

## **RECURSOS para INTENTAR MEJORAR NUESTRO PAPEL de PADRES y MADRES**

Federico L. Petricca Sabbatini  
Psicólogo. Programa “Escuela de Madres y Padres”  
PMD – Ayuntamiento de Valencia.

### **La plataforma de despegue es lo afectivo:**

Todo aprendizaje, sea en el ámbito escolar o familiar/social, e incluso los aprendizajes más racionales o memorísticos, son facilitados o requieren como condición necesaria imprescindible vínculos afectivos.

Ya René Spitz demostró hace un siglo el fenómeno del “hospitalismo”, según el cual neonatos hospitalizados “bien” tratados sanitariamente, pero sin tratos afectuosos, tenían una tasa de mortalidad mucho mayor que los neonatos que recibían trato de cariño y afecto. Todo niño y niña es una persona con todas sus potencialidades en desarrollo, con ganas de crecer, jugar, aprender, disfrutar de la vida.

### **Los niños/as son personas con mayúscula:**

Cuidado con el “adultocentrismo”: un niño/a es un ser humano que debe ser visualizado y tratado en todo momento con el mismo respeto que trataríamos a otro adulto.

### **Comunicación:**

Siempre hay **comunicación**, aún en el silencio. Lo importante es saber comunicarse. Y a comunicarse se aprende, nadie nace sabiendo. Es más, los adultos solemos ser bastante “analfabetos comunicacionales”.

**Decir la verdad, aunque haya que adaptarla a la edad y a la situación, en principio siempre es lo más aconsejable. Los niños/as son esponjas que captan la realidad que les rodea más allá de los mensajes racionales que reciben. Las “mentiras” o ocultamientos suelen alterarlos. Suele dar mejores resultados el camino de explicitar y gestionar lo que corresponda.**

El niño/a es especialmente reflejo, esponja y muchas veces “fusible” del sistema familiar nuclear; tanto de los hechos, sentimientos y pensamientos que se muestran abiertamente, como de los que existen “a escondidas”.

### **¿Cómo “quererlo/la” bien?:**

Recordar el conocido consejo: *“Quiéreme cuando menos lo merezca, que será cuando más lo necesite”*.

Y “querer” no es ceder, pasar por alto, dejar hacer..., la permisividad suele generar peores resultados que el autoritarismo.

Querer es ejercer autoridad desde la lectura adecuada de la situación, promoviendo el respeto y crecimiento de todos los implicados/as.

### **Autoridad – Límites:**

Los **límites** son saludables, son imprescindibles para los niños/as. El ejercicio de **autoridad** y la existencia de “jerarquías” en la familia son necesarios. Es importante lograr funcionar con normas, intentando evitar caer tanto en dinámicas autoritarias como de permisividad-negligencia.

Ejercer **autoridad** en la familia es ejercer poder para favorecer el **crecimiento** de todos los integrantes del grupo familiar. La dirección de dicho poder debe ir en la línea de respetar las **necesidades** físicas, psicológicas y sociales de cada uno.

**Favorecen** la autoridad de los padres/madres: la ilusión de tener hijos/as, el estar preparados para su llegada al mundo y la implicación de la pareja en la “acogida”; el disfrutar de sus pasos de crecimiento; el lograr pasar de ser guía activo imprescindible del niño/a, a atento sugeridor del adolescente, y colaborador de confianza del hijo hombre/mujer; la implicación afectiva; el respeto, la tolerancia, la empatía...

Y **desacreditan** la autoridad de los padres/madres: contradecir el párrafo anterior, más ciertas actitudes: repetir lo mismo cien veces, no decir la verdad, chantajear en lugar de motivar, ponerse en paridad con los hijos/as, justificarse excesivamente, delegar responsabilidades propias en otros...

### **Personalidad – Identidad:**

Cada hijo/a, está claro, es como es. Único e irrepetible.

Cada niño/a comienza a crecer y comienza a construir su **identidad** ya desde muchos años antes de nacer: al educar a nuestros hijos/as ya estamos influyendo en esos hijos/as que potencialmente ellos podrán tener.

