

Me gusta
la familia
que me ha
tocado

**EDUCAR A NUESTROS HIJOS
EN POSITIVO**

CARME THIÓ DE POL



EL NIÑO Y SU MUNDO

Me gusta la familia que me ha tocado

Educar a nuestros hijos en positivo

Carme Thió de Pol

Zenith

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.

Título original: *M'agrada la familia que m'ha tocat*
Publicado en catalán por Eumo Editorial

Primera edición: septiembre de 2015

© Carme Thió, 2012

Licencia otorgada por Eumo Editorial, Miramarges, 4, 08500 Vic

© de la traducción, Carme Thió de Pol, 2015

© Editorial Planeta, S. A., 2015

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-14365-9

Depósito legal: B. 17.538 - 2015

Fotocomposición: Víctor Igual

Impresión y encuadernación: Romanyà Valls

Impreso en España – *Printed in Spain*

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

Sumario

Presentación	11
I «Mis padres no me quieren.» Qué significa querer.	17
II «Yo no sé..., yo no puedo..., hazlo tú.» Por qué es tan importante la autonomía.	43
III «¡A pensar, no!» ¿Amaestrar o educar? Premios y castigos	61
IV «Mi mamá me deja.» Cómo ejercer una autoridad competente. Los límites . . .	77
V «¡Lo tienes escrito en la nevera!» La comunicación entre padres e hijos.	91
VI «¡Así no!» «Pero ¿cómo?» Conductas agresivas, peleas y conflictos	105
VII «Cuando lo veo siento grrr... y no quiero, pero le pego.» Los celos	121
VIII «La niña que tenía miedo de los monstruos.» Los miedos de noche y de día	137

IX	«Cuando te ha visto, se ha puesto nervioso.» «¡Me he puesto contento!»	
	Educar las emociones, un tema pendiente	151
X	«Le dije que su padre se había ido de viaje.»	
	Temas incómodos, temas controvertidos.	171
XI	«¿Hoy es un día de aquellos de “¡anda, vamos!, que llegamos tarde” o de los otros?»	
	El día a día.	189
XII	«Eres demasiado blanda, se lo dejas pasar todo.» «Y tú, demasiado inflexible, no tienes paciencia.»	
	Discrepancias de pareja. Dificultades	209
Para acabar...		
	Educar en positivo para aprender a vivir en positivo	225

«Mis padres no me quieren»

Qué significa querer

—En verdad, mis padres no me quieren.

—Es muy fuerte esto que me dices, Juanita. ¿Por qué te parece que tus padres no te quieren?

—Porque no les gusta nada de lo que hago.

Los padres de Juanita están muy preocupados: «Se porta muy mal, nunca nos hace caso, molesta constantemente a su hermano y le hace la vida imposible. La hemos reñido, la hemos castigado, pero sin resultado. Está siempre de mal humor».

Juanita, 9 años
(su hermano tiene 6 años)

A los padres, cuando les conté lo que ella me había dicho (con el consentimiento de Juanita), se les escaparon unas lágrimas. Al preguntarles si podían explicarse por qué se sentía así, la madre, tras pensar un rato, dijo: «Tiene razón. Hay días que, desde que se levanta hasta que se acuesta, no hacemos más que reñirla».

Esta historia expresa cuán necesario es sentirse querido e introduce la reflexión sobre un elemento tan fundamental en la vida de las personas como es ser tratado con afecto.

«Mis padres no me quieren [...], no les gusta nada de lo que hago», dice Juanita, y con estas palabras pone de relieve que, a menudo, la manera de tratar a los pequeños y las cosas que se les dicen no corresponden a los verdaderos sentimientos que las motivan y, a veces, incluso los contradicen. Ciertamente, la mayoría de los niños son queridos por sus padres, pero no todos lo perci-

ben así, como Juanita. Y saberse querido es esencial, no sólo para sentirse bien, sino para vivir.

Los niños, para crecer y avanzar, necesitan que las personas de quienes dependen sean capaces de establecer relaciones que permitan construir unos vínculos afectivos sólidos. Aunque las críticas tengan fundamento, si no se sustentan en unas relaciones de calidad, o si las exigencias sobrepasan las posibilidades y capacidades de los pequeños, su proceso de desarrollo y aprendizaje se tambalea.

