

Ámale para que se pueda ir

(Entrevista para artículo "Ayúdale a Crecer"
Revista Psychologies feb07)

Responden: Jaume Soler y Mercè Conangla

Autores libro: "Ámame para que me pueda ir" Editorial Amat, 2006

1. ¿Desde cuándo hay que educar a un hijo para que sea autosuficiente? (me imagino que desde el principio, pero ¿hay alguna etapa, algún momento más importante para conseguir este objetivo?)

"No hagas por tu hijo aquello que él puede hacer por si mismo" es uno de los principios de la gestión ecológica de las relaciones padres-hijos. Aplicar la ley de la autonomía personal supone no anticiparse, no sobreproteger, respetar el ritmo del niño, darle tiempo, permitir las imperfecciones y admitir la posibilidad del error asumiéndolo como paso necesario para el aprendizaje. Decía la pedagoga Maria Montessori que el hecho de hacer en lugar de un niño aquello que él sería capaz de hacer por si mismo provoca una detención en su proceso de crecimiento. El momento más importante es cada momento compartido.

2. ¿Cómo se le enseña la independencia a un niño pequeño? ¿Cómo la demuestran?

Dándole confianza, creando un entorno protegido y amoroso donde le sea posible explorar sin ser penalizado, desdramatizando el error y donde también los adultos den muestras de independencia.

3. Llega un momento en que el niño descubre que sus padres no son dioses y que también se equivocan ¿cómo se sienten cuando esto ocurre?, ¿se podría decir que es esto un momento importante en su camino hacia la independencia?

Es una toma de conciencia de la realidad y a veces se vive con desilusión. A su vez es una posibilidad de rebelarse, de practicar el espíritu crítico, de poner a prueba sus propias fuerzas en oposición a estos padres que antes estaban mitificados. Romper estos lazos de dependencia iniciales para crear vínculos más maduros es una gran oportunidad que sólo tendrá éxito si los padres aprenden a vivirla sin angustia y con confianza y si se ha hecho un trabajo de educación previo para que los hijos tengan desarrolladas estrategias para gestionar sus emociones y para elegir con responsabilidad.

4. A veces los padres piensan que lo han hecho mal y que ya es demasiado tarde para dar un giro en la educación de sus hijos ¿Están equivocados?

Más que centrarse en lo que los padres hacen respecto a sus hijos, en “Ámame para que me pueda ir” planteamos que el principal trabajo de los padres es respecto a si mismos. Nadie puede arreglar la vida de otra persona si es incompetente gestionando la propia. Y para mejorar uno mismo... nunca es demasiado tarde. El aprendizaje por modelo es el más importante. No influimos en nuestros hijos tanto por lo que les decimos sino por lo que hacemos y por lo que somos nosotros.

5. ¿Por qué es necesario poner límites a los niños pequeños? ¿Qué límites son los esenciales?

(Ver capítulo seis libro “Límites para crecer”) Los padres permisivos no dan libertad, sino licencia. Todo aumento de libertad debe ir unido a un incremento de la responsabilidad. De no hacerlo así estos niños crecer desorientado, descontrolados, vulnerables, con tendencia a imponer o a destruir (falta de respeto a los demás y a si mismos) Nadie nace con conciencia de límites y nuestros hijos los necesitan para crecer. Sin esta conciencia pueden ir a la deriva. Proponemos tres límites esenciales:

Límite de la persona: Es el aprendizaje del respeto. No deben admitirse las imposiciones tiránicas ni las exigencias desmesuradas, las conductas violentas o chantajes emocionales. Deben aprender que existen otras personas en el mundo aparte de ellos que también tienen necesidades y deseos.

Límite del egoísmo: Se trata de vivir la generosidad como valor-acción. Es decir no como algo que se propone sino como algo que los padres practican. Si queremos que nuestros hijos sean amados este valor de la generosidad y tener clara la importancia de la reciprocidad en las relaciones con los demás es importantísima

Límite del rol y del vínculo: Consiste en enseñar a nuestros hijos que somos más que sus padres – es decir individuos diferentes a ellos, con proyectos, necesidades e ilusiones propias – que deben aprender a aceptar y respetar. Y viceversa.

6. (Que viene el coco) ¿Qué efectos negativos tiene utilizar el miedo para hacer respetar los límites? ¿Se puede emplear como instrumento educativo en algunas ocasiones?

