

Fortalecer la personalidad de mis hijos

Fernando de la Puente



En la charla anterior hemos desarrollado el proceso evolutivo del “yo”, con sus avances y retrocesos, desde el nacimiento de la conciencia del “yo”, a través de las diversas crisis de identidad hasta los retos sociales con que se enfrenta en la segunda adolescencia.

Como prometimos, exponemos ahora los criterios y estrategias educativas más importantes que ayudan a la madurez del “yo” a lo largo de estas etapas.

1. Saber reaccionar ante su negativismo, su “por qué” y sus ocultaciones

El *negativismo*, como vimos, es la primera afirmación de la personalidad de un niño entre 2 y 5 años. En la mayor parte de los casos esto es un “deporte” para ellos, y también para los adolescentes. Hay que tomarlo como deporte. Habrá que pararle los pies y pitarles fuera de juego, pero no manifestar excesiva contrariedad ni irritación, que es lo que ellos en gran parte pretenden. Lo suyo no es verdadera rebeldía, sino un juego, un tanteo de “aquí estoy yo”. Poner límites o sanciones pero sin aplastar sus afirmaciones, aunque no las expresen respetuosa y consideradamente.

Si quieres que sea asertivo/a y capaz después de afirmar sus derechos, que sepa decir “no” a muchas cosas, entre ellas al alcohol y a la droga, no le aplastes la afirmación de la personalidad ni a los 3 años ni a los 16. Deja que se afirme ante ti, corrígele la falta de respeto, sin acritud, sin ira, aunque haya que aplicar sanciones. Nuestra serenidad y nuestro humor le desconcierta más que nuestra cólera.

El *por qué*, en los niños pequeños, suele ser una llamada de atención pues está dispuesto a aceptar nuestras respuestas debido, al principio de autoridad, que aún viven hasta los 10 años. No hay



que abusar de este principio, evitando dar respuestas falsas, es decir, responder con mentiras. El "por qué" rebelde de un adolescente es también una llamada afectiva de atención; cuando hay demasiados "por qué" tendríamos que preguntarnos si debajo de ellos hay una llamada afectiva, un indicador de que no se le atiende bien, de que no hay contacto personal. Los adolescentes afectivamente satisfechos no son tan molestos con sus "por qué".

Muchas *ocultaciones y mentiras* se producen cuando el niño está en una situación de apuro, entre la espada y la pared, no teniendo aún verdadero uso de libertad y madurez moral. Muchos adultos mienten por lo mismo. Otras veces ocultan sus sentimientos, o los niegan, o se avergüenzan de ellos (de tener miedo, de estar inseguros, de su misma vergüenza...). Cuidado con reprimir y ridiculizar estos sentimientos; les duele profundamente, se ponen rojos, etc. Es mejor reaccionar con naturalidad y ayudarle a superar su inseguridad y aprender a expresar oportunamente sus sentimientos.

2. Educar sin manipulación

Se educa sin manipulación cuando se dan razones limpias, se responde con la verdad. Cuidado con la sugestionabilidad de niños y preadolescentes. Manipular es cualquier cosa que alguien haga para coartar la capacidad de pensar y juzgar por mí mismo.

Hay mucha gente que nos manipula en la vida normal. Te manipulan los amigos, te hacen ir donde tú no quieres, te impiden que tú pienses por ti mismo o juzgues por ti mismo. Y esto es especialmente delicado cuando el niño no es capaz de saber en muchos casos lo que quiere o le conviene.

Para no manipular hay que dar razones a base de valores limpios, nunca con amenazas ni falsas razones basadas en el temor, en el miedo, en el chantaje afectivo; aunque muchas veces hay que explicar los peligros de ciertos comportamientos.

Cuando dices a tu hijo "si haces esto, no te quiero" o "te puede pasar tal cosa" (exagerando o distorsionando la realidad), no sólo estamos manipulándoles y abusando de su sugestionabilidad, sino que les estamos enseñando a manipular a los demás; y cuando sean algo más mayores, nos manipularán a nosotros. Además, la manipulación les influye negativamente creándoles ideas falsas de sí mismos, temores raros.