El afecto es motor de vida y de aprendizaje, da fuerza para superar los retos cotidianos, y motivación para confiar y «hacer caso» a las personas que nos quieren y confían en nosotros. El trato que recibimos refleja la imagen que los otros tienen de nosotros y repercute en la autoestima, positiva o negativamente; es el *espejo* en que los pequeños se ven tal como los ven los demás.

Un niño que se cree poco querido, como es el caso de Juanita, se siente desgraciado, amenazado..., y exterioriza estos sentimientos a través del malhumor y con un comportamiento de aparente desafecto hacia los padres. Juanita tiene la necesidad de protegerse ante lo que ella percibe como un abandono de sus padres, y no les hace caso, les contesta mal e, incluso, alguna vez los insulta.

Por otra parte, el maltrato de Juanita a su hermano viene inducido por el convencimiento de que él es el culpable de que sus padres no la quieran como antes.

Juanita, que ya tiene nueve años y hace seis que siente lo que siente, empieza a darse cuenta de forma consciente de la causa de su malestar (como puede deducirse de su confidencia: «Mis padres no me quieren»). Si sus padres consiguen no ponerse a la defensiva como es habitual («¿cómo puedes decir que no te quiero si me paso el día haciendo cosas para ti?»), si de veras la escuchan, intentando entender lo que la hace sentir de este modo y, sobre todo, si le expresan lo mal que les sabe que sufra, cambiarán las emociones y las actitudes, y pronto padres e hija recompondrán sus vínculos.

No todos los niños reaccionan igual ante la misma problemática. Los hay que, como Juanita, se comportan de manera agresiva, dura, contra padres y hermanos, y contra el mundo en general, «disimulan» tan bien su fragilidad emocional y su padecimiento que su comportamiento resulta incomprensible y detestable.

En cuanto el adulto identifica el sufrimiento, el grito de socorro que se esconde tras esta conducta, sus emociones empiezan a variar y, desde la comprensión, con afecto y empatía, puede reharer y fortalecer el vínculo afectivo. El afecto es el mejor reconstituyente y un bálsamo que cura las heridas. Y el diálogo y la escucha son buenas maneras de estar atentos unos a otros, comprenderse y ayudarse mutuamente.

Cuando una persona es tratada con empatía, aprende a empatizar. La persona que es querida aprende a querer.

—Tengo un amigo que en su casa no se dicen nunca que se quieren. ¿Verdad que es triste?

—...

—Yo quiero a mi amigo, pero no se lo digo porque no sé cómo se lo tomaría.

Pablo, 6 años

¿Cómo ha de ser este cariño para que cada uno de nuestros hijos pueda percibirlo en todo momento? Es evidente que no es suficiente decir de vez en cuando «te quiero», aun cuando vale la pena hacerlo. La verdadera estima, la que llega, se basa en la aceptación, en el respeto, en la confianza y en otras actitudes necesarias para que este «te quiero» sea creíble.

Amar es valorar, aceptar, respetar, escuchar, impulsar la autonomía y la independencia, satisfacer las necesidades; no es atar ni poseer, ni dominar, ni halagar, ni contemplar, ni consentir, ni sobreproteger; por supuesto, tampoco es dejar hacer lo que se quiera.

Aceptar la manera de ser

Cada persona nace con unas características propias provenientes de su herencia genética que la hacen diferente de las demás. Cada uno es como es y esto no puede cambiarse. Se puede modificar la manera de hacer, pero no la manera de ser. La educación hace que estas características personales se conviertan en cualidades o defectos. Por ejemplo, un niño que muestra tenacidad puede acabar actuando con tozudez, o bien de manera persistente y perseverante. El que es muy activo puede aprender a comportarse de una manera emprendedora y diligente, o bien de modo irreflexivo e impulsivo. Más o menos todo el mundo parte de un modelo, de una idea de cómo querría que fuese su hijo, empezando por si prefiere que sea niño o niña... Cuanto más alejado de este modelo está el hijo, más difícil resulta aceptarlo. Conviene entender, sin embargo, que no aceptar a los hijos como son, además de ser una crueldad, es una manera de desaprovechar las potencialidades de cada cual. Y un modo de gastar energías inútilmente persiguiendo un cambio que no es factible.

Un día, en una reunión de un grupo de padres y madres que estaban esperando un hijo, uno de los padres dijo:

—Yo a mi hijo no le cambiaré los pañales, porque la caca me da asco.

