



|                                                      |                             |                                 |                                                                                     |
|------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PSYCHOLOGIES</b><br>España                        | Tirada: <b>300.000</b>      | Sección: <b>-</b>               |  |
|                                                      | Difusión: <b>300.000</b>    | Espacio (Cm_2): <b>479</b>      |                                                                                     |
| <b>Nacional</b><br><b>Femenina</b><br><b>Mensual</b> | Audiencia: <b>1.050.000</b> | Ocupación (%): <b>91%</b>       | <b>Imagen: Si</b>                                                                   |
|                                                      | <b>01/06/2013</b>           | Valor (€): <b>8.252,00</b>      |                                                                                     |
|                                                      |                             | Valor Pág. (€): <b>9.000,00</b> |                                                                                     |
|                                                      |                             | Página: <b>55</b>               |                                                                                     |

**[ EDUCACIÓN ]** Para muchos padres, la obediencia de sus hijos es un tema complicado. Se preguntan cuándo empezar con las normas, cómo enseñárselas y qué hacer cuando no les hacen caso.

# ¿Cómo castigar a los hijos?

POR COKS FEENSTRA, PSICÓLOGA INFANTIL

**G**ran parte de las preguntas que los padres me hacen están relacionadas con la obediencia. “Se ríe cuando le prohíbo algo”, nos escribe Susana, madre de un niño de 18 meses. “Cuando le llamo la atención, siempre me contesta”, se queja Javier de su hijo de cinco años. “Si le pido que recoja su habitación, se encoge de hombros y se va”, comenta Laura, con una adolescente en casa. El problema no conoce edades.

## Obediencia vs. desobediencia

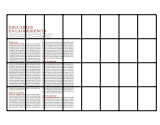
“Está en la naturaleza del niño desobedecer a sus padres”, afirma Daniel Marcelli, psiquiatra infantil de Poitiers (Francia). “Desobedecer es para él una oportunidad de explorar el mundo y la relación de sus padres. Necesita saber dónde está el lugar de cada uno”. No obstante, los niños también tienen un afán de obedecer a sus padres; quieren que estén contentos de él.

Se debaten entre estos dos impulsos, vehementes en mayor o menor grado según su edad y carácter. La capacidad de los padres para ejercer su autoridad (viene del latín *auctor*, “el que instruye”) es un factor decisivo en si el hijo será un ser obediente o no. Éste es el quid del asunto. Hoy en día, a los padres les cuesta imponerse y exigir la obediencia de sus retoños. Veamos por qué motivos.

## La era del niño rey

Los hijos, hoy en día, son el eje de la familia. Llegan al mundo, en la mayoría de los casos, planeados y muy deseados. Los padres actuales son más conscientes de la influencia de su educación, desde que la psicología infantil divulgó la teoría de que el niño es un ser con necesidades propias, no un adulto en miniatura que puede sufrir traumas. Por tanto, la responsabilidad que recae sobre sus hombros les pesa más. Por otro lado, debido a

su trabajo, disponen de menos tiempo para dedicar a su criatura. Algunos lo compensan consintiéndoles más de lo conveniente. O, simplemente, tras un día de trabajo, les faltan ánimos para enzarzarse en conflictos con sus hijos. Prohibir y frustrar es cansino. Y, sobre todo, los padres actuales no quieren repetir el modelo autoritario que vivieron en su infancia. Buscan otra manera, más democrática. Todo esto tiene un lado positivo: la distancia entre padres e hijos es menor y hay más cercanía; los hijos de hoy en día se expresan, dialogan y preguntan más. Son más niños. Pero también hay un riesgo: ser demasiado condescendientes. El niño necesita unos límites claros, bien definidos. Sin ello, se siente demasiado poderoso. Esto le aterra. No sabe aún controlar sus impulsos y necesita que sus padres le enseñen cómo hacerlo. Para ello necesita su guía, o sea, un conjunto de reglas impuestas con claridad y sin miedo.

|                                                               |                                                                                                        |                                                                                                                                                             |                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PSYCHOLOGIES</b><br>España<br>Nacional Femenina<br>Mensual | Tirada: <b>300.000</b><br>Difusión: <b>300.000</b><br>Audiencia: <b>1.050.000</b><br><b>01/06/2013</b> | Sección: -<br>Espacio (Cm_2): <b>442</b><br>Ocupación (%): <b>84%</b><br>Valor (€): <b>7.605,10</b><br>Valor Pág. (€): <b>9.000,00</b><br>Página: <b>56</b> | <br>Imagen: <b>Si</b> |
|                                                               |                                                                                                        |                                                                                                                                                             |                                                                                                          |

# EDUCARLES EN LA OBEDIENCIA

La palabra educar viene del latín 'educare', lo que significa "llevar por buen camino". Hay cinco premisas útiles a la hora de reflexionar sobre cómo estipular este camino.