Con el viejo sistema del premio y del castigo se pueden domesticar niños pero no educarlos – decía Montessori -. De igual forma con el miedo. Educar consiste en incrementar la confianza en uno mismo dándole recursos útiles para enfrentar la realidad en lugar de encogerlo o coaccionarlo. El recurso al miedo es propio de personas que tienen un escaso repertorio educativo. Es responsabilidad de los padres aprender a dar respuestas más creativas para conseguir sus objetivos.

7. A veces los niños aceptan las normas hasta que llega la adolescencia ¿tienen que cambiar los límites entonces para ser más eficaces?

Los límites deben ampliarse a medida que se amplía la capacidad de responsabilizarse de sus propias conductas. Es poco inteligente seguir con las mismas pautas rígidas que se dieron en la infancia. Las relaciones, las dinámicas de funcionamiento y las normas deben ser flexibles y adaptarse a la realidad de cada momento, sin olvidar en ningún caso los valores de base. Hay que diferenciar lo superficial y anecdótico de lo que es superficial.

8. ¿Qué es la sobreprotección? ¿Tiene algún sentido en alguna etapa de la vida de los hijos (infancia-adolescencia) 9. ¿Qué es la desidia? ¿Cómo la perciben los niños? ¿es para ellos libertad o falta de interés? 10. ¿Qué es más frecuente hoy, la desidia o la sobreprotección?

Tanto la sobreprotección como la desidia pueden considerarse formas de maltrato infantil. En ambos casos los adultos dimiten de su función de educar. La sobreprotección nunca es adecuada. Se trata de proteger pero no de hacerlo compulsivamente y con exceso.

En muchos casos puede ser más fácil ceder a todas las demandas que marcar los límites adecuados. A veces los niños confunden deseo con necesidad. Es importante ayudarles a diferenciarlo.

- Necesito unas bambas marca "X" – dice el niño.

- No, cariño, tu deseas unas bambas marca "X". Lo que necesitas es un calzado.

Los padres son responsables de cubrir las necesidades de sus hijos hasta que no sean autónomos para cubrirselas ellos. Pero los padres no deberían ser unos constantes proveedores de bienes olvidándose de que su principal papel debe ser educarles para que lleguen a ser personas autónomas, equilibradas y capaces de convivir.

La desidia es la dejación de funciones. Hay padres que nunca asumen su rol de educar. Hay otros que lo intentan pero dimiten debido a múltiples excusas: falta de tiempo, dificultad. Pero hay que tener claro que *Tener un hijo no nos convierte en padres, de la misma forma que tener un piano no le convierte a uno en pianista*. Es preciso practicar mucho y dedicar mucho esfuerzo y energía a esta tarea. Quien no esté dispuesto a esto.. puede elegir no tener hijos.

La sobreprotección puede acabar ahogando y cortando las alas de los hijos – miedo a decidir, a arriesgarse, a vivir -. La desidia – percibida inicialmente como libertad – puede acabar generando un vacío afectivo, los hijos no se sienten cuidados, ni tenidos en cuenta, reciben poca atención... crece en ellos mucha ira interior que puede acabar dirigida a conductas violentas o de autodestrucción.

Se dan ambas formas de conducta y a veces se alternan. Después de un periodo de desidia pueden aparecer problemas y sentimientos de culpa que se intentan compensar sobreprotegiendo o dando regalos o facilidades pasando al otro extremo – igualmente destructivo.

11. ¿Cómo se enseña a un niño a afrontar contrariedades y resistir a la frustración?

Vacunándolo a pequeñas dosis. Acostumbrándoles a esperar para conseguir algo. Diciendo los "NO" que toquen decir. No anticipándonos. Diciendo más a menudo "aguanta". Pero sobre todo dando muestras en nuestra propia vida de autocontrol, de que somos capaces de aguantar pequeñas y grandes contrariedades en nuestro día a día sin lanzar nuestra basura emocional a la cabeza de las personas que nos rodean, dando muestras de madurez y realismo.

12. ¿Cómo se enseña a un niño a asumir responsabilidades? 13. ¿Hay un límite entre exigencia y libertad extrema por parte de los padres hacia los hijos?

De forma lenta y progresiva. A cada aumento de margen de libertad... un incremento de responsabilidad concreta. No dar licencia, sino libertad-responsabilidad.

14. ¿Qué riesgos puede conllevar "etiquetar" a un niño de vago, irresponsable, tonto, desordenado, empollón...? ¿Y de hacer lo mismo pero con adjetivos positivos (guapo, inteligente, responsable, ordenado...)?