Es posible que este padre, con el hijo delante, rectificase su actitud, pero es evidente que ésta no es una buena predisposición para tener hijos. Tener hijos comporta hacerse cargo de ellos, cuidarlos y satisfacer sus necesidades, todas, con amor y con alegría, si puede ser. Este tipo de actitudes puede provocar que algunos padres o madres se pasen el día quejándose de que el pequeño ha hecho algo mal: siempre se equivoca, nunca sabe... Sólo ven aspectos negativos en sus hijos. No aceptan o pasan por alto que los niños tienen que aprender, y que educarlos y acompañarlos en su aprendizaje es el papel de los padres, es una tarea que deben llevar a cabo con amor y alegría, si es posible.

A veces, el trato que se da a los críos refleja disgusto por cómo son y transmite desprecio.

—Papá, ¿qué es un aeródromo? —dice Cristina.

—¿Todavía no lo sabes? —responde el padre malhumorado—.

Esta niña no sabe nada —dice, dirigiéndose a la madre.

Cristina, 6 años

Otras veces, nuestra actitud manifiesta cansancio por el trabajo que dan los pequeños, insatisfacción por lo que aún no saben hacer, una crítica constante, más interés por lo que hacen que por lo que piensan o sienten. Este tipo de trato daña la autoestima e interfiere en la percepción del afecto. Los hijos dependen forzosamente de los padres, no deberíamos hacerles sentir que son una carga... ¡o una molestia! O que queremos que sean distintos de como son.

La aceptación se hace perceptible cuando la relación transmite lo que tanto nos gusta, a pequeños y mayores, y que nos produce *calorcillo*: «Me gusta cómo eres, me gusta estar contigo...», manifestado de forma explícita, con palabras y con hechos.

Querer es interesarse: hay que observar, reflexionar...

Pero aceptar no es suficiente. Amar comporta sentir un verdadero interés por conocer al niño, lo cual requiere escucharlo, y tener una actitud observadora y reflexiva.

Frases como «Me interesa qué dices, qué piensas, qué sientes...» manifiestan que se tiene al pequeño en cuenta. A menudo, los diálogos que se mantienen con los niños reflejan poco interés por la persona. La típica pregunta «¿qué has comido hoy?» manifiesta más interés por los alimentos que por la persona. Para ellos, se convierte en un examen de memoria, uno más de todos

los que se les hacen continuamente («¿quién soy?», «¿de qué color es?»). En cambio, la pregunta «¿te ha gustado la comida?» traslada el interés hacia la persona.

Los tópicos, las etiquetas y los prejuicios son obstáculos para conocer a cada niño y poder ayudarlo mejor en su camino de formación y aprendizaje.

—Mi hija ya me toma el pelo.

—¿Por qué te parece que te toma el pelo?

—Porque llora y no le pasa nada.

—Y ¿cómo se calla?

—Se calla si la cojo en brazos...

Bel, 1 mes

Parece evidente que una criatura de un mes no tiene capacidad intelectual para tomar el pelo. Si se eliminan tópicos y prejuicios, la comprensión de que la pequeña llora porque no tiene otra manera de llamar la atención de su madre y pedir que la coja en brazos, es inmediata. Demanda bien lícita por otra parte, o ¿es que un bebé no puede tener ganas de estar en el regazo de su madre? Si en vez de tratarse de un bebé, se piensa en un niño de dos años o más que solicita «mamá, ¿me coges en brazos?», ya no creeremos que es una tomadura de pelo, sino la expresión de un deseo o de una necesidad, y la madre tendrá que decir sí o no, en función de si puede o de si lo considera conveniente. Los pequeños no toman el pelo. Si lloran, es porque no pueden pedir de otro modo lo que quieren, o porque así lo han aprendido.