En la construcción de la identidad de cada persona, además de la influencia del nivel de “lo familiar”, están siempre presentes **procesos sociales (económicos, culturales, “modas”...)** que influyen tanto en la propia dinámica familiar como en cada ser humano.

De todos modos, incluso con la presencia de dichos factores determinantes histórico-familiares, socioculturales, económicos, psicológicos, la identidad de una persona no es algo condicionado, predeterminado, y mucho menos algo estático. Es algo **dinámico**, variable, en continua construcción, susceptible de cambios. Por supuesto dicha “identidad” poco a poco va tomando una forma, unas características, pero aún siendo una “personalidad adulta” será susceptible de cambios.

Por lo tanto **LA RESPONSABILIDAD Y EL “PODER” DE LOS PADRES-MADRES ES INMENSO: tenemos el enorme poder de influir sobre nuestros hijos/as, de favorecer o limitar recorridos que en todos los casos afectarán de una manera u otra a los hijos/as.**

## **Creecer:**

El proceso de crecer es evidentemente **físico**, pero también **social** y **psicológico**. Y los ideales de crecimiento que promueve tanto ese momento social como cada grupo familiar ejercen una influencia muy significativa.

El crecimiento **no es lineal**. Por momentos se avanza, luego se retrocede, se vuelve a avanzar. **Lo saludable NO es la ausencia de conflictos**, estos siempre están y son parte lógica del crecimiento. Lo saludable es ir abordándolos de manera adecuada; lo cual conlleva todo un proceso de uso de estrategias, recursos, aprendizajes, experiencia, comunicación.

Atención: en muchas ocasiones las “**crisis**” son motor de cambio en positivo, de progreso.

En el grupo familiar **todos debemos tener metas de crecimiento**, no sólo los hijos/as. Es muy importante respetar el ritmo, deseos y necesidades de crecimiento de cada uno.

Siempre es importante **cuidar el espacio y lugar de cada uno**.

Se puede decir que es aconsejable que siempre haya tanto espacios de TODOS compartiendo juntos, como espacios del padre con el-la y los hijos/as, de la madre con el-la y los hijos/as, de la pareja a solas, del hijo/a/os/as a solas, y del padre (hombre) y de la madre (mujer) a solas. Por supuesto cada persona y cada grupo familiar tienen su “forma de ser”, sus momentos y sus etapas.

## **Crecimiento afectivo-sexual:**

La vida afectivo-sexual de un ser humano comienza incluso antes de su propio nacimiento. Se construye según el sistema en el que llega al mundo (cultura, costumbres, valores...)... Y empieza a tomar forma desde las expectativas que padres/madres vuelcan sobre ese futuro niño o niña: según el significado dado al nombre que se le pone, la ropa que se le compra, el carrito, cómo se decora su habitación, los juegos que se promueven... Y con la forma de gestionar su relación con la desnudez, con el pis y la caca, con la masturbación infantil, con la curiosidad sexual infantil, con la experimentación sexual con iguales, con la propia gestión de la vida afectivo sexual de esos padres/madres (comentarios, expresiones de amor, actitudes ante temas concretos, explicitaciones y vergüenzas o prohibiciones directas o indirectas...).

¿Por qué será que socialmente se suele cuestionar mucho más el desarrollo de un programa pedagógico sobre temas afectivo-sexuales con un grupo de niños/as, que el desarrollo de los programas del resto de asignaturas (mates, lengua, medi...)?

## **Autonomía:**

La **sobreprotección**, además de atar a los padres y/o madres a sus hijos/as, puede propiciar una excesiva inmadurez y fragilidad en los hijos/as.

Es importante intentar que domine la lógica de la **autonomía** y del **autocontrol**, en lugar de la del represor-reprimido (controlador-controlado y consecuente relación de dependencia). La autonomía y el autocontrol se construyen poco a poco, y luego constituyen un valor fundamental en el desarrollo personal.

En esta lógica es fundamental el entrenamiento en toma de decisiones: promover que el niño/a viva experiencias que le impliquen ejercitar su capacidad de **toma de decisiones**, y la asunción de consecuencias.

