

Charlotte Ducharme

# Padres molones, niños felices



Aprende a aplicar  
la educación positiva

zenith

CHARLOTTE DUCHARME

PADRES  
MOLONES,  
NIÑOS  
FELICES

Aprende a aplicar la educación positiva

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](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Título original: *Cool Parents Make Happy Kids*

Primera edición: octubre de 2019

© Hachette Livre (Marabout) 2017

Publicado por acuerdo con *International Editors'Co*

© de la traducción, Montserrat Asensio Fernández, 2019

© Editorial Planeta, S. A., 2019

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

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

[www.zenitheditorial.com](http://www.zenitheditorial.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-08-21605-6

Depósito legal: B. 16283 - 2019

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

## SUMARIO

Introducción .....	11
CAPÍTULO 1: ¿Y SI ABANDONAMOS LOS PREJUICIOS?	
1. La obediencia no debe ser un fin en sí misma .....	15
2. ¿Cómo puedo terminar con las luchas de poder? .....	23
CAPÍTULO 2: SER POSITIVOS SIEMPRE Y ANTE TODO	
1. Cómo gestionar las travesuras de nuestros pequeños monstruos (y, si es posible, evitarlas) .....	43
2. Cómo conseguir que el niño coopere .....	69
3. Cómo reaccionar ante las conductas inaceptables de los niños .....	93
4. ¿Qué hacer ante una rabieta? .....	105
5. El arte de decir «no» .....	113
6. Cuando el niño no está bien .....	125
CAPÍTULO 3: NORMAS QUE PRESERVAN EL EQUILIBRIO FAMILIAR	
1. ¿Qué normas hay que instaurar? .....	143
2. Cómo conseguir que respeten las normas .....	149

3. Cómo evitar perder la paciencia .....	155
4. Cómo convertirse en «Mamá-molona» o «Papá-molón» .....	161
5. Cómo conseguir que los hermanos se lleven bien .....	167

#### CAPÍTULO 4: CÓMO CONSEGUIR QUE NUESTRO HIJO SEA UNA PERSONA FELIZ

1. Cómo hacer que tenga seguridad en sí mismo .....	177
2. Cómo ayudarle a que se realice .....	183
3. Cómo desarrollar su altruismo .....	191
Conclusión .....	197
Agradecimientos .....	201

## LA OBEDIENCIA NO DEBE SER UN FIN EN SÍ MISMA

**D**omingo por la tarde. Llevaba todo el fin de semana cuidando sola de León, de cinco meses, y de Joy, de dos años y medio, porque su señor padre estaba en la despedida de soltero de un amigo. Me había organizado mal y me había perdido un almuerzo con mis amigos, no había encontrado canguro para poder salir por la tarde y, además, había llovido sin parar. No soy muy casera, así que estaba de un humor de perros y tenía una sola idea en la cabeza: ¡meter a los niños en la cama! Joy se estaba cepillando los dientes tranquilamente cuando, de repente, decidió salir del baño, con el cepillo de dientes en ristre y manchada de dentífrico hasta las orejas. Yo quería que se quedara en el baño, pero ella estaba empeñada en ir a su dormitorio. Yo no quería discutir; sencillamente, quería que me obedeciera.

—Haz el favor de cepillarte los dientes en el cuarto de baño.

—¡No!

—¡QUE VAYAS AL CUARTO DE BAÑO!

—¡QUE NO!

Sus «noes» eran inapelables, tan secos y decididos como mis órdenes. Cuanto más se empecinaba ella, más autoritaria

sonaba yo. Y cuanto más autoritaria sonaba yo, más se empeñaba ella.

¿Adivinas cómo terminó la escena? Al final se derrumbó y, hecha un mar de lágrimas, se fue al cuarto de baño a terminar de cepillarse los dientes. Yo había «ganado». En fin, ¡como si fuera una guerra! ¿Una estresada madre de treinta y dos años contra una niña de dos? Había ganado antes de empezar. ¿Qué buscaba, entonces, con esa pelea de gallos? Al final, cuando me paré a pensar, me di cuenta de que solo quería una cosa: que me obedeciera. Pero ¿por qué? ¿Por qué cuando nos convertimos en padre o madre buscamos «imponer nuestra autoridad» a cualquier precio? ¿Es por el recuerdo idealizado de un abuelo o una abuela a quien le bastaba decir: «Niños, no hagáis tanto ruido» para que se hiciera un silencio sepulcral? ¿O es, quizá, porque una amiga bien intencionada nos ha comentado lo obedientes y educados que son los niños de los Pérez? En el fondo, parece que tengamos el deseo de que los demás digan que nuestros hijos «son muy obedientes y muy educados». Sin embargo, ¿de verdad es eso lo que queremos y, además, a cualquier precio?

Primero reflexioné sobre el significado del verbo «obedecer». Una ocasión perfecta para desempolvar el diccionario. Encontré la definición: «Cumplir la voluntad de quien manda». Punto.

