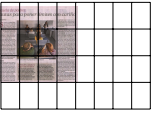


ABC	Tirada: 328.254	Sección: -	
	Difusión: 239.605	Espacio (Cm_2): 537	
Nacional General	(O.J.D)	Ocupación (%): 78%	Imagen: No
	Audiencia: 838.617	Valor (€): 20.364,30	
Diaria	20/06/2012	Valor Pág. (€): 26.020,00	
		Página: 44	

Escuela de padres Pautas para poner límites con cariño

CARLOTA FOMINAYA
MADRID

«**S**iempre es posible mejorar la forma en la que educamos a nuestros hijos», advierte Susana Cruylles, psicóloga y motor de la Escuela de Padres del Hospital Universitario Príncipe de Asturias de Alcalá de Henares. Su dilatada experiencia en Inglaterra, donde este tipo de «clases para adultos» es muy habitual, le llevó a «importar» la idea y ponerla en marcha en nuestro país bajo el amparo de este centro hospitalario.

En este caso, ¿quiénes son los alumnos? Padres de niños de entre 4 y 12 años con diversas patologías, como hiperactividad, dificultad para relacionarse con iguales, retraso en el desarrollo, trastornos de aprendizaje..., con situaciones agravadas por diversos motivos personales que han derivado en la dificultad de manejo o situaciones diarias de los niños. «Básicamente, aquí les damos a nuestros "alumnos" unas pautas para que sepan cómo poner en casa límites con cariño. Les ayudamos a que conozcan también cómo contener a sus hijos emocionalmente», explica esta especialista.

Dar el paso

Los papás asisten una vez al mes al aula, donde aprenden a manejar las distintas situaciones que se encuentran en casa. «Es importante que vengan en grupo porque rinden más, el efecto es mucho mayor. Les refuerza porque constatan que, primero, no lo están haciendo tan mal, y segundo, pueden aprender también del que se sienta a su lado», explica Cruylles.

Lo importante, continúa esta profesional, es que todos los asistentes han dado un gran paso al participar en esta iniciativa. «Han reconocido que tenían un problema, lo que indi-



Los padres asisten en grupo porque es más efectivo

ÁNGEL NAVARRETE

Aprender a alabar y jugar con los niños

«En esta escuela aprenden que alabar, elogiar, hablar o jugar con los hijos es casi tan importante como regañarles. De hecho, el castigo no lo vemos hasta la octava sesión. Nosotros les damos las herramientas necesarias para que aumenten conductas deseables e ignoren los

comportamientos molestos», apunta la psicóloga Susana Cruylles. El problema a la hora de imponer sanciones es, quizá, el más compartido por todos los asistentes. «Antes castigaba a mi hijo todo el rato. Estaba de oferta, en el pack venían tres por uno. Ahora reflexiono antes», relata Laura, una madre de dos pequeños de 7 y 4 años que antes «no veía escapatoria en casa».

ca que todos se preocupan por la educación de sus hijos y que quieren ser mejores padres. Esta actitud ya de por sí facilita mucho el camino y ayuda a solucionar los problemas que puedan tener en casa».

«Tiempo fuera»

Manuel, por ejemplo, llegó hasta este grupo después de varios tratamientos personalizados que no le fueron de mucha utilidad. «Al compartir mi problema en el grupo de padres he visto que no era el único que lo tenía. Y he aprendido a ver que a mi hijo, aunque es distinto, tengo que verlo como el niño que es». En el caso de Tina, madre de dos hijos, asistir a la Escuela de Padres le ha servido para aprender a «respirar y a mirar las cosas de otra manera», cuenta. «Cuando veo que la situación me sobrepasa, pongo en marcha la práctica del "tiempo fuera", que consiste en sentar a mi pequeña cinco minutos en los que yo trato de relajarme para no perder los papeles». Con su hijo adolescente, en cambio, la táctica consiste en alabar su actitud. «Es muy curioso. Cuando se me olvidaba hacerlo, me lo reclama: mamá, no me has "reforzado" hoy».

El hecho es que esta terapia en muchos casos trasciende más allá de los límites de la educación del niño. De hecho, a Laura y a su marido, Miguel, les ha influido también en su relación de pareja. «Ahora todo lo hablamos, todo lo consensuamos, nos intentamos corregir mutuamente... Incluso llegamos a tomarnos las cosas con humor», aseguran.

Raquel, por ejemplo, ha aprendido a reaccionar ante las pataletas de su hija. «Ahora sé que, sencillamente, hay que ignorar el espectáculo». «Susana, te voy a echar mucho de menos», se despide esta alumna, desde el quicio de la puerta.