Un día, hablando de este tema, una madre nos explicó la siguiente anécdota:

—Mi hija Laura es muy caprichosa. Cada mañana mantenemos una batalla campal porque nunca quiere ponerse la ropa que le he preparado. El otro día fuimos a comprar zapatos. Le compré los que ella escogió. Estaba muy contenta. Yo pensé que a la

mañana siguiente no habría peleas porque estaría feliz de estreñarlos. Al día siguiente, todo iba bien hasta que empecé a calzarme un zapato: «¡Ay, no pongas!», protestó. Me puse hecha una furia. «¿No puedes estar nunca contenta, ni siquiera hoy? Eres una caprichosa, ahora me gusta, ahora no me gusta...» Y le lancé una serie de improperios con toda mi rabia acumulada... Y Laura llorando, desconsolada. —Se le rompe la voz—. Mientras le estaba gritando, puse la mano dentro del zapato. ¡Había una bola de papel! De pronto me di cuenta de lo inapropiado (por decirlo suavemente) de mi reacción. Laura sabía hablar, pero es que ¡no le di ninguna opción!

La madre finaliza el relato un poco alterada y enfadada consigo misma.

Laura, 2 años y 8 meses

«Laura es muy caprichosa», dice la madre al iniciar su relato, y este convencimiento le impide buscar las causas de la protesta. La madre deja de preguntarse el porqué de la actitud de Laura. No hace falta, ya tiene la respuesta por anticipado.

Desprenderse de tópicos y etiquetas, y acercarse a cada niño libre de prejuicios, permite conocerlo de verdad y, en consecuencia, quererlo, entenderlo y tratarlo con respeto.

Generosidad y amabilidad para hacer más fácil la relación

Estas dos actitudes proporcionan fluidez a las relaciones y hacen la vida agradable. Están implícitas en la estima, porque el que ama desea que el ser querido se sienta bien y sea feliz.

La amabilidad, que va asociada al hecho de amar, comporta poner atención en felicitar y elogiar al niño por sus avances, grandes o pequeños. Porque el reconocimiento y la valoración del camino efectuado anima y motiva. Entrar por la vía del reconocimiento y la felicitación requiere desprenderse del hábito tan extendido de ver más la parte negativa de las cosas que la positiva.

Huelga decir que desde una perspectiva positiva se aprecian mejor los avances y desaparece la insatisfacción.

«Me importa que te sientas bien.» La actitud generosa ofrece un modelo diferente que permite al niño modificar su manera de entrar en la relación y facilita que todos salgan beneficiados y de mejor humor.

—Yo tengo una bici y tú nooo —me dice Sergio con un sonsonete antipático.

—Vas en una bicicleta muy bonita. Me gusta mucho que te lo pases bien —le respondo.

Me mira con cierta perplejidad, como si pensara «ésta no me ha entendido». Sin decir nada, da una vuelta en bici por el patio, regresa hacia mí, me sonrío y me dice:

—Ten, te la dejo...

Sergio, 2 años y 9 meses

Tratar con generosidad comporta evitar los modelos vengativos tan frecuentes, como por ejemplo: «Si tú no me das, yo tampoco te daré». O cambiar la forma de felicitar habitual con expresiones tan frecuentes como antipáticas: «¿Ves? ¡Ya te lo decía, yo!», y me cuelgo la medalla por ser tan sabia; o ante un fracaso: «Ya te lo había dicho yo...», descargando vengativamente sobre la criatura la frustración y el enfado.

La generosidad de uno apela a la generosidad del otro, como ilustra esta pequeña conversación con Sergio, el niño de la bici. Las respuestas vengativas, aunque sean dichas en broma, crean «mal rollo». Existe un dicho que expresa poéticamente esta idea: «Quien regala flores, tiene siempre las manos perfumadas».

La actitud positiva da alegría y optimismo

Las actitudes actúan sobre el estado de ánimo. Vivir en positivo hace a las personas más fuertes y más felices. Las actitudes nega-

tivas debilitan a la persona, porque transmiten desconfianza en las propias capacidades. En vez de animar, desaniman y hacen sentirse mal.

Unos padres van a la escuela infantil a buscar a su hijo, que está en la época de aprender a controlar esfínteres. Preguntan a la educadora: «¿Cuántas veces se le ha escapado el pipí hoy?». Otra madre de la misma clase se acerca y pregunta a la misma educadora: «¿Cuántos pipís ha hecho en el orinal?».

La pregunta de los primeros padres les conducirá casi sin remedio a la insatisfacción, porque cualquier respuesta que no sea «ninguna» ya no permite estar contentos. Ver solamente lo que falta para llegar transmite insatisfacción, desanima y resta fuerza. Además, es una pregunta que presupone que el hijo no controla. En cambio, la pregunta «¿cuántos pipís ha hecho en el orinal?» no cuestiona la capacidad del hijo, sino que da por supuesto que controla y, aunque sea sólo uno, permite estar satisfecho: uno es mejor que ninguno y, si hoy ha acertado uno, mañana quizá serán dos o tres.