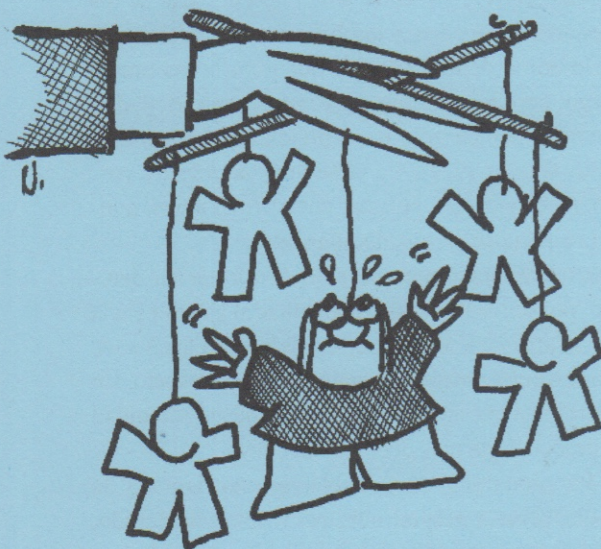
¿Quién le enseñó la manipulación? ¡Éramos nosotros cuando le manipulábamos a él! Por lo tanto, si no podemos hacernos entender con buenas y limpias razones, no les demos otras falsas y manipuladoras; utilicemos nuestra autoridad sin complejos y afirmemos nuestras razones. Y si se trata de permisos o peticiones, atrevámonos a mandar y a decir "no".

Si las razones son limpias y objetivas (*"esforzarte en un estudio serio y constante, es bueno para ti, porque poco a poco vas adquiriendo hábitos de trabajo eficaces y esto se reflejará en tus calificaciones"*, etc.), irán haciendo su efecto poco a poco. Pero no esperes a convencerle para poderle mandar lo que es natural y de sentido común. Si un niño no hace algo que es natural y normal, por algo será, busquemos las causas, facilitemos los medios, ayudémosle a un aprendizaje de pequeños pasos, pero no le manipulemos nunca con falsas razones.

Otro tema es el momento de proporcionar las buenas razones. A veces nos precipitamos en la edad. Hay que ver cuántas lecciones morales damos a los niños antes de tiempo, y en cambio a partir de los 12 años, cuando son más necesarias que nunca, guardamos silencio. Les abramos a discursos éticos de 6 a 8 años, cuando lo que quieren es algo muy concreto, muy a pie de terreno, muy operativo. ¿Por qué nos callamos cuando tienen 15 años, que es cuando hay que hablar de valores éticos, compartir, dar, ser responsable en la sexualidad, etc.?

3. Cómo les evaluamos

La forma de manifestar aprobación o desaprobación a tu hijo/a es muy importante. La aprobación y elogio a la persona en vez de a los hechos, como sería lo correcto, repercute negativamente en el concepto de sí mismo. Pero, atención: lo importante no es lo que tú le dices sino cómo recibe el mensaje. A veces creemos que estamos haciendo alabanzas (*"estoy muy orgullo-*



so de ti”) y estamos realmente transmitiendo otra cosa, nuestro tono y gesto nos traicionan. Si estás desilusionado de él o de ella, lo van a notar. Lo importante es que sientan verdaderamente que su padre o su madre están orgullosos de ellos. ¿Lo sienten así?

Ahora bien; ¿cómo lo averiguamos? Quizá el otro cónyuge le puede preguntar, aunque es difícil que los hijos digan la verdad conscientemente (¿cómo voy a decir yo que mi padre no me aprecia?). Con frecuencia mienten en sus respuestas; incluso en entrevistas psicológicas competentemente llevadas, no se logra que un niño diga “mi padre no tiene ilusión por mi”.

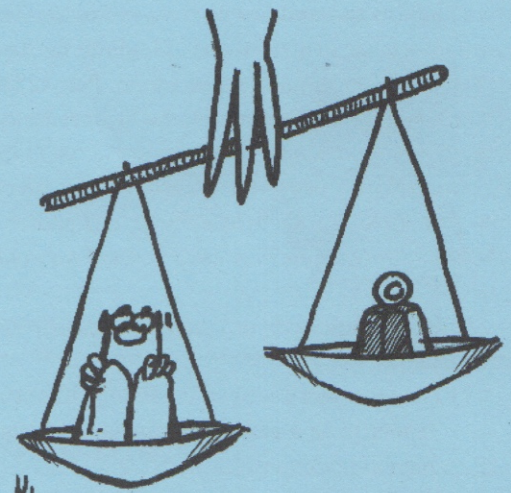
Recordemos. Las personas más significativas (padres, profesores, amigos) son las que más influyen en positivo o negativo con sus evaluaciones. Un profesor desprestigiado o aborrecido no tienen influencia especial si le valora mal; pero un profesor-ídolo tendrá gran influencia. Cuanto más cercano y más admirado, más influencia.

