



Los peligros de un niño consentido

► Decirles «no» es imprescindible para que aprendan a manejar sus emociones. De lo contrario, serán jóvenes infelices por no saber manejar su frustración y responderán con agresividad

LAURA PERAITA

Sin apenas darse cuenta, y sin mala intención, los padres cometen el error de complacer a sus hijos en la mayoría de sus peticiones: «Mamá, quiero ver dibujos», «papá, no quiero este bocadillo de chorizo, lo quiero de queso», «hoy no me quiero bañar», «mamá, hoy tú no me das el biberón, me lo da papá»... Total, son aparentemente pequeños detalles con los que así se evita escuchar sus llores y rabietas, y se logra una convivencia más tranquila en el hogar.

Sin embargo, acceder a todas sus peticiones —aunque nos parezcan poco significativas— tiene más importancia en su desarrollo de lo que, en principio, pueda parecer. Los expertos en psicología lo tienen claro: no frustrar a nuestros hijos es malcriarlos, convertirlos en unos consentidos.

María Jesús Álava Reyes, directora del Centro de Psicología Álava Reyes, no puede entender cómo actualmente hay aún pediatras que aconsejan a los padres que den de comer y dejen dormir a sus bebés «a demanda». Asegura que, de esta manera, están acostumbrando a su hijo a que cada vez que llora los padres vayan corriendo a satisfacer sus deseos, de manera que los adultos se convierten poco a poco en esclavos de un bebé de meses.

Demandas en aumento

No cabe duda de que negar a un hijo aquello que desea en cada momento no es de agrado para nadie. «Sin embargo, la frustración debe formar parte del aprendizaje general del niño —apunta Sergi Banús, psicólogo clínico infantil y director de psicodiagnóstico—. Sobre todo entre los dos y cuatro años, que es la franja de edad de mayores rabietas».

Los padres deben tener en cuenta que si siempre hacen lo que el niño quiere están fomentando que en el futuro sea una persona intolerante, y no sabrá lo que es esforzarse para lograr algo.

Además, el nivel de demanda irá en aumento según avance en edad y «de la piruleta pasará al iPad, la moto, una semana en la nieve... Si no lo consigue, su grado de frustración será tan grande que llegará a ser agresivo porque no ha aprendido a manejar sus frustra-

ciones ni sus emociones, y no conoce otra forma de lograr sus objetivos. Por ello, estamos contribuyendo a que nuestros hijos sean adolescentes deprimidos», apunta Sergi Banús.

Cada vez que un niño es mimado para evitarle que «sufra», «se le está condenando», matiza Cristina García, terapeuta infantil y fundadora de Edúkame. «En vez de usar su potencialidad para crecer, la usa para controlar a los adultos. Hemos de ser conscientes de que al consentir no les estamos ayudando a crecer, simplemente les damos demasiadas cosas. Lo bueno para su desarrollo es que encuentren sus propios recursos, se esfuercen en buscar alternativas, conozcan mejor sus fortalezas, miren hacia dentro de sí mismos y sepan qué pueden hacer».

«Tenerlo todo —añade Alfonso Ladrón, psicólogo clínico infantil del servicio de Psiquiatría del Hospital Clínico San Carlos— les

Cada vez que el niño es mimado para que «no sufra», se le está condenando



genera además mucha ansiedad porque, en el caso de, por ejemplo, ser juguetes, no tienen tiempo suficiente para jugar con todos ellos, y se pierden ante la abundancia. La frustración es un entrenamiento imprescindible para saber desenvolverse porque para vivir en sociedad hay que saber aceptar las renunciaciones. Los padres deben acostumbrarles a ello poco a poco».

Aprender a reaccionar

Alfonso Ladrón reconoce que recibe en consulta a muchos padres preocupados por tener hijos consentidos. Sin embargo, algunos piensan que «para qué negarles ahora las cosas, argumentan que ya tendrán tiempo a que otros se las nieguen cuando sean mayores. Esta postura es un acto muy egoísta porque no están aportando la mejor educación a su hijo. Yo les pongo el ejemplo de las matemáticas. Según sus argumentos, para qué enseñárselas de pequeños, ya las aprenderán de mayores. Sin embargo, para aprender a dividir, primero hay que saber sumar, restar, multiplicar... Pues con la frustración ocurre lo mismo, hay que aprender a reaccionar ante ella desde bien pequeños, porque si no el día de mañana en el colegio o en su trabajo no sabrán aceptar un no por respuesta y estarán perdidos como personas».

Pero ¿cómo se trabaja la frustración para evitar unos niños malcriados?

Cuando exista un motivo de conflicto como, por ejemplo, que quieramos un juguete que no le damos y provoque una gran rabieta, lo mejor es mostrarse tranquilos. «Hay que estar serenos y aguantar su berrinche y nunca intentar razonar con ellos. Si, por el contrario, nos ponemos nervio-

Prevenir antes de...

