

Alicia Banderas

Psicóloga

“La mejor prueba de amor a los hijos es una buena educación”

Padres desbordados ante hijos ingobernables que lloran, patalean, pegan, insultan, escupen, manipulan... La estampa es frecuente en hogares, restaurantes, parques y calles. Desesperados e impotentes, no saben qué hacer con niños y niñas que despliegan comportamientos tiránicos. La psicóloga Alicia Banderas, autora del libro 'Pequeños tiranos', conoce bien estas situaciones y, para alivio de progenitores desahuciados, defiende que tienen solución. Las claves: empatía, firmeza, coherencia, afecto, dedicación y esfuerzo. Admite que no es fácil, y que en algunos casos habrá que pedir ayuda (a tutores, psicólogos, a la propia familia), pero, recalca, “una buena educación es la mejor prueba de amor a los hijos”.

Amor y educación, ¿son sinónimos, antónimos, complementarios... ? Si no son sinónimos, sí son complementarios. El amor sí es la base para que haya una buena educación.

Sin embargo, usted insiste en no confundir un término con el otro. Sí. Hay muchas madres que me dicen: “lo he dado todo por el amor de mis hijos”. Y lo que veo es que se confunde la palabra amor con la proporción de un afecto, pero eso no quiere decir que en nombre

del amor los padres tengan que concederles todo y situarlos como los reyes de la casa.

¿La mejor prueba de amor a los hijos es una buena educación? Sí, por excelencia. Las emociones morales, honestidad, cooperación, la solidaridad, requieren de una buena educación, de un código de conducta ofrecido por los padres.

Pero educar precisa esfuerzo. Y no es sencillo. Por supuesto. La educación requiere de un aprendizaje.

Pese a que vivimos en la sociedad de la información y de la formación, no hay ninguna escuela de padres y madres. Yo creo en las escuelas de padres. Llevo desde 2002 realizándolas porque los padres necesitan ayuda, pero tampoco creo que necesiten tantas instrucciones, no hay recetas para esto.

Da la impresión de que los padres se mueven entre dos extremos: exigencia absoluta o permisividad total.

Esto pasa con cualquier comportamiento humano. Nos vamos de un extremo al otro. Hemos vivido el autoritarismo y, como contrapeso, hemos pasado a la permisividad. Pero soy optimista y creo que el término medio es el siguiente paso. El problema es que hoy a un padre el autoritarismo le dura 5 minutos, después le empieza a invadir un sentimiento de culpabilidad y le dice al niño: “venga, haz lo que quieras”. Y eso no es bueno. Es ambiguo. Para que el niño cree un hábito es necesario ser sistemático, no puedes jugar a esa ambigüedad porque el niño siempre intentará saltarse esa norma, ya que sabe que te vas a ablandar.

¿Un padre tiene que ser amigo de su hijo? Hay psicólogos que defienden esta postura. Considero inadecuado que un padre desee ser amigo de sus hijos, pero quizá digamos todos lo mismo y no definamos bien el concepto. Muchas madres me aseguran: “yo soy amiga de mi hija y me va perfectamente”. Confunden la amistad con hablar de determinados temas. Piensan: “Como hablo con ella de sexo, del botellón... soy amiga suya”. Pero no es así. Sí que hablas, pero tú lo haces siempre desde un rol de guía. Los niños y los padres no tienen los mismos intereses. Mi inte-

rés no es saltarme una clase, irme a jugar, hacer pira... El interés del padre es saber qué puede hacer para que su hijo estudie, no ir de la mano con él.

Si un hijo dice: "papá, o mamá, tú y yo somos amigos, ¿no?", ¿qué se debe responder? Se le debe decir: "No. Yo soy tu padre, o tu madre".

¿A qué edad el mal comportamiento de los hijos debe encender las señales de alarma? A los 5-6 años, porque ya tienen determinadas conductas y a partir de ahí ya se puede ver si tiene actitudes destructivas, si aleja a los demás, si desarrolla relaciones de poder... También me encuentro con niños de tres años con rabietas desproporcionadas que ya pueden apuntar maneras.

¿Cuándo se puede catalogar a un niño como tirano? Hay que evitar las etiquetas. Un niño no es tirano, pero sí puede tener actitudes tiránicas.

¿Cuáles son? A partir de los 6 años hay niños que se muestran muy impulsivos, que mienten, que tienen actitudes de venganza, que no conectan con lo ajeno, que son insensibles, con ganas de hacer el mal porque sí, porque ellos se sienten poderosos, carecen de empatía... Estas son actitudes tiránicas, que a los once años se pueden agudizar y que a los 15 años ya son difíciles de encauzar porque se unen con la rebeldía propia de la adolescencia.

