



¿Qué pasa si mi pareja y yo no nos ponemos de acuerdo sobre cómo manejar el consumo de sustancias de nuestro hijo o hija?

Con información contradictoria procedente de amigos y familiares que tienen buenas intenciones, de los medios de comunicación, de nuestra cultura e incluso de algunos profesionales, puede resultar increíblemente estresante saber qué hacer cuando su hijo o hija tiene problemas con el consumo de sustancias. Sin embargo, de lo que no se suele hablar es del posible conflicto entre usted y su marido, esposa, pareja o compañero sentimental cuando intenta ayudar a su hijo. **El consumo de sustancias es una lucha que puede poner a prueba a toda la familia, y el matrimonio no está excluido.**

No es infrecuente no estar de acuerdo en la forma de manejar ciertas situaciones con un hijo. Pero puede parecer que hay mucho más en juego cuando su hijo consume drogas o alcohol y necesita apoyo. Los desacuerdos sobre la comunicación, las consecuencias, la ayuda económica, la vivienda u otras cuestiones pueden hacer que sientas que no estás de acuerdo y que no sepas cómo seguir adelante.

¿Cómo afrontar que su pareja no esté de acuerdo con usted?

Un primer paso es encontrar puntos en común. Los dos quieren que su hijo tenga una vida más sana y feliz. Y los dos quieren hacer todo lo posible para conseguirlo. Así que intenten colaborar. Primero habla de todo aquello en lo que estén de acuerdo. Tendrá la ventaja añadida de que ambos se sentirán más unidos antes de entrar en las diferencias.

Por ejemplo, puede que le preocupe que su pareja no se tome el consumo de sustancias de su hijo tan en serio como usted, pero está de acuerdo en que los estudios son importantes y no quiere que su hijo se vea atrapado en el sistema judicial. También pueden estar de acuerdo en que hay amigos que no son una gran influencia para su hijo o hija. Partiendo de esta base común, pueden explorar sus diferencias preguntándole: **"¿Qué tendría que pasar para que te preocuparas más?"**. Digamos que su pareja está de acuerdo en que un deterioro académico sería un problema: intente ser más específico. ¿Significa que no ha hecho los deberes, ha sacado mala nota en un examen, ha faltado a clase, ha suspendido una asignatura, ha recibido una llamada de preocupación del colegio, etc.? Cuantos más detalles, mejor.

Otro ejemplo: una persona preocupada porque su hijo necesitaba dinero para las reparaciones del coche relacionadas con un accidente para poder seguir trabajando, pero su marido no estaba de acuerdo. No quería proporcionar el dinero debido al consumo de marihuana de su hijo. Ambos estaban de acuerdo en que, cuando trabajaba, no fumaba marihuana. Su solución fue ofrecer los fondos, pero sólo si había un plan de pago acordado con un depósito directo de su cuenta bancaria a la de ellos.

En lugar de aferrarse a la postura de cada miembro de la pareja, también puede ayudar pensar de forma diferente y resolver los problemas. Por ejemplo, usted puede pensar que su hijo necesita más supervisión, pero su pareja cree que debería ser expulsado de casa por consumo de sustancias. A las parejas se les han ocurrido todo tipo de formas de abordar esta situación, como poner el tratamiento como condición para permanecer en casa, permitirle el acceso a la casa sólo si hay alguien más en casa,

Traducido a Español: <https://drugfree.org/article/what-if-my-spouse-and-i-dont-agree-on-how-to-handle-our-childs-substance-use/>

trasladarle a otra habitación de la casa, como el garaje, decirle que tiene que irse el fin de semana o durante otro periodo de tiempo, en lugar de un traslado permanente, hacer que se vaya a vivir con un amigo o un familiar, etc.

¿Y si no podemos llegar a un acuerdo sobre cómo ayudar a nuestro hijo?

Independientemente de lo que se les ocurra a los padres, **es importante que se mantengan unidos a su hijo con dificultades**. Si realmente llegan a un punto en el que no pueden ponerse de acuerdo o llegar a un compromiso, entonces prueben el método de una persona durante un período de tiempo determinado y vean cómo les va. Por ejemplo, puede que su pareja piense que la terapia es una pérdida de tiempo y usted esté a favor. O bien la prueban durante un mes y vuelven a evaluarla a final de mes, o bien no van a terapia y comprueban si la situación mejora, reevaluando de nuevo a final de mes. En este ejemplo, es importante mantener una conversación sobre lo que significa "mejorar" para ambos.

Por encima de todo, es importante que usted (y su pareja) se centren en el cuidado de sí mismos. Es útil pensar en el consejo que se da en un avión: "ponte tu propia máscara de oxígeno antes de ayudar a los demás". Dedicar un rato de su día a buscar cualquier cosa que le guste hacer y que fortalezca su mente, cuerpo y alma. No es sano ni útil vivir continuamente en "modo pánico". Tanto usted como su pareja necesitan ser fuertes, individualmente y como equipo, para poder ayudar mejor a su hijo.