

NI SE GRITA NI SE Humilla

Educar a nuestros hijos con autoritarismo es un error a largo plazo. Por mucho que creamos que así nos atienden, solo generamos desconfianza y minamos su autoestima futura. Por *Patricia Ramírez*. Fotografía de *José Luis Ágreda*.



Cuando da gritos y falta el respeto a sus hijos, los etiqueta, y en el peor de los casos, les pega... los está humillando, les transmite que no son buenos y que no vale la pena respetarlos, que se merecen ese trato y les enseña una forma equivocada de ejercer el control. Cuando sean mayores y tengan hijos, repetirán este modelo de disciplina con sus hijos, lo ejercerán como jefes en la oficina y tratarán de forma agresiva a los amigos en el cole y a sus parejas.

APRENDIZAJE HEREDADO

“Si queremos que nuestros hijos sean personas de bien, debemos empezar nosotros por ser personas de bien” (Albert Einstein)

Los padres y madres agresivos se sienten orgullosos de tener hijos obedientes y sumisos. Las personas autoritarias consiguen mucho poder en un corto espacio de tiempo. Normal, nadie quiere que le peguen ni que le digan “no sabes hacer nada, eres un imbécil”. Pero el coste que supone este tipo de disciplina es muy alto. Los hijos pierden la confianza en sus padres, dejan de hablar con ellos porque tienen miedo de las consecuencias de lo que cuentan, mienten porque la verdad puede ser negativa para ellos, y en el peor de los casos se sienten tan angustiados que terminan rechazando y refugiándose en todo lo que les aleja de la realidad. Confían más en los amigos y los padres de sus amigos que en los suyos propios. A pesar de que algunos niños son más activos, inquietos, “movidos” que otros, todos responden si actuamos siguiendo unas

Mira que eres pesado! Te lo digo por última vez, o vienes ahora mismo o... me quito la zapatilla”. ¿Recuerda a su madre pronunciar esta frase? La mayoría de los hijos han sufrido este tipo de amenazas, que en ocasiones se volvían realidad y en otras quedaban simplemente en eso... amenazas.

Siempre hemos oído decir que los niños no nacen con un manual debajo del brazo... mentira. ¡Será por manuales! Esta frase tenía sentido hace 30 años, pero hoy día, los que no se educan para ser unos buenos padres es porque no tienen ningún interés en hacerlo. Se excusan en ideas como que “nuestros padres siempre nos han dado una bofetada y no tenemos ningún trauma”. Pero hoy existen directrices que ayudan y facilitan la labor educativa, que explican qué hacer y qué es perjudicial para el crecimiento y desarrollo de su hijo.

Vivimos de forma acelerada. Muchos padres están al borde de un ataque de

nervios... siempre corriendo. Los niños son una fuente de placer, pero también una fuente de estrés. Están continuamente comprobando dónde están sus límites. Y si a esta conducta tan típica de todos los niños se añade la poca paciencia que tienen los adultos, la situación se convierte en una bomba de relojería.

La tendencia es dejarse llevar por los impulsos. Contemple esta escena: “Pepe, métete en la ducha, que ya está la cena”. “Ya voy”, responde Pepe, pero sigue jugando en el ordenador y la madre le vuelve a decir: “Pepe, te he dicho que te metas en la ducha”. El niño, acostumbrado a que le repitan todo cinco veces, pasa y sigue jugando. La madre piensa: “Siempre me pone al límite, nadie piensa en mí, por qué no obedecerá a la primera... siempre estamos igual”, y fruto de esta interpretación grita: “¡Pepe, que te he dicho que te metas en la ducha, siempre estás igual, tengo que repetirlo todo veinte veces!”, se acerca hasta su habitación enfadada dando voces.

APRENDER A ENSEÑAR

1. LAS PELÍCULAS

- 'An education' y 'El club de los poetas muertos'.

2. LA FRASE

- "Podrían engendrarse hijos educados si lo estuvieran los padres" (Goethe).

3. CANCIÓN

- 'Esos locos bajitos', Serrat.

directrices basadas en el respeto, la perseverancia, la paciencia y la seguridad.

A continuación vamos a ver unas normas de lo que sería mejor dejar de hacer y de lo que sí funciona. Como madre, padre o responsable del niño, no puede... y en cambio debería...

No puede: etiquetarlo, compararlo ni hablarle con desprecio y humillando. "Eres tonto, si es que no das una, no te puedo pedir nada", o "eres un guarro, tienes toda la ropa sucia por medio". Cada vez que insulta y descalifica a su hijo, disminuye su autoestima y actúa potenciando justo lo que desea que cambie. Si le transmite a su hijo que es un guarro, la tendencia será a actuar conforme a su etiqueta.