4. Cómo hacerles más decididos

Hay niños responsables capaces de hacer decisiones y pequeños proyectos, conseguir fines fijados conscientemente. Y algunos afortunadamente lo aplican a los estudios. El problema es cuando se retrasa la capacidad de voluntad, y esto se refleja, para alarma de los padres, en los “dichosos estudios”. Se trata de un problema muy complejo, que suele venir de atrás (ya no eran aplicados desde pequeños, se les veía en educación infantil con una atención difusa y desganada). El problema de la abulia en los estudios lo hemos tratado en otros temas.

A veces el mal estudiante no aplica la voluntad a los estudios, pero la ejerce en otras cosas, proyectos relacionados con aficiones, diversiones, amistades. El problema más grave es cuando no existe capacidad de decisión voluntaria en ningún aspecto, no se entusiasma con ningún juego, ni con los amigos, no hace planes, parece que no quiere nada... Puede tratarse de una seria inmadurez del yo. Podría ser interesante una consulta al especialista. En todo caso, será necesario una discreta actuación por nuestra parte.

Ponerse angustiosos y nerviosos no ayuda nada. Terminaremos por inferiorizar al niño o al adolescente, perder los nervios, tratarle mal o manipularle. La inmadurez no es culpable, es algo muy complejo, en parte genético, en parte ambiental, en parte proviene de un modo de educarle en la infancia... No se puede poner uno nervioso porque una persona no madure. Es más práctico ponerse a examinar las causas y nuestro modo de proceder.



Es muy importante darle oportunidades de afirmarse, tener iniciativa, ejercer responsabilidades. Quien siembra mimo y superprotección, no recoge responsabilidad. Quien siembra dependencia, no recoge autoafirmación. Si le has educado muy dependiente de ti, sin darle oportunidades de decidir nada, difícilmente puedes esperar que surja una personalidad asertiva. La superprotección no produce asertividad responsable.

Examinemos cómo estamos educando en este sentido. Dejémosle decir “no”, dejémosle decir “soy el más listo, el más simpático”, dejémosle tener juegos competitivos, pues allí es donde se educa la capacidad del yo. No les limitemos su “ración” de todo esto, aunque no estudie. Sería una incultura por nuestra parte. ¿Acaso le quitamos el alimento porque no estudia? Dejémosle márgenes de iniciativa artística, cultural, deportiva, aunque no estudie.

Nunca castigemos quitando oportunidades de ser responsable. Es un error no encargar cosas ni responsabilidades al “niño malo”. Como no es responsable, ¡le castigamos quitándole los medios para serlo! Además esto produce horribles celos y envidias (“por qué a mi hermano le dan oportunidades y encargos, y no a mi”). Es un círculo vicioso que empeora las cosas.

5. Manejar bien la crisis de identidad

Esto es un arte: educar en tiempos de crisis, cuando la identidad está en cuestión, de 14 a 18 años.

Según los psicoanalistas, el niño se siente identificado con sus padres y con las personas que representan la autoridad. Vive en tranquilidad porque la pauta de su conducta es lo que dicen sus padres; eso es lo que está bien aunque él no vea qué es lo que está bien. De ahí nace una confianza básica, una seguridad vital para actuar bien y no actuar mal.