En tanto que madres y padres, ¿ha de ser la obediencia el pilar sobre el que construyamos la educación de nuestros hijos? En vista de las órdenes que les damos a diario, parece una pregunta bastante relevante. Si somos sinceros, tener un niño obediente resulta muy práctico. Sin embargo, ¿ser tan obediente le resultará útil en el futuro? ¿Le ofrecerá alguna ventaja? ¿Obedecer sin discutir, cumplir la voluntad de otro, como dice el diccionario, le resultará útil en su vida profesional, social o familiar?

¡ Sí, estas ideas humanistas están muy bien, pero los niños tienen que obedecer a los padres y cumplir la ley.

## LA LEY, GARANTE DEL ORDEN SOCIAL

Nadie se sabe de memoria todas las leyes del Código Civil que rigen nuestra sociedad. Sin embargo, las respetamos sin sentirnos sometidos a ellas. ¿Por qué? Porque, por lo general, son congruentes con nuestros valores. Las respetamos de forma natural.

Veamos un ejemplo concreto. Cuando mis hijos sean mayores y tengan carnet de conducir (¡sí, aún lo veo tan lejos!), me gustaría que aprendieran a no aparcar en el carril bici (os habla una ávida ciclista urbana). Me gustaría que respetaran esa norma, no porque sea la ley, sino porque respetan a los ciclistas, que deben arriesgarse a invadir la calzada, entre los coches, cada vez que se encuentran con un vehículo mal aparcado.

Del mismo modo, y para recuperar la anécdota del cepillo de dientes, no quiero que mi hija se quede en el cuarto de baño porque la obligue a ello, sino porque sabe que si se pasea por la casa mientras se los cepilla, puede manchar la moqueta.

## LA PRIORIDAD: TRANSMITIR LOS VALORES

Si un día alguien impone a Joy una norma contraria a sus valores, ¿qué hará? ¿Obedecer con docilidad o luchar por mantenerse fiel a sí misma? Sin lugar a dudas, espero que elija la segunda opción. De hecho, estoy contenta porque es lo que ya hace ahora. Un día le propuse hacer una visita relámpago a la panadería mientras su hermano pequeño dormía la siesta.



Solo lo que tardásemos en bajar, comprar algo dulce y volver a subir rápidamente. Se opuso a la idea con toda la ferocidad de sus dos años. Le dio igual que yo fuera su madre, que midiera un metro más que ella o que la cuadruplicara en peso: la idea de dejar a su hermano solo en casa le resultaba inconcebible.

Esta capacidad para oponerse y seguir sus propias convicciones me parece maravillosa, y espero que la conserve. Porque tener valores es mucho más valioso que saber obedecer.

**¿ Obedecer órdenes congruentes con nuestros principios es muy fácil. Pero ¿qué hacemos entonces en el mundo laboral, en el que no siempre podemos elegir?**

### **En el ámbito profesional**

Cumplo las órdenes de mi jefe, pero eso no significa necesariamente que coincidan con mis convicciones. Estoy obligada a hacer lo que me pide. Recuerdo a un compañero de trabajo que se dejaba la piel y que acostumbraba a enviar correos electrónicos bien pasada la medianoche. Sí, es cierto que sacaba el doble de trabajo que su compañero de despacho. Pero ¿le permitían esas horas adicionales realizarse como persona? Si lo hacía porque el trabajo le apasionaba, quizá sí. Pero ¿y si lo que sucedía es que no sabía decir que no?

Por mi parte, espero que mis hijos tengan la capacidad de oponerse y de no doblegarse ante la jerarquía sencillamente porque están un escalón por debajo. En cuanto a mí, no hago nada por obediencia ciega. Aunque mi educación ha promovido la docilidad, tengo una faceta rebelde: me gusta saber por qué me piden que haga lo que sea que me pidan. Y este rasgo de personalidad no me impide ocupar un puesto de responsabilidad en una empresa tradicional.

¿Cómo es eso posible? Cuando firmé el contrato de trabajo, acepté el puesto que ocupó y la misión que desempeñó. (Y soy libre de elegir cómo alcanzo mis objetivos. Es lo que se llama «dar responsabilidad a los colaboradores».) Mi caso no es una excepción; trabajo en recursos humanos y cada año asisto a varias conferencias sobre el tema. Y lo creas o no, cada vez son más las empresas que abogan por «dar responsabilidad a los colaboradores». Aunque es cierto que no siempre lo llevan a la práctica, la mayoría de las empresas va en esta dirección. ¿Por qué? Sencillamente, porque es más eficaz (estamos hablando de empresas capitalistas, no del universo de los unicornios). Las empresas se han dado cuenta de que obtienen resultados mucho mejores cuando sus colaboradores son responsables, autónomos y motivados que cuando se limitan a ejecutar las órdenes de sus superiores.

Los estudios son muy claros: cuanta más responsabilidad se concede a los colaboradores (se les da un ámbito y una misión, y se les da libertad para organizarse por sí mismos), más motivados e implicados se muestran. Entonces trabajan más y con más eficiencia. Por el contrario, si un colaborador solo puede ejecutar las órdenes que le dan y carece del más mínimo margen de maniobra (como sucede, por ejemplo, con el trabajo en cadena), es muy probable que se aburra y no tome la iniciativa. Y la empresa se arriesga a sufrir un índice elevado de absentismo y de rotación de personal.