Sí debería: corregir lo que desea que cambie centrando el comentario en lo que hace o deja de hacer en lugar de criticarle. Deje de insultar, es preferible decir: "Por favor, pon más atención cuando compres la fruta que te he encargado, porque la mitad de lo que has traído está tan maduro que no se puede comer".

Trate de ser cariñoso cuando pida que haga algo, sea paciente, es un niño. En caso de que no le obedezca, avísele de cuáles serán las consecuencias de no hacer lo que debe. Sea firme y no dé un paso atrás.

No puede: machacarle por sus errores. A todos nos basta con que nos digan las cosas una sola vez. El primero que se siente mal cuando se equivoca es uno mismo. Y por favor, elimine el famoso "te lo dije". No suma ni aporta nada.

En cambio, debería: hacerle entender dónde está el error, dialogar, preguntarle si necesita ayuda. Si es necesario castigar, hágalo, pero siempre en un tono comprensivo y explicando que existen equivocaciones que tienen consecuencias negativas y que esta es una forma de aprendizaje.

No puede: castigar de forma desproporcionada y/o pegarle. Los castigos desproporcionados y los físicos son una de las peores humillaciones. Sí es cierto que a través de los castigos los niños aprenden que cuando son desobedientes obtienen consecuencias negativas. Pero veamos cuáles son las directrices para que el castigo sea un recurso eficaz y no una herramienta agresiva. Motivo de castigo es desobedecer, faltar al respeto, hacer daño a otros, no cumplir con las obligaciones o no comportarse conforme a las escalas de valores que los padres transmiten a sus hijos.

Sí debería: castigar de forma efectiva, cumpliendo con los siguientes criterios: el castigo debe ser algo que se explique y que el niño sepa por qué está siendo castigado. Tiene que conocer qué puede o no puede hacer: "estás castigado sin salir hoy a jugar o sin coger el ordenador". Tiene que ser algo que al niño le moleste perder. Si le castiga con algo que le da igual, es como no hacer nada. Además, tiene que ser apropiado a la edad. No puede castigar a un niño de seis años sin jugar todo un mes.

LAS CLAVES DEL ÉXITO EDUCATIVO

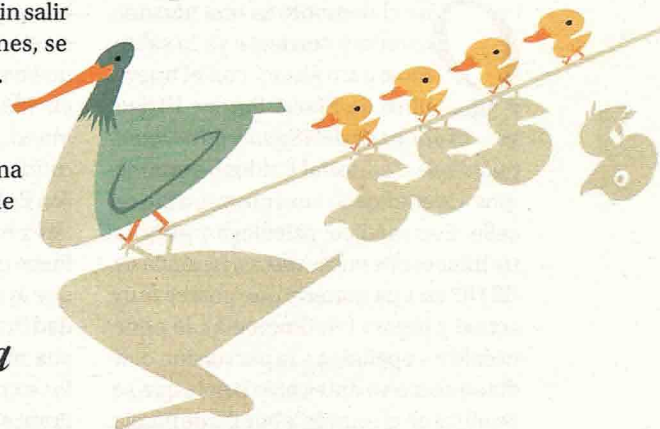
"El propósito de la educación es lograr que los niños quieran hacer lo que deben hacer"

(Howard Gardner, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard)

La inmediatez en el castigo es importante, sobre todo en niños pequeños. Si castiga a un niño de cuatro años sin salir el fin de semana y estamos a lunes, se le olvidará y perderá el sentido. Y todo tiene que explicarlo con un tono de voz conversacional y meditado. Transmítaselo de forma tranquila y segura. No se trata de humillar, sino de que aprenda.

Y recuerde seguir normas muy sencillas como mantener la calma: se obedece más a una persona que transmite calma y seguridad que a la que pierde los papeles. Refuerce y valore los cambios que hagan sus hijos. A pesar de que piense que son sus obligaciones, a todos nos gusta que nos valoren cuando hacemos algo que está bien. Todo lo que se refuerza, tiende a repetirse. Si quiere cambiar un comportamiento, en lugar de decirle lo que no tiene que hacer, dígame lo que espera de él. En lugar de decir "deja de jugar a la pelota", dígame: "¿por qué no montas esa ciudad de Playmobil tan chula que hiciste la semana pasada?".

Establezca reglas claras y sencillas. No complique todo con mil instrucciones a la vez, que además suelen ser incompatibles unas con otras. Si le dice que recoja sus juguetes, no le diga también que se duche. Una cosa detrás de otra. Dele la opción de elegir en algunas cosas, sáquele dos pantalones y deje que escoja. Y demuéstrele siempre que su amor es incondicional. Hay niños que han llegado a interiorizar que el amor de sus padres está en función de cómo se comporten. Esto es algo muy cruel. ●



"Es importante reforzar y valorar lo que hacen nuestros hijos. A todos nos gusta que nos valoren si hacemos algo bien"