Es conveniente que los padres tomen ciertas medidas para no favorecer que el niño pueda montar «una escena» en cualquier momento. Lo primero que hay que hacer, por ejemplo, antes de salir a realizar la compra, es analizar si el pequeño lleva un buen día o no en su

CONE

	Tirada: 328.254 Difusión: 239.605 (O.J.D) Audiencia: 838.617	Sección: - Espacio (Cm_2): 393 Ocupación (%): 57% Valor (€): 15.941,73 Valor Pág. (€): 27.862,00 Página: 41	
	Nacional General Diaria	06/02/2013	
			Imagen: No

Pautas ante una pataleta:

- No chillarle ni amenazarle. Con cariño y dulzura se pueden decir las mismas cosas.
- No razonar en ese momento.
- Mantenernos serenos.
- No endurecer la cara manifestando nuestro enfado interno.
- Marcar distancia física, separarnos de su lado dando a entender que no nos interesa lo que hace, vigilando siempre su seguridad si es en la calle o un sitio público.
- Establecer una distancia emocional: decirle «no me gusta lo que haces y ahora no me apetece jugar contigo». Les afecta mucho la indiferencia porque su gran temor es que los padres no les hagan caso.
- Decirles que estamos enfadados por su comportamiento, no con ellos, y que cuando esté más tranquilo hablaremos de lo que ha hecho.
- Al estar tranquilos es conveniente transmitirle que estamos tristes, para que sea consciente de que tenemos sentimientos y aprenda que existen emociones.

...sos y le gritamos nos pondremos a su altura y tendrá la percepción de que es capaz de manipular a sus padres a su antojo», explica Sergi Banús.

Añade que los niños aprenden de lo que ven hacer a sus padres, «por eso, también es positivo que nos vean tolerantes ante nuestras propias frustraciones». Es decir, que si hemos tenido un mal día en la oficina, no es conveniente que nos vean gritando y furiosos hablando contra el jefe, o si se nos cae un plato que montemos una escena. Hay que ser coherentes con lo que le pedimos. Si el niño ve que sus padres se alteran entrará también en esa dinámica de no aceptar cualquier contratiempo, o hacerlo de forma rabiosa.

comportamiento, si ha dormido bien, si le toca comer dentro de poco... De esta manera podremos valorar si es mejor que dejemos la visita al supermercado para otro día y así evitamos que el niño se sienta muy estimulado y quiera cualquier producto —o todos— los que aparezcan a su alcance.

No se trata de evitar situaciones y que el niño nunca nos acompañe

Cuando el pequeño no acepta un no, «monta un teatro en el que busca espectadores. Si percibe que no lo consigue, dejará de actuar así. Pero si al final se sale con la suya, la próxima vez que quiera algo actuará de la misma manera o con un berrinche mayor», explica Banús.

¿Por qué no les frustramos?

«Es importante —añade Susana de Cruylles, psicóloga clínica y coordinadora del programa para padres del Hospital Universitario Príncipe de Asturias— ignorarles por completo y tener la paciencia suficiente para aguantar el enfado, la posterior pataleta y el tiempo que le cuesta al niño asumir su frustración al no conseguir lo que desea. Resulta esencial que los dos padres se muestren de acuerdo delante del niño a la hora de negarle algo y que nunca discutan las decisiones tomadas delante del pequeño. Si se muestran inseguros o contradictorios, el niño se verá reforzado en su conducta e insistirá en su intento de convencer a una de las partes».

El motivo principal por el que no frustramos es, en primer lugar, la falta de tiempo. Por lo general, el padre y la madre trabajan y hay menos tiempo para estar con los hijos y, como compensación a este vacío —y a veces sentimiento de culpabilidad—, se les premia con aquello que piden. Además, ya que estamos poco tiempo juntos, mejor que sea en un ambiente tranquilo, por lo que es más cómodo darles aquello que quieren para que se calen. Tampoco hay que obviar que cada vez hay más padres separados o hijos que están con los abuelos y que les colman de caprichos.

En otros casos, es porque los progenitores entienden que sus hijos deben tener todo aquello que ellos no pudieron tener de pequeños.

Para no sentirse mal

Lo primero que deben pensar los padres es que, aunque nos duela negarles sus deseos, estamos trabajando para fortalecer su desarrollo como persona para que tenga un futuro mejor. Le estamos enseñando a esforzarse y ser tolerante ante un «no», lo que le ayudará muy positivamente a no bloquearse y a manejar sus emociones correctamente en sus próximas relaciones sociales, en sus estudios y, sobre todo, en su trayectoria profesional.

a la compra, al médico, etc., sino de elegir el mejor momento para hacerlo. Ir a ciertos lugares puede ser un aburrimiento para él y podemos evitar pataletas innecesarias. Lo mejor es empezar a controlar las rabietas en casa y no dejar de actuar con autoridad aunque estemos en un sitio público y el bochorno dure unos minutos. ¡Todo por los hijos!