Es decir, dentro de unos límites claros y definidos, hay diversas situaciones en las que puede **elegir**, y forjarse tanto en la tensión de elegir, como en la “pérdida” de lo desechado, y en la vivencia de las consecuencias que genere dicha decisión.

**Empoderar** a los hijos/as es promover que se hagan protagonistas con responsabilidad de las situaciones que les afectan. Deben contar con nuestro apoyo, pero sin anularlos, siempre promoviendo avanzar en la dirección de que asuman dichas situaciones.

### **Análisis de situaciones cotidianas:**

La “**visión de bosque**” y no quedarse (“engancharse”) con el árbol es una actitud muy saludable: no sólo contribuye a la resolución adecuada de conflictos, sino que los evita y favorece el crecimiento del grupo familiar. Para ello es importante la “**escucha activa**”, es decir: no sólo escuchar lo que nos dicen, sino sobre todo qué es lo que nos quieren decir y desde dónde nos lo dicen. Dicho en otras palabras: decodificar empáticamente el mensaje, escucharlo en su contexto, que es el que le da el verdadero sentido.

Ponerse en el lugar del niño/a, y ponerlo al niño/a en el lugar nuestro, como ejercicio concreto de entendernos, en ocasiones es un ejercicio de **empatía** muy útil y fructífero.

### **Actitudes ante los pulsos-desafíos:**

Los niños/as tiene la sana necesidad de crecer en autonomía, y muchas veces necesitan construirla a partir de la diferenciación con su padre/madre. Su “no” a padres/madres es la manera primaria de empezar a ser alguien: *“no sé aún quien soy, pero sí sé que no soy tú, y comienzo por ser lo contrario de lo que tú seas”*.

Es fundamental interpretar estos pulsos como legítimos pasos de crecimiento, evitando tanto “machacar” al niño/a, como sentirse no querido, o culpable por los resultados de la educación. Se trata de sanas necesidades de autoafirmación.

Se ejercerá autoridad, con normas y límites claros, desde la tranquilidad de que sus “desafíos” son pasos necesarios de crecimiento, y desde el convencimiento de que dichas normas y límites claros son imprescindibles para su desarrollo.

### **Aprendizajes significativos:**

*“El mayor aprendizaje no es el resultado de la instrucción, es más bien el resultado de la libre participación en un ambiente lleno de significado”*. Iván Illich

Es importante aprovechar todas sus curiosidades, intereses, motivaciones...

Y ligar sus conocimientos “instrumentales” (letras y números) con la vida práctica y funcional: lista de la compra, precio de productos, rótulos de negocios y vehículos, esa revista que le atrae, textos y cuentas necesarias para juegos de mesa...

### **Aprendizaje Constructivista:**

El protagonista del proceso de aprendizaje es quien aprende.

Se aprende mejor descubriendo activamente y experiencialmente que siendo ubicado en un lugar de escucha pasiva.

Pedagógicamente es más fructífero generar preguntas, promover inquietudes, y respetar deseos y ritmos de aprendizaje, que obturar o presionar con nuestras necesidades de que aprendan.

Muchas veces la mejor respuesta inicial a sus preguntas es: “¿Y tú que piensas al respecto?”.

### **Además:**

\*\*\* Intentar que **padre y madre** se pongan **de acuerdo** en sus actitudes con los hijos, sobre todo en los criterios fundamentales.

\*\*\* **Anticipar** las situaciones y **explicitar** las situaciones siempre es recomendable (salvo que queramos dar una bella sorpresa).

\*\*\* **No etiquetar**, y mucho menos con características negativas

\*\*\* Promover cambios de actitud **reforzando aspectos positivos**: “*Yo no entiendo como tú siendo tan (inteligente, bonito/a, ordenado/a ....) haces o dices tal o cual cosa*”.

\*\*\* Priorizar la lógica de los **premios/motivaciones** por encima de la lógica de los **castigos**.

\*\*\* Ante situaciones de “choque de criterios” con los hijos/as: intentar no imponer, sino promover un espacio de “**escucha activa**”, desde el respeto mutuo y la confianza. La **creatividad** es muy útil para construir soluciones entre todos. El método “**nadie pierde**” es un buen recurso.