**Amar no es consentírsele todo.** Los padres no escatiman esfuerzos para que su hijo sea feliz. Quieren evitarle cualquier tipo de frustración. En el primer año, esta actitud es buena. Un bebé necesita que se le atienda siempre y que satisfagan sus necesidades. Así ve el mundo como un lugar seguro. A un bebé atendido de este modo es más fácil educarle en la obediencia que a un pequeño que no cuenta con esta base. Las buenas conductas, a fin de cuentas, se basan en las relaciones, y mucho menos en las normas, como veremos a continuación. Pero, entre los 12 y 18 meses, la situación cambia. Ahora el cerebro del bebé es capaz de establecer una relación entre su conducta (por ejemplo, llorar) y la reacción de sus padres (acudir). Por tanto, es capaz de acaparar su atención intencionadamente! Ahora hay que enfrentarse a él con algún que otro "no", muchas veces también por su propia seguridad. A base de repetición, paciencia y constancia, el niño memorizará e interiorizará los noes. Esto conlleva frustraciones y enfados, a base de los cuales el niño entiende que, a pesar de sus rabietas, no siempre se cumplen sus deseos. O, como afirma el pediatra Aldo Naouri: "Todo hijo está condenado a amar y odiar a la vez para, después, seguir su propio camino". El niño de 2 o 3 años que aprende a lidiar con estas primeras prohibiciones, se beneficiará de ello en su adolescencia. Sin frustración, el niño no aprende a retrasar la satisfacción de sus deseos, ni tiene capacidad de autolimitación. Está sometido al instante, no aprende el autocontrol ni la perseverancia.

**Amar no es dárselo todo sin exigirle nada.** El amor hacia el hijo es incondicional. Siempre le queremos, haga lo que haga. Pero no impide que, a medida que crezca, le exijamos determinadas conductas, como vestirse, recoger sus juguetes, etc. No debemos pecar de dárselo todo con tal de que sea feliz (menos el primer año). Nicole van As, docente de Pedagogía de la Universidad de Nijmegen (Holanda), dice al respecto: "Para educar bien a un niño, se deben cumplir dos condiciones. La

primera es que el niño reciba amor; la segunda es que le pongan límites. Implica que se le dé responsabilidad, correspondiente a su edad. Si sólo se cumple la primera condición, estamos ante un niño mimado. Con ello no le hacemos ningún bien. En el contacto social, este niño no conoce el toma y daca". Al darle responsabilidad, el niño crece emocionalmente y gana autoestima. Le hace sentirse autocompetente. Los niños, en general, no quieren otra cosa que parecerse a los adultos. Así les enseñamos que no sólo tienen derechos, sino también obligaciones.

**Amar es intervenir cuando la situación lo exige.** Rendirse, ignorar una conducta inaceptable o no corregirla es sinónimo de incentivar la mala conducta. Un ejemplo: un niño, de tres años le quita un coche al amiguito. Si sus padres no intervienen, premian su conducta, ya que quien se queda con el juguete es él. El niño aprende que de ese modo consigue lo que se le antoja. O, cuando un niño de seis años llega a casa con chucherías robadas en una tienda, y no se le obliga a devolverlas, se deja pasar una oportunidad para que aprenda buenos valores y rectifique su conducta. Son justo estos momentos cotidianos los que requieren una actitud decidida de los padres y un ejemplo a seguir. Los actos de los padres influyen más en los hijos que sus palabras. María regresó con su hija, de siete años, a la tienda para que devolviera lo que ella había encontrado en su bolsillo (un muñequito sustraído). La niña lo pasó francamente mal, pero esta experiencia le enseñó la distinción entre lo mío y lo del otro y la importancia de la honestidad.