El padre de Jaime acompañaba a su hijo a la escuela. Jaime iba recitando un poema en inglés que había tenido que aprender para la evaluación del día anterior. El padre se iba poniendo nervioso porque consideraba que lo hacía muy mal. Tanto que, cuando pudo, paró el coche y le dijo: «Mira, se dice así», y se lo recitó. A Jaime se le enrojecían las mejillas y, cuando el padre acabó, con voz rabiosa y algo llorosa, le respondió: «Pues me han puesto sobresaliente».

Jaime, 10 años

Un ejemplo perfecto de persona insatisfecha por no saber apreciar el camino andado y fijarse solamente en lo que falta.

El adulto protagonista de esta historia lo explicaba avergonzado al grupo de padres, porque, además de la diferencia de edad, había pasado siete años en Estados Unidos y, evidentemente, su

dominio del inglés era excelente. Pedirle a Jaime que lo hiciera como él era insensato. Y su reacción, producida por la insatisfacción, era una bofetada psicológica, un jarro de agua fría, que produjo en Jaime rabia y tristeza a la vez por haber defraudado al padre.

Amar, pues, también es disfrutar con los niños de su proceso de aprendizaje, paso a paso y día a día, y gozar de estar a su lado.

La empatía hace milagros

Por regla general se soporta poco el sufrimiento, el dolor, el esfuerzo y la rabia. Especialmente, los padres cuando se trata de sus hijos. Esconder, negar o minimizar son mecanismos de defensa, a menudo inconscientes, fuertemente enraizados: «No pasa nada», «No cuesta nada», «No llores», «Es muy fácil», «No te enfades», son el tipo de frases y comentarios que oímos desde pequeños y aún ahora a nuestro alrededor. Son auténticas tapaderas que dejan encerrados a oscuras sentimientos y emociones, como si fuesen trastos que sólo causan molestias.

Esconder, negar o minimizar son maneras de actuar y de relacionarse carentes de empatía. La comprensión que recibimos de los demás nos reconforta, nos reafirma. Y nos permite encontrar recursos para superar la dificultad.

Para comprender de verdad a los hijos y poder ayudarlos es necesario salir de los «no te enfades», «no tengas miedo», «no estés triste», «no seas celoso», tan habituales, y conversar de veras con ellos, reconocer y aceptar los sentimientos que manifiestan (aunque nos parezcan inadecuados).

En un grupo de padres y madres, tras haber dedicado una sesión a reflexionar sobre la empatía, un padre quiso compartir con el grupo lo que había conseguido tratando a sus hijos con empatía.

La semana pasada, mi mujer tuvo que ausentarse de casa por un viaje de trabajo. Yo me quedé con mis hijos, Carlos y Edurne. De día estaban bien, pero de noche se ponían tristes, especialmente Carlos, y yo los tenía que confortar. El lunes y el martes lo superé bastante bien, pero el miércoles Carlos estaba desconsolado y no había manera de calmarlo. Yo empezaba a desesperarme, cuando de pronto, como una iluminación, me vino a la mente esta palabra, EMPATÍA, en letras grandes.

Estuve un rato reflexionando y le dije a mi hijo: «Carlos, ya entiendo por qué lloras. Lloras porque estás triste, porque mamá no está. Yo también estoy triste porque no está mamá, pero no lloro porque sé que volverá». Carlos, sin decir nada, se secó los ojos con las manos y me abrazó... —el padre se para un momento, emocionado, y continúa—. Las noches del jueves y el viernes fueron como la seda.

Carlos, 5 años; Edurne, 3 años

Permitir que afloren los sentimientos y las emociones estrecha los vínculos afectivos. En este caso, de una situación conflictiva se pasa a una situación llena de amor y de ternura, de las que producen calor en el corazón.

La empatía obra milagros, nos hace ser más humanos y sentirnos más cercanos. Permite establecer relaciones en las que el adulto, en vez de basar su autoridad en el poder y la fuerza, la ejerce a partir de la estima, el acompañamiento, y la confianza en la capacidad y las ganas de los niños de hacer bien las cosas.

