas para que la nueva situación en la familia se mantenga.

La metodología destinada a alcanzar estos objetivos, que puede variar y adaptarse, llevándonos a nuevas formas de intervención más adecuadas a cada caso en particular, en la mayoría de los casos consiste en enseñar a los chavales a canalizar la frustración y la rabia, de manera que puedan asumirlas y dominarlas.

La experiencia adquirida tras tantos años de singladura en «Hermano Mayor» nos ha enseñado que, en la juventud, el mayor reto al que deben enfrentarse los chicos hoy en día es el manejo de la frustración.

Crecer consiste en enfrentarse a ella y madurar es gestionar ese enfrentamiento de una manera positiva. Al dejar de ser niños se acaban los caprichos, comienzan las obligaciones y las responsabilidades, ya no hay excusas, no podemos escudarnos detrás de nuestra inocencia, de nuestra poca edad, de la dependencia de los adultos... Tenemos que valernos por nosotros mismos y, sobre todo, responder por nuestros actos.

La experiencia que nos da nuestro trabajo en «Hermano Mayor» nos ha demostrado que en la mayoría de las ocasiones las conductas de los jóvenes, ya sean agresivas, apáticas o consumistas, ya consistan en adicciones, tiranía o despotismo con quienes los rodean, tienen un origen común: una ineficaz canalización de la frustración. Se trata de

chicos que no han recibido las enseñanzas vitales necesarias para encauzar esa frustración que, esencialmente, descubrimos al crecer, al hacernos adultos y vernos obligados a enfrentarnos a las negativas, a los problemas de la vida real que nuestros padres nos ocultaban o endulzaban cuando éramos niños. En el fondo, en un buen número de casos, esta frustración es el origen de todo y la causa final de la irascibilidad de los chicos y la fuente de los conflictos que provocan dentro del hogar, con la familia, y, también, en el instituto o en la calle con los amigos.

Ya se trate del consumo de drogas o alcohol, del fracaso escolar, de agresividad, de inadaptación, lo cierto es que detrás de todas estas conductas hay una serie de factores comunes que tienen su origen, básicamente, en la falta de herramientas para afrontar el fracaso y manejar la frustración.

Los celos, el miedo a quedarse solo, la sensación de abandono originada por un duelo mal gestionado tras la muerte de un familiar, la separación de los padres o la percepción de que se debe luchar con los hermanos por el cariño de los progenitores suelen traer parejas las explosiones de violencia dentro del hogar del joven, que, al no saber canalizar esos temores a la soledad o a no ser querido o aceptado, reacciona con agresividad.

Por otra parte, el consumo de alcohol y drogas puede obedecer también a una baja autoestima o a la permisividad de unos padres que no han sabido poner límites a tiempo y han criado sin querer a unos hijos tiranos que no saben aceptar un no por respuesta ni luchar por lo que desean, que creen que todo les ha de ser concedido porque sí y no son capaces de canalizar la frustración que les genera no ver satisfechos sus deseos.