Somos más que una característica. Somos seres complejos formados por una combinación de realidad y de potencialidad. Etiquetar a alguien es simplificar y una falta de respeto. No es lo mismo etiquetar que reforzar positivamente.

- Valoro mucho esta conducta generosa que has tenido hoy con tu hermano.
- Te felicito por estos resultados
- Veo que te has esforzado mucho. Te felicito por ello.

Las creencias y juicios cerrados sobre alguien limitan siempre. Es importante centrar-nos en la conducta más que en la persona: No es lo mismo decir: Eres un egoísta! que decir: "Has tenido una conducta poco generosa". El manejo de las palabras en la educación es todo un arte que es preciso aprender

16. ¿Podrías explicarnos brevemente los siete principios de la gestión ecológica?

1- Ley de la autonomía: *Ayúdate a ti mismo y los demás te ayudarán.*

Educar un hijo es enseñarles a ayudarse a si mismo porque será esta capacidad la que le permitirá ser autónomo y capaz de vivir y continuar creciendo sea cual sea el paisaje que la vida le ponga por delante. ¿Qué padres no desean esto para sus hijos?

2- Ley de la prevención de dependencias: *No hagas por tus hijos aquello que ellos pueden hacer por sí mismos.*

Dar demasiado puede ser tan malo como no dar nada. La facilidad y la sobreprotección son malos criterios para educar. Confundimos "ser buenos padres" con ser "padres demasiado buenos". Este principio pretende activar su capacidad de esfuerzo, voluntad y perseverancia, aspectos necesarios para conseguir los objetivos que se propongan en la vida.

3- Ley del boomerang: *Todo lo que haces a tus hijos, también te lo haces a ti mismo.*

ES importante sembrar valores que sirvan para vivir y convivir mejor desde el primer momento. Todo el amor, atención, calidad de tiempo que invertimos en nuestros hijos también es amor que nos damos a nosotros mismos. Lo mismo se aplica para la agresividad, el descuido, el abandono, la posesividad..etc

4- Ley del reconocimiento de la individualidad y la diferencia: *No hagas por tus hijos aquello que quieres para ti, pueden tener gustos diferentes.*

ES importante recordarnos que los hijos no son nuestros, que ellos no son nosotros, que sus elecciones serán suyas, que su vida es suya. Nuestros hijos son universos en si mismos y tienen cualidades, habilidades, y potencialidades por desplegar. Como padres debemos darles valores y recursos útiles para su vida pero sin interferir ni intentar vivirla en su lugar. Se trata de respetarlo que son y lo que pueden llegar a ser sin imponer nuestra visión de vida. Pide la humildad de reconocer que no tenemos todas las respuestas y que ellos son responsables de construir las suyas.

5- Ley de la moralidad natural: *No hagas a tus hijos aquello que no quieres que te hagan a ti.*

ES la moral natural común a toda la humanidad. Estamos de acuerdo todos en lo que no queremos para nosotros: no queremos sufrir, morir, ser abandonados, ignorados, menospreciados, engañados, heridos, traicionados, insultados... En este caso tampoco debemos hacerlo a los demás y menos a nuestros hijos.

6- Ley de la autoaplicación previa: *No podrás hacer ni dar a tus hijos aquello que no eres capaz de hacer ni darte a ti mismo.*

Es el principio esencial de la educación: la coherencia. Es la principal estrategia de influencia con que contamos los padres. Es esencial vivir lo que queremos que nuestro hijo viva, practicar lo que queremos que practique. Lo que pensamos, decimos y hacemos debe estar en línea. Sólo así tendremos autoridad moral para educar.

7- Ley de la limpieza relacional: *Tenemos el deber de hacer limpieza de las relaciones que son ficticias, insanas y que no nos permiten crecer como personas.*

Se trata de aprender a protegernos de las relaciones que nos perjudican y que nos impiden ser y crecer mejores y más humanos. Es preciso hacer limpieza de ellas y alejarnos de los entornos de relación contaminadores, tóxicos o agresivos. Se trata de hacerlo en nuestras vidas para que nuestros hijos aprendan a elegir bien a las personas que les van a acompañar en su vida.

REFERÈNCIAS:

La ecología emocional. Jaume Soler y Mercè Conangla. Amat, 2003

Ámame para que me pueda ir. Jaume Soler y Mercè Conangla. Amat, 2006