Una madre, nueva en el grupo, explica que viene de Galicia, que se acaba de separar de su marido y que se ha trasladado a Barcelona junto con sus dos hijos. Dice que al mayor le costó mucho marcharse de Galicia, y dejar la escuela y a sus amigos. Y ahora, en Barcelona, a pesar de la paciencia que los maestros han tenido con él, hoy lo han expulsado de clase porque molestaba mucho, demasiado. La madre está desesperada y no sabe

qué hacer. Lo ha castigado, pero aún ha sido peor, porque se ha puesto violento con ella, cosa que no había hecho nunca.

Esta historia nos hace intuir que es un niño que está sufriendo mucho y que está pidiendo ayuda a gritos. Lo que menos necesita son castigos; por el contrario, un reconocimiento y acogida de sus sentimientos de duelo (del padre, de los abuelos y de los amigos) podría allanar el camino de su adaptación a la nueva situación.

En el encuentro siguiente, al cabo de un mes, la madre nos explicó que, cuando volvieron a castigarlo, lo abrazó muy fuerte y le dijo: «Qué mal lo debes estar pasando para hacer todo lo que estás haciendo en la escuela...». El niño rompió a llorar con unos sollozos que le estremecían todo el cuerpo. No sabe cuánto tiempo estuvieron abrazados, llorando los dos, la madre más suavemente. Cuando las lágrimas del niño se fueron apaciguando, se miraron a los ojos y volvieron a abrazarse. Sin palabras. Al cabo de pocos días, los maestros le comunicaron que el niño se estaba adaptando bien a la escuela.

Esta conmovedora historia relata un acto de empatía no verbal. Ante unos sentimientos tan intensos, no hay palabras que valgan, pero aquellos lloros y aquellos abrazos hicieron que la comunicación entre madre e hijo fuese total: «Sufrimos, estamos juntos, nos queremos».

Quien no se siente respetado, no se siente amado

No es posible amar sin respetar. El respeto fortalece, da seguridad y confianza. A veces, se trata a los niños como juguetes u objetos, quizá preciosos y delicados, pero en definitiva como objetos y no como personas, pequeñas, pero competentes y con capacidades de hacer y de aprender.

Tratarlos con respeto implica escucharlos, confiar en ellos, en sus ganas de hacer las cosas bien; implica intentar entender sus

razones. La idea de niño que prevalece en nuestra sociedad está llena de tópicos y prejuicios que es necesario combatir.

Respetar comporta preservar su intimidad. Disfrutar con ellos y no a su costa. En cambio, hablar de ellos en su presencia, reñirlos o halagarlos en público, reírse de cosas que han dicho o hecho los humilla y ofende. Las criaturas, desde muy pequeños, tienen capacidad de sentir y son especialmente sensibles a los ataques a su intimidad. Se sienten mal cuando se los trata como si no estuvieran presentes, como si no oyesen ni entendiesen. Los niños son personas, con sentimientos y emociones, con derechos y deberes, como cualquier adulto.

Sin embargo, para algunos adultos la relación con los pequeños consiste en someterlos a «juegos» prepotentes: «¿Quieres un caramelo? Pues a ver si lo coges...», y los chiquillos han de saltar y saltar, y a menudo las cosas acaban mal. Porque lo que se consigue es molestarlos, provocarlos y fastidiarlos. Por ejemplo, en las piscinas es habitual ver personas que se dedican a salpicar a los críos y hacerles chillar, cuando han dejado muy claro que no quieren entrar en el juego de «tú me salpicas, yo te salpico». Son situaciones en las que se produce una mezcla de abuso, algo de sadismo, violencia y prepotencia. Y ¡no están mal vistas!

En una escuela, había una ayudante a la que le gustaba pellizcar las mejillas de los bebés. Cuando se le preguntó si no se daba cuenta de que a ellos no les gustaba, que les hacía llorar, respondió riendo: «Sí que lo veo, pero es que me encanta ver cómo hacen pucheritos».

He ahí un buen ejemplo de persona que trata al bebé como un objeto de diversión. Como aquellas otras que lo sacan de la cuna aunque estén dormidos. «Es que no puedo aguantarme, ¡es tan mono!», dicen como excusa a su falta de respeto. ¡Los bebés no son muñecos!