**Amar es sancionar en el momento oportuno.** No todo es negociable en la educación. Todo niño o adolescente, en algún que otro momento, requiere una corrección o sanción por parte de sus padres. Es posible hacerlo de un modo correcto. Consiste en que haya una buena base de principios que sustente lo que se permite y lo que no. En caso de traspasar lo pactado, hay con-

|                                 |                             |                                 |                                                                                     |
|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PSYCHOLOGIES</b><br>España   | Tirada: <b>300.000</b>      | Sección: -                      |  |
|                                 | Difusión: <b>300.000</b>    | Espacio (Cm_2): <b>484</b>      |                                                                                     |
| Nacional<br>Femenina<br>Mensual | Audiencia: <b>1.050.000</b> | Ocupación (%): <b>92%</b>       | Imagen: <b>Si</b>                                                                   |
|                                 | <b>01/06/2013</b>           | Valor (€): <b>8.327,51</b>      |                                                                                     |
|                                 |                             | Valor Pág. (€): <b>9.000,00</b> |                                                                                     |
|                                 |                             | Página: <b>57</b>               |                                                                                     |



## ¿Cómo debes castigarles?

**Cuando le riñes por algo, nombra la conducta que desapruebas sin criticarle a él como persona.** "No me gusta que pegues a tu hermana", en vez de: "Eres un pegón". El niño entiende qué conducta debe cambiar y no se identifica con una mala imagen (soy un pegón), lo cual podría convertirse en una profecía (me comportaré como un pegón).

**Si son pequeños, procura que la consecuencia de la mala conducta se efectúe después de la misma.** Si le quitas el cuento de la noche por algo que hizo por la mañana, la sanción pierde su efecto. Una medida efectiva es la pausa obligada: unos minutos en el pasillo (un minuto por cada año de edad; si tiene cuatro años, cuatro minutos).

**Acuerda con tu hijo lo que le permites y lo que no.** Infórmale sobre las consecuencias si no obedece las reglas. Por ejemplo: la eliminación de un privilegio o hacer algo en casa.

**Presta atención a sus buenas conductas y elógiale por ellas.** Es más eficaz que castigar. O corrígelo en el momento. Por ejemplo: si te pide algo de modo insolente, dile que lo pida de nuevo. Así puede rectificar.

**Si le avisas de que, si no para, habrá una consecuencia, cumpíela.** Si no, pierdes credibilidad. Con hijos mayores, puede ser bueno dejarles elegir entre dos sanciones. "Puedes lavar el coche, o no sales esta noche". Al haber margen de decisión, la aceptación es mayor.

secuencias que el niño conoce. Se le explica lo que está mal y se aplica una sanción, como, por ejemplo, la pausa obligada, la eliminación de un privilegio, pagar o reparar un daño causado. Es preferible no recurrir al castigo físico. No enseña, sólo causa miedo; además, incita a que el niño utilice la violencia para solucionar conflictos. La base de toda sanción es el amor hacia el hijo. No es agradable verle sufrir, pero los padres saben que, a largo plazo, estos momentos le beneficiarán. O, como decían anteriormente: "Lo hago por tu propio bien". Ya no lo decimos, pero la frase sigue teniendo mucho fundamento.

**Amar es ser padres, no amigos.** La relación entre padres e hijos no debe ni puede ser horizontal. Padres, sólo hay dos. Amigos hay más, y de su propia elección. Muchos padres buscan una relación amistosa con el hijo. Incluso temen perder su amor al prohibirle ciertas cosas. Rita Kohnstamm, psicóloga infantil holandesa, dice que éste es un temor infundado. "El hijo no quiere a sus padres porque se lo permitan todo. Les quiere porque le dan la sensación de ser alguien especial que se merece su atención. Esto le hace sentirse conectado con ellos". Y quien se siente vinculado, quiere agradar al otro. Esto es justo lo que buscamos en la educación: un niño que anhela obtener el orgullo y la aprobación de los padres. Por ello, a veces, sólo una mirada desaprobatoria es suficiente para que el niño mejore su conducta. La base de la buena conducta está en las relaciones, más que en las normas en sí. ■

### PARA LEER

**iQuién manda aquí!** Nora Rodríguez. Ed. Juventud, 2004. 208 págs. 14,50 €

**Sin miedo a educar.** Betsy Hart. Ed. Ciudadela. 253 págs. 13,50 €