Y ¿cómo diferenciar esa rebeldía, natural de la adolescencia, de la tiranía? Hay que ver si hay una ausencia de emociones o de ponerse en el lugar de la otra persona. Un niño puede ser rebelde, todos lo hemos sido, puede saltarse el horario un día, dar un portazo, o decir no te quiero... pero al día siguiente puede pedir perdón. Sin embargo, los niños con actitudes tiránicas nunca consideran que son culpables, siempre lo son los demás.

Una vez que se constata el problema, ¿qué se puede hacer? Pedir ayuda. Muchas veces te conviertes en una víctima, manda él o ella, y además pasa como en la violencia de género, crees que son tus actuaciones las que le hacen ponerse así.

“Para que el niño cree un hábito es necesario ser sistemático y evitar la ambigüedad”

Y ya te ha ganado. Hay veces en las que es muy difícil salir solo, y hay que pedir ayuda profesional a un tutor, médico de cabecera, psicólogo, a tu propia familia...

¿Qué parte de responsabilidad tienen los padres en el desarrollo de esas actitudes tiránicas? Son los responsables de la educación del niño. Ahora bien, a mí no me gusta señalarles con el dedo porque no siempre un padre está preparado para sujetarle. El problema es que a veces el padre ya no puede más y se hace más permisivo, y esto es un cóctel explosivo.

Aparte de pedir ayuda, ¿qué más pueden hacer los padres? A veces caemos en exceso en el castigo para reprender el mal comportamiento. Y yo le digo a los padres que ya desde los 6 años hay que preguntarse si lo que quieres es castigar a tu hijo por esa conducta o que el niño aprenda valores. Por eso digo que hay que preguntar al niño tres cuestiones clave: cómo te sentirías si a ti te hicieran esto, cómo crees que se sintió tu amigo cuando le hiciste algo malo y qué tienes que hacer para solucionarlo. Tiene que entender que el mal comportamiento no es gratuito, que tiene un coste. Si un niño ha insultado tú tienes que llevarle a pedir perdón. Pero todas estas tareas educativas se abandonan. Hay que educar en empatía, reprender los malos comportamientos y ser sistemático, aunque sea más duro el enfrentamiento. Te tiene que ver fuerte, porque si no te "come". La firmeza es muy importante, aunque tampoco hay que tener fijación por lo que hace mal y ver sólo eso, hay que buscar los buenos comportamientos positivos.

Usted, como la mayoría de los psicólogos, insiste mucho en la empatía. Sin embargo, vivimos en una sociedad que no se caracteriza precisamente por ser muy empática.

“Cuando un niño tiene actitudes tiránicas, hay que pedir ayuda profesional a un tutor, a un psicólogo, al médico de cabecera... o a la propia familia”



Es cierto. Una madre me decía el otro día que le estaba enseñando a su hijo esa sensibilidad y que se lo "comían" en el recreo porque al final le agredían... El problema no se debe a la empatía, tiene más que ver con la falta de asertividad, que es la capacidad para saber decir que no, y saber expresar tus sentimientos sin dañar al otro.

¿Cómo se enseña la asertividad? Hay unas pautas muy claras que se basan en mostrar que cuando no estás de acuerdo con una persona no tienes que culpabilizarla, hay que intentar buscar emociones sin acudir al insulto. Hay que decir: "me he sentido herida, me he sentido humillada... cuando has hablado de mí mal en clase. Me gustaría que la próxima vez no lo hicieras". Eso es asertividad. No me callo, que sería el otro punto, pero tampoco soy agresiva, y no amenazo, ni doy un empujón. La clave es expresar las emociones desde el yo, sin un comportamiento acusador. Una labor educativa muy importante es la de enseñar a los hijos a expresar los sentimientos, a no guardárselos. El sistema educativo tiene que compensar pero no suplir porque no es tarea del sistema educativo.

Vayamos a casos prácticos. Si un hijo se ha cogido una rabieta, ¿qué debe hacer el padre o la madre? Salvo en casos en los que pueda hacer daño, no hay que atender el comportamiento del niño, la llamada, porque en el momento en que lo hagas lo utilizará siempre. En ningún momento te tienes que dejar llevar por el sentimiento de la culpa, ahí es donde entra la fortaleza.

Si eso ocurre en un lugar público, un restaurante, por ejemplo, ¿hay que dejarles? Sí, si está solo el niño. Cuando son dos los niños deben aprender a resolver sus conflictos.

¿Y si pega o escupe al padre o la madre?, ¿qué se puede hacer? No hay que pegarles pero sí tener una actitud firme, sujetarles fuerte...según como sea la situación. La actitud es lo que más provoca en el otro una sorpresa, aunque siempre pensamos que es el cachete, pero no es así.

¿Usted tiene hijos? No, pero no importa. Llevo 12 años trabajando con hijos y padres y puedo constatar que con estas pautas los padres mejoran.