Respetar requiere tener en cuenta las opiniones, los gustos, los sentimientos y las emociones de los chiquillos y aceptarlos,

sin que ello signifique que no se puedan poner límites a sus deseos, ni que tengan que hacer o que tengamos que permitir que hagan siempre lo que quieran.

—Las fresas no me gustan.

—No puede ser, ¡si son buenísimas!

Podríamos decir:

—Ya veo que no te gustan, a mí sí y mucho. Aunque no te apetezcan, tendrías que comer una o dos; así, poco a poco, quizá te gustarán y acabarás disfrutando al comerlas.

La falta de respeto que significa la negación del sentimiento, la emoción o el gusto descalifica y hace que el niño se sienta inadecuado y poca cosa.

Para ayudar a entender por qué una determinada conducta es criticable, debemos dejar de identificar (como es tan habitual) la conducta con la persona; es decir, hemos de diferenciar la persona de sus actos. Esto permite poner el acento en el comportamiento, criticar no a la persona, sino lo que ha hecho o dejado de hacer. Esta distinción hace posible que la crítica, en vez de basarse en una descalificación de la persona, pueda centrarse en la conducta. Por ejemplo, afirmar «esto es una tontería», en lugar de «eres tonto»; señalar «es una porquería», y no «eres sucio»; «está desordenado», y no «eres un desordenado»; «es una burrada», y no «eres burro». Son expresiones que califican (o descalifican) la conducta, no a la persona. La etiqueta condena y a la vez justifica. Hierde la autoestima. Dirigir la crítica a la acción permite que el crío, que ya no se tiene que defender de la descalificación, porque no se siente atacado, pueda centrarse también en la conducta: «Esto que has hecho hoy no está bien, pero mañana puedes hacerlo mejor» deja la puerta abierta a la rectificación y la mejora.

Julián recoge el anorak y empieza a salir. Sobre su mesa hay una mochila.

—Julián, me parece que te dejas algo —dice la maestra.

Julián se gira y ve la mochila.

—¡Ay, la mochila!

La coge, se acerca a la maestra y le dice con aire de cierta satisfacción en la cara:

—¿Sabes? Te explicaré algo: en mi casa, la mitad son despistados y la otra mitad, no. Y ¡yo soy de los despistados!

—Ah, y ¿por esto no hace falta que pienses? —le responde la maestra.

Julián, sorprendido por la respuesta, se va un poco confuso, sin decir nada más.

Julián, 6 años

—¿Por qué pegas tanto a tu hermano ¿Le quieres hacer daño?

—le pregunto.

—No. Es que yo soy malo —responde Ignacio.

—Tú no eres malo, Ignacio, haces cosas bien y cosas mal, como todos —le digo.

—No, yo soy malo, mi madre me lo dice, y los malos pegan.

Ignacio, 5 años

Estas dos anécdotas nos inducen a pensar que las etiquetas condenan y a la vez justifican. Julián asume plenamente, e incluso con satisfacción, el papel de despistado. Como en este caso la etiqueta lo identifica con un grupo, no ataca su autoestima. Pero sí que se siente justificado y, por lo tanto, no hace ningún esfuerzo ni se responsabiliza de sus cosas. «Ya se sabe, él es así.» Y algo que, a la edad de Julián, hace una cierta gracia, más adelante hará menos; y si las cosas no cambian, acabará siendo un hándicap para él.

La segunda anécdota nos muestra a un niño condenado a hacer lo que hacen los malos. Es pequeño aún y, si alguien lo ayuda, podrá liberarse de la condena; difícilmente podrá hacerlo solo, porque lo que dicen el padre o la madre tiene más peso que lo que diga cualquier otra persona.

La confianza requiere reciprocidad

Tampoco se puede hablar de afecto si las relaciones no se han fundamentado en la confianza mutua. Cuando se pierde la confianza, la relación queda maltrecha y se hace imposible sacarla adelante si aquella no se restituye. La confianza es como una joya que hay que preservar en las relaciones entre personas, tengan la edad que tengan.

Confiar en los pequeños significa creer en sus capacidades de aprender y de esforzarse; en sus ganas de hacer las cosas bien, de actuar correctamente. Interpretar las intenciones positivamente suele motivar más y, aunque nos podemos equivocar, seguramente da mejor resultado equivocarse en positivo que en negativo.