Empecé a trabajar en una mediana empresa que contaba con unos cincuenta empleados. No «obedecer» jamás me supuso un problema. Cuando me integré en una empresa veinte veces más grande, las cosas cambiaron un poco, porque había que seguir los procesos establecidos. Sin embargo, para seguirlos tuve que entenderlos y hacerlos míos. Pasarme tres horas rellenando un formulario en un programa de CRM (que se supone que ha de mejorar la gestión de la relación con los

clientes) para ayudar a la dirección a elaborar las previsiones, vale. Pero tener que abrir una ficha para pedirle al compañero que se sienta a medio metro de mí que me acompañe a una reunión, no lo veo, la verdad: es largo, aburrido y mucho menos eficaz que pedírselo de viva voz. Así que me negué. Al final, este tipo de conducta contestataria ayuda a la empresa a afinar sus procesos internos y a mantener cierto grado de flexibilidad y capacidad de adaptación (señor director general, si por casualidad lee esto...).

Una puntualización importante: negarse a someterse no significa cuestionarlo todo por sistema. Tal y como dijo el filósofo británico John Stuart Mill, nuestra libertad termina donde empieza la de los demás. Aunque no esté de acuerdo con la organización que me imponen, el respeto hacia los demás me lleva a cumplir con las decisiones que se hayan tomado porque, aunque a mí no me convenzan del todo, a ojos de la dirección parece ser la más conveniente para el crecimiento y la continuidad de la empresa. Si no me gusta, doy un paso atrás, sopeso los pros y los contras y decido, con total libertad, si acepto la misión y me quedo, o me voy.

Por lo tanto, estoy muy lejos de la obediencia ciega: hago lo que me piden que haga no porque me lo impongan, sino porque yo decido hacerlo. Y eso es precisamente lo que deseo para mis hijos: que sus guías sean sus valores, el respeto por los demás, por sí mismos y por las cosas; jamás el instinto de sumisión.

## ENTONCES ¿CÓMO EDUCO A MIS HIJOS SIN EXIGIRLES QUE ME OBEDEZCAN?

Por poco deseable que sea la obediencia ciega, la ausencia de reglas es igual de nefasta. Por lo tanto, debemos enseñar a nuestros hijos a autorregularse y a preocuparse por el bien-

tar ajeno y propio, así como por su buena salud mental; es decir, deben aprender que su libertad termina donde empieza la de los demás sin que eso haga que se sientan oprimidos. ¡Menudo objetivo! Se trata de poner límites, sí, pero lo fundamental es cómo los presentamos.

Por ejemplo, en lugar de vociferar: «¿Qué te he dicho? ¡Te he dicho que no podías comer pan antes de cenar y no me has hecho ni caso!», podría decir: «Antes de la cena no podemos comer pan, porque nos quita el hambre para comer verdura, y, si queremos cuidar la salud, es importante que comamos verdura. ¿Quieres unos palitos de zanahoria cruda para que se te pase el hambre hasta que nos sentemos a la mesa?». Así no nos enredamos en una batalla de egos en la que hay un dominante y un dominado, sino que nos limitamos a transmitir un mensaje y un valor que nos parece importante al tiempo que respetamos las necesidades del niño; faltan veinte minutos para la cena y le ofrezco zanahoria para que pueda aguantar hasta entonces.

Resulta útil insistir en el motivo que nos lleva a fijar un límite concreto. Muchas veces, cuando intentamos explicar por qué hemos prohibido algo, nos damos cuenta de que... ¡no tiene el menor sentido! El verdadero motivo es que queremos que nuestro hijo se porte exactamente como nos gustaría que lo hiciera; sin embargo, hay varias maneras de hacer las cosas, y todas son tan válidas como la nuestra.

Volvamos al cepillado de dientes. En lugar de decir: «Quédate en el cuarto de baño, porque los dientes se cepillan en el cuarto de baño y punto», insistiría en por qué se lo pido; en este caso, para evitar el riesgo de que manche la moqueta: «Cariño, es mejor que te quedes en el cuarto de baño, porque no quiero que la moqueta se manche de pasta de dientes». Si hubiera dicho eso, mi hija lo habría entendido y, quizá, me habría respondido: «Pero mamá, tendré cuidado y no

mancharé nada, ¿vale?». ¡Una ocasión perfecta para hacerla responsable!

—Vale, pero ¿de verdad me prometes que tendrás cuidado?

—¡Sí, mira, cuidado! ¡Manchas no!

De este modo, hubiera podido evitar una discusión inútil. Ella habría tenido cuidado, no habría manchado la moqueta (¡espero!). Y habría aprendido, para futuras ocasiones, que hay que tener cuidado de no manchar la moqueta, ya sea con dentífrico, rotuladores o cualquier otra cosa.

A veces, permitir que el niño asuma responsabilidades resulta más eficaz que intentar que nos obedezca sin más.