

LO QUE CADA PADRE NECESITA SABER

por el Dr. Peter Ernest Haiman

Todos los padres quieren saber cómo educar a un niño para que sea emocionalmente sano. Cuando se trata de aconsejar a los padres sobre este tema, hay tres áreas que son importantes: la relación que cada padre tiene con su propia crianza, el desarrollo psicosocial del niño y el proceso al que llamo *enfoque diagnóstico de crianza infantil*.

Primero, cada uno de nosotros como adultos debe mirarse a sí mismo y aprender de nuestra propia relación con la crianza. Me refiero a que necesitamos mirar nuestra propia educación, cómo fuimos educados por nuestros padres y cómo dicha educación influye en el estilo de crianza que adoptamos hoy como adultos. Necesitamos descubrir los errores que cometieron nuestros padres y la sociedad que influyó sobre nuestros padres, y ser conscientes de ellos. Después de todo, recordemos que nuestros padres no inventaron formas de crianza. La gran mayoría de los padres siguió las normas sociales de esa época. Gracias a lo que hoy en día sabemos sobre el desarrollo y la crianza infantiles, podemos observar cómo muchos de los padres de hoy en día tropezaron con errores considerablemente grandes mientras crecían.

Uno de esos errores tiene que ver con cómo se satisfacen las necesidades de un niño. En las últimas décadas, las investigaciones sobre crianza infantil han dejado claro que los padres de todos los niños pequeños y adolescentes deben satisfacer las necesidades normales y apropiadas desde el punto de vista del desarrollo. Asegurarse de que las necesidades de sus hijos se satisfagan de manera adecuada y constante es la responsabilidad de los padres. Y la intensidad de esas necesidades puede tener la fuerza de un volcán cuando el que la siente es un niño o un adolescente. Por lo tanto, cuando las necesidades de un jovencito son continuamente insatisfechas, los resultados pueden llegar a ser explosivos.

¿A qué necesidades me refiero? Un ejemplo perfecto sería la necesidad de hacer sus propias elecciones, incluso cuando son muy pequeñitos. Aprender a ser más independientes es de suma importancia para todos los niños. Por eso es valioso que los padres recuerden si ellos mismos tuvieron esa oportunidad a medida que crecían y cómo ocurría. Cuando usted tenía entre dos y seis años (o, incluso cuando usted era adolescente), ¿sus padres le permitían elegir o dirigían su vida y le decían lo que tenía que hacer en cada situación? Lo que usted haya sentido en ese momento podría determinar cómo reaccionará ahora, que es padre, cuando sus hijos busquen ser independientes.

Cuando un niño expresa la necesidad de ser él mismo y de empezar a elegir lo que quiere, la reacción de sus padres podría surgir desde un nivel emocional muy profundo. Podrían sentirse furiosos, en ocasiones sin razón aparente. Pero en realidad, lo que ocurre es que ven a sus hijos jóvenes actuar en una forma en la que a ellos mismos no les permitieron actuar cuando eran pequeñitos. Supongamos que un niño de cuatro años todos los días quiere calzar zapatillas para ir al preescolar. La madre sabe que no hay nada de malo en usarlas, sin embargo, la situación la enoja. ¿Por qué? Cuando esta mujer era pequeña también quería calzar zapatillas para ir a la escuela, pero su mamá hacía que se ponga un par de feos zapatos de cuero marrón. Su madre solía decirle que debía ponérselos porque los zapatos de cuero eran “mejores para los pies”, a pesar de que todos los otros niños llevaban zapatillas a la escuela. Ahora, esta madre sabe que la conducta de su hijo es normal, pero no puede aceptarla a causa de los errores que cometió la generación anterior, en este caso, su madre.

Este tipo de situaciones podrían causar mucho enojo. Para complicar más aún las cosas, aprendemos a ocultar nuestro enojo. Y si permanece oculto durante años, podría “supurar” dentro

de nosotros y provocarnos depresión crónica. Por el otro lado, el enojo que ha estado dentro de nosotros durante décadas puede subir repentinamente a la superficie cuando nuestros hijos empiezan a expresar necesidades adecuadas y normales del desarrollo—justamente las mismas necesidades que tuvimos que ocultar para no ser castigados por nuestros padres. El enojo que sentimos con nuestros padres y que hemos guardado durante tanto tiempo finalmente estalla sobre nuestros hijos.