\*\*\* Promover la curiosidad y el cariño a **la vida y la naturaleza**. Al mismo tiempo favorecer una actitud reflexiva, crítico-constructiva, transformadora y creativa respecto al “mundo”.

\*\*\* Conviene analizar y expresar los problemas como **problemas de TODOS** aunque aparezcan expresados como cortocircuito puntual en la conducta de uno de los integrantes del grupo familiar (generalmente los hijos).

\*\*\* El **humor** es un gran recurso, tanto para alegrar la vida cotidiana, como para desdramatizar situaciones tensas, e incluso para decir cosas que de otro modo no nos atreveríamos a expresar o sonarían violentas.

### **APUNTES FINALES:**

#### **Pantallas:**

Las nuevas tecnologías pueden ser maravillosas, y está claro que son funcionales y muy atractivas, pero las horas que pasan los niños/as con la programación de la tele + toda la oferta de juegos de pantalla, no son recomendables.

Anulan su papel activo ante la naturaleza, su curiosidad, su creatividad, sus interacciones sociales... Promueven niños/as que si no están con una pantalla “se aburren”.

Niños/as sobreestimulados, nerviosos, individualistas, aislados... y frustrados, tanto porque anulan sus potencialidades, como porque el “éxito” es imposible: los juego siempre “te ganan”.

Además, por supuesto, los estereotipos negativos y el tipo de interpretación del mundo que suelen generar dichos juegos.

#### **La educación jamás es neutral:**

*“Cuando toméis una decisión tened ante los ojos la imagen de la persona más pobre que nunca os hayáis encontrado, y preguntaos si le va a ayudar esa decisión. Si la respuesta es 'sí' tomadla sin dudar. Este consejo es justo eterna y universalmente”.* Mahatma Gandhi

Es importante tener presente en todo momento que estamos creando hombres y mujeres del mañana, protagonistas del futuro: será importante el “hacerlos” con la mayor capacidad de ser felices, al mismo tiempo que con el mayor compromiso por construir un mundo mejor, cada uno en las parcelas que por vocación y circunstancias tenga y desee tener a su alcance.

## **¡Jugar!:**

Es fundamental jugar con los hijos/as, jugar en familia.

Con la imaginación al poder... buscando ideas, investigando posibilidades, escuchando las propuestas de los propios hijos/as.

Juegos fuera y dentro de casa.

Juegos con amigos/as. Importante promover el encuentro.

Excursiones en familia, con o sin amigos.

Juegos de mesa.

## **Intentar no perder nunca la ilusión:**

PESE A MALOS MOMENTOS, A PEQUEÑAS O GRANDES ANGUSTIAS, A SITUACIONES CON DUDAS E INCLUSO SENSACIÓN DE QUE NADA DE LO QUE HEMOS HECHO HA VALIDO, DE QUE QUIZAS LO HEMOS HECHO TODO MAL: LA EXPERIENCIA DEMUESTRA QUE TARDE O TEMPRANO LO SEMBRADO FRUCTIFICA.

ESO SÍ, ATENCIÓN, PUEDE QUE FRUCTIFIQUE CON UNA FORMA Y COLOR QUE NO RECONOZCAMOS COMO FRUTO, AUNQUE EL FRUTO AHÍ ESTÉ.

Valencia, septiembre de 2016.-

- Federico L. Petricca Sabbatini
- Psicólogo-CV07397. Especialista en Psicología de la Salud, y en Metodología de Intervención Social y Comunitaria.
- Docente del Programa "Escuela de Madres y Padres", del Ayto. de Valencia, desde 1999.
- Docente del Programa para Adolescentes: "Avatares de Ser Adolescente Hoy", del Ayto de Valencia, desde su inicio en 2001.
- Coordinador del Programa: "Educando para ConVivir: Talleres de Integración, de Convivencia y de Resolución de Conflictos en el Ámbito Educativo", en diversos centros educativos, desde su inicio en 2003.

Tfno: 687 25 55 38 E-mail: [flpetricca@hotmail.com](mailto:flpetricca@hotmail.com)