Un padre baña al bebé en presencia del hijo mayor y de la abuela. Juan mira muy interesado cómo el padre enjabona al pequeño. Coge una manita del bebé, la acaricia y de pronto le da un mordisco. El pequeño chilla y el padre, espantado, dice en un tono enojado y sorprendido:

—Juan, ¿qué has hecho?

La abuela, que había estado contemplando la escena en silencio al lado de Juan, se dirige al padre y le dice:

—Me parece que Juan no sabía que le haría tanto daño.

Juan la mira con ojos agradecidos y la besa en el brazo. Y vuelve a acariciar suavemente al bebé.

Juan, 3 años

Confiar es darles la oportunidad de rectificar, de actuar con autonomía, de intentarlo, probar y equivocarse. Es ponerlos en situación de escoger, es tratarlos con paciencia para darles tiempo de hacer y de aprender a hacer. Las prisas son enemigas del aprendizaje.

Es exigirles lo que pueden hacer, pero no lo que no pueden. Es aceptar sus errores y permitirles que se equivoquen y que prueben. Confiar es también poner los límites necesarios con

energía, constancia y coherencia, con el convencimiento de que el niño los aceptará, entre otras razones, porque él también confía en nosotros. Es creer lo que dicen, aunque sea inverosímil, para que puedan experimentar que decir la verdad es su problema, no el de los padres, y poder rectificar.

José Luis dice a su madre:

—Ya me he lavado los dientes.

La madre no percibe el olor del dentífrico y no acaba de creérselo. No obstante responde:

—¡Qué bien! Así ya puedes meterte en cama.

Al cabo de un rato la madre encuentra a José Luis en el baño cepillándose los dientes.

—¿No te los habías lavado ya? —le pregunta.

—Es que no lo había hecho bien —responde José Luis.

José Luis, 8 años

La madre, con su actitud, ha hecho posible que José Luis experimentase el sentimiento de incomodidad de haber engañado a quien confía en él y que se diese cuenta de que no merecía la pena ahorrarse el esfuerzo que requería lavarse los dientes. Con esta pequeña experiencia, seguro que José Luis ha aprendido mucho más sobre los beneficios que reporta la sinceridad que embarcándose madre e hijo en acusaciones y negaciones, como sucede a menudo.

Cuando los padres no hacen de jueces o de fiscales, y adoptan sencillamente el papel de padres, los hijos tienen más posibilidades de dejar aflorar sus motivaciones. También de aprender en función del bienestar o malestar que originan sus actuaciones y que toda persona puede experimentar cuando no se siente atacada y no está a la defensiva.

La confianza protege, compromete y da fuerza, porque nadie quiere defraudar a las personas que quiere y que le quieren. Porque perder la confianza es una de las cosas que más duelen, que

causan tristeza, arrepentimiento y ganas de recuperarla cuanto antes mejor. La confianza estimula y empuja a afrontar esfuerzos y dificultades.

Como es bastante habitual no ser consciente de los sentimientos que se transmiten con las actitudes, exponemos a continuación algunas que, más o menos sutilmente, transmiten desconfianza:

- La preocupación de los padres es, para los hijos, el indicador de la gravedad de lo que les pasa. La preocupación transmite desconfianza en la capacidad de salir adelante. Aprender a ocuparse y no a preocuparse puede ayudar a evitarlo.
- Un excesivo control evidencia una desconfianza básica que estropea la relación. Y es una falta de respeto si se convierte en *espionaje*. Por el contrario, las actitudes de interés y de acompañamiento manifiestan confianza y estima.
- La sobreprotección indica desconfianza e inseguridad. Pero, a veces, más que denotar desconfianza, es muestra de un cierto egocentrismo por parte del adulto cuando es en su propio beneficio o para su tranquilidad, y no porque el niño lo necesite. Impulsar la autonomía puede ser un buen antídoto.
- Poner a prueba transmite con claridad una desconfianza que rompe, separa y aleja. Poner a prueba la sinceridad, por ejemplo. Si han hecho algo inadecuado y lo sabemos, pero los interrogamos haciéndoles creer que no sabemos nada, los ponemos contra las cuerdas y les damos la oportunidad de no decir la verdad e, incluso, les estamos induciendo a hacerlo.

Un maestro ve a Andrés, un alumno suyo, jugando a las máquinas en un bar en horario escolar. Telefona a los padres para informarles. Cuando Andrés llega a casa, la madre está presente, pero quien habla es el padre.