En situaciones como esta, los resultados de nuestra crianza podrían dañar gravemente a nuestros hijos porque el mensaje que envía nuestro subconsciente a los niños sería algo así: “Escucha, niño. A mí no se me permitía hacer lo que quería, ni tampoco podía escoger qué zapatos ponerme. Tenía que hacer lo que mi mamá y mi papá decían, en el momento en que lo decían y en la forma en que lo decían. Y todavía estoy furioso por eso. ¿Tú que tienes cuatro años crees que puedes ser un poquito más independiente y usar las zapatillas sólo porque te gustan? Bueno, ahora te voy a castigar porque eso no es justo”. Los padres pueden haber leído algunos libros o artículos, o saber lo que dicen las investigaciones sobre permitir que sus hijos elijan. Pero en momentos como el del ejemplo, las emociones profundas vencen al conocimiento cognitivo que puedan tener sobre prácticas de crianza. Ese enojo que permaneció bajo llave durante dos o tres décadas explota. Así que lo más importante que los padres pueden aprender es que una buena crianza empieza por ellos mismos.

Lo segundo que los padres necesitan hacer para educar hijos emocionalmente sanos es aprender acerca del desarrollo psicológico de sus hijos pequeños. Les recomiendo que lean el trabajo de Eric Erikson, uno de los primeros psicólogos en armar un modelo de desarrollo que explica cómo los individuos maduran emocional y socialmente, desde la infancia hasta la adultez. Él creó lo que llamó “etapas”. Hay ocho etapas en total; cada una abarca un tema en particular y se construye sobre la etapa anterior. Por ejemplo, la primera etapa (hasta los dieciocho meses), se concentra en la necesidad de construir la confianza; la segunda (que va desde los dieciocho meses a los tres años) se basa en la necesidad de autonomía e independencia. Aunque las etapas están en orden, si no logramos alcanzar la madurez emocional en una de ellas, continuaremos viendo aspectos de inmadurez emocional en las etapas posteriores. Esto nos da la oportunidad de madurar esos aspectos a lo largo de nuestras vidas, y de, como padres, ayudar a que nuestros hijos los desarrollen.

No podemos decir: “Ya saldrá de esto. Sólo hay que esperar unos años”. De ninguna manera. Si frustramos las necesidades de autonomía o de elección de nuestros hijos cuando tienen dos o tres años, o cuatro o cinco años, llegarán a los seis años con las necesidades insatisfechas. Y si dichas necesidades no son resueltas, volverán a surgir en la adolescencia. La única diferencia es que el enojo que permaneció sumergido mientras el niño era jovencito explotará de forma mucho más violenta cuando sea mayor. Y esta reacción podría ser la causa de delincuencia o de consumo de drogas, llevar a la depresión crónica o a la resistencia a la autoridad. Por eso usted necesita familiarizarse con las características y las necesidades asociadas con cada una de las distintas etapas, y con la forma en que una afecta a la otra. Si sabe esto, usted continuamente tendrá la oportunidad de corregir algunos errores de crianza que inconscientemente hicieron sufrir a sus hijos.

Lo tercero que los padres necesitan saber a la hora de criar niños y adolescentes es cómo usar un proceso básico al que llamo *enfoque diagnóstico de crianza infantil*. Desafortunadamente, muchos padres creen que pueden detener o prevenir la mala conducta y criar niños emocionalmente sanos simplemente castigando las conductas inapropiadas. Pero el problema inherente a este enfoque es lo que hará que le salga el tiro por la culata. Cuando

castigamos la conducta de un niño, también estamos mostrándole un modelo de conducta. El modelo que le mostramos es el que el niño aprenderá; es decir, a castigar.

Al mismo tiempo, al castigarlo, creamos un niño enojado que probablemente se comporte bien un rato corto, pero que se irá enojando cada vez más y actuará desafiadamente. Cuando castigamos a un niño, fracasamos en resolver el problema que está causando la mala conducta. Y esa es la palabra clave: *causar*. Como padres, no podremos lograr nada sin entender la(s) causa(s) de la mala conducta de nuestros hijos. Por esta razón, hablo del enfoque *diagnóstico* para criar a los niños, y aliento a los padres a que lo usen.

Para muchos padres, éste parece ser un enfoque radical. Tienen que aprender a detenerse un instante ante una mala conducta y darse cuenta de que castigar no es la respuesta. Por el contrario, tienen que recordar que si sus hijos se comportan mal es porque existe una razón o varias. Si quieren ser padres constructivos y criar niños emocionalmente sanos, necesitan encontrar la(s) causa(s) oculta(s) en la conducta de sus hijos. Necesitan analizar con detenimiento la conducta para hallar necesidades específicas que son normales en cada etapa del desarrollo, que están siendo insatisfechas en ese momento y que causan el mal comportamiento del niño. Si los padres son capaces de satisfacer las necesidades de sus hijos de forma apropiada, la mala conducta desaparecerá.

Este artículo es una adaptación de la entrevista llevada a cabo por Ashley Ann Ryan.