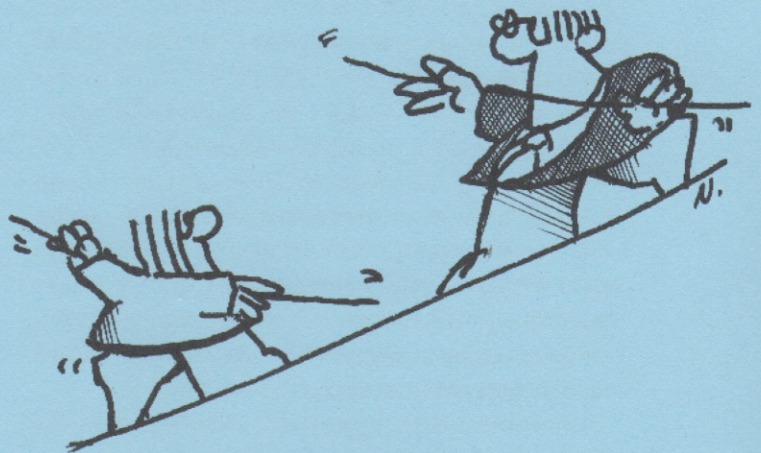
El adulto en cambio tiene la seguridad vital y la confianza básica en sí mismo. El adulto no depende de sus padres ni de nadie, si es adulto. Pero el adolescente está a medio camino. No ha alcanzado todavía la autonomía personal, y por otra parte, ve el mundo de otra manera y cada vez necesita menos los esquemas y modelos de identificación de sus padres (“me obligan a utilizar normas cuyo sentido no acabo de ver”).

Hay tres tácticas de oro para estos casos, siempre aconsejables:

- 1) Tiempos para dialogar; un diálogo libre sin pretender nada a cambio, escuchando, intercambiando opiniones.
- 2) Tiempos para negociar; llegar a acuerdos entre sus peticiones y nuestros permisos.
- 3) Tiempos, distintos de los anteriores, para mandar.

El éxito es manejar las tres tácticas simultáneamente. Hay padres y madres que sólo utilizan el tiempo de negociación, no usan nunca el de mandar y muy poco el de dialogar. Todo queda muy descompensado. Es verdad que el adolescente, por todo lo que le pasa por dentro, necesita una gran comprensión, pero el arte de educar es saber utilizar los tres tiempos.

Como vemos, las estrategias son múltiples y no hay demasiadas recetas en el cuánto, en el cuándo y en el cómo de su utilización. Hay que tantear, reflexionar y dialogar con otros padres. Hay que aprender de sí



mismos, de los propios errores, al ver las consecuencias de nuestras actuaciones. Pero sin alarmarnos ni acomplejarnos por sus reacciones violentas o de “patallera”, sus gestos, sus gritos y sus faltas de respeto. No tenemos el peligro hoy de herir a ningún niño en su personalidad a causa de nuestra autoridad. El peligro es no ejercerla suficientemente y crear un niño consentido y difícilmente controlable. Se debe ejercer la autoridad a condición de no perder la ilusión por los hijos ni el cariño profundo, en el fondo de nuestros corazones, aunque haya que poner paréntesis de firmeza. Pensamos que toda esta combinación de estrategias ayudará a la madurez de la personalidad.

Trabajo en grupos

Asertividad y valores humanos

Un padre comenta:

“Quiero que mis hijos se puedan defender bien en la vida, tener un yo muy “asertivo”, como dicen los psicólogos, con personalidad sana y decidida. Pero por otra parte, se habla de educación en valores humanos y compromiso social. Ahora bien; si logran tener personalidad y al mismo tiempo son solidarios, pueden meterse en líos.

Me dan miedo muchas cosas. Esto me tiene paralizado a la hora de motivarles ciertos valores humanos. ¿Hasta qué punto puedo dejar que mis hijos actúen como defensores de los derechos de los demás? Bajemos

de las nubes. Estamos en una sociedad de lobos y de competitividad.

En lo que estoy completamente de acuerdo es que, para lograr un yo fuerte no debemos consentir sus caprichos ni permitir que nos repliquen. Deben aprender a obedecer sin rechistar; y conocer la sanción que se les aplicará por la desobediencia. De lo contrario no serán capaces de controlarse de mayores, y se volverán contra nosotros”.

Preguntamos:

¿Qué opinas de la preocupación y de las ideas de este padre acerca de la educación en la asertividad y del

conflicto que él encuentra entre ella, la sociedad competitiva y los valores humanos?

Metodología:

- 1) Después de poner las mesas en círculo, el Conductor de Grupo pasa lista a los asistentes, y les entrega la hoja con el caso.
- 2) Unos minutos de reflexión individual.
- 3) Breve cambio de impresiones con la persona que está a tu lado.
- 4) Diálogo general con el Conductor (30/40 min.).
- 5) El Conductor de Grupo escribe brevemente las coincidencias y las divergencias más importantes y las cuestiones que se desean clarificar.