



	Tirada: 320.796 Difusión: 264.085 Audiencia: 924.297	Sección: - Espacio (Cm_2): 715 Ocupación (%): 100% Valor (€): 9.975,00 Valor Pág. (€): 9.975,00 Página: 7	
	Nacional Suplemento Semanal 28/09/2013	Imagen: No	



En la sociedad actual se concede mucha relevancia a la formación y a las calificaciones académicas y a menudo se relacionan la implicación y actuación de los padres en los estudios de sus hijos con los resultados escolares que estos obtienen. La consecuencia es que muchos padres y madres se vuelcan en la educación de sus hijos e invierten en ella ingentes cantidades de dinero, tiempo y emociones. Sin embargo, los resultados no siempre son los esperados, como evidencian las elevadas tasas de fracaso escolar. Según los expertos en educación, la ausencia de recompensa a tanto esfuerzo a menudo tiene que ver con la desorientación de los padres sobre cuál ha de ser su papel en el aprendizaje de los hijos, que les lleva a cometer errores que lastran su educación.

En unos casos son conductas que no tienen que ver específicamente con los estudios sino con el estilo educativo de la familia, con comportamientos tan recurrentes a la hora de educar como la sobreprotección, la falta de límites, la negatividad o los malos ejemplos, a los que se hacía referencia en *Los 12 errores más comunes de los padres*, reportaje publicado en estas mismas páginas el pasado 23 de febrero. Pero otros fallos muy reiterados están relacionados con el desconocimiento de la respuesta más adecuada a preguntas como: ¿han de estudiar los padres con los hijos? ¿Y ayudarlos con los deberes? ¿Preguntarles la lección? ¿Revisar y corregir los trabajos escolares antes de que los entreguen? ¿Premiar las notas? ¿Poner tareas extras si el maestro exige poco? ¿Buscar profesores particulares? ¿Controlar sus agendas escolares? ¿Hablar con el profesor? ¿Estimularles con actividades extraescolares?

A partir de sus experiencias profesionales, Joan Domènech, director del colegio Fructuós Gelabert de Barcelona; Benjamí Montenegro, del Equip Psicològic del Desenvolupament de l'Individu, y Àngel Peralbo, responsable del área de adolescentes del centro de psicología Álava Reyes, consideran que los desaciertos más habituales de los padres vinculados con el aprendizaje y la educación escolar de los hijos son los siguientes:

1 Ejercer de maestros Son muchos los padres que ayudan a sus hijos a hacer los deberes, que estudian con ellos y les explican la lección, que corrigen sus trabajos. Sin embargo, psicólogos, pedagogos y profesores coinciden en que es un error pretender ser padre y maestro a la vez, entre otras razones porque acostumbra a provocar situaciones conflictivas prácticamente a diario y el tiempo de estudio se convierte en una tortura para padres e hijos. Àngel Peralbo explica que, además, "si los niños se acostumbran desde pequeños a tener a alguien por encima de ellos para trabajar se vuelven dependientes y en lugar de desarrollar la necesaria proactividad en los estudios, se relajan y esperan, y acaban necesitando a alguien que les tutorice constantemente".

Benjamí Montenegro subraya que "el papel de los padres es el de auditores: han de controlar que el trabajo esté hecho, que la letra es correcta, que se respetan las reglas de presentación, que no se dejan cosas sin hacer, pero no entrar en el contenido porque las tareas escolares son para que los hagan

los alumnos solos y así trabajar su autonomía". Advierten los expertos que eso no significa que si un niño pregunta a sus padres algo que no sabe o no entiende, no le ayuden facilitándole pistas o herramientas para que busque la respuesta. Y en los casos de chavales que tienen dificultades, que necesitan un refuerzo o que les vuelvan a explicar los contenidos, su consejo es recurrir a un profesor particular o a un psicopedagogo.

Joan Domènech cree que el papel de los progenitores es acompañar el aprendizaje de los hijos, pero enfatiza que hay una serie de competencias cuya enseñanza compete a la escuela y si los padres tratan de hacerlo, interfieren en el aprendizaje. "Los padres no tienen que enseñar a los hijos a multiplicar ni comprarles cuadernos para practicar multiplicaciones porque eso es cosa de la escuela; lo que compete a los padres es compartir con sus hijos situaciones cotidianas en que las operaciones matemáticas deban utilizarse, como ir a la compra, hacer cálculos aproximativos de si tienen bastante dinero para comprar algún artículo, etcétera.

2 Querer Einsteins "Un rasgo muy habitual en las familias actuales es el afán de sobreestimar a los niños, desde bebés, para que desarrollen rápidamente sus capacidades, y eso se traduce en llenar la cuna de artilugios, en un abuso de los juegos didácticos, en querer que sepan leer y escribir con cuatro años o en apuntarles a un montón de actividades extraescolares para descubrir y potenciar su talento", afirma Domènech. Y explica que ese afán de que sepan muchas cosas y cuanto antes mejor provoca una sobreestimulación que, lejos de lograr una evolución cognitiva más rápida y talentos por encima de lo normal, suele tener efectos contraproducentes en forma de problemas de atención, de falta de concentración, de hiperactividad...

Esta aspiración generalizada de hijos-genios dificulta, por otra parte, que algunos padres asuman la capacidad real de sus hijos o acepten sus limitaciones. "Abundan los casos donde el nivel de exigencia de los padres supone un listón demasiado alto para el niño en cuestión y eso puede provocar desmotivación, crecientes resistencias e incluso una baja autoestima que haga cada vez más difícil todo lo relacionado con el estudio", advierte el psicólogo Àngel Peralbo.

Benjamí Montenegro pone como ejemplo los padres que imponen actividades extraescolares intelectuales a niños con dificultades académicas. "Hay niños que en el colegio tienen problemas con las lenguas y encima les apuntan a clases extraescolares de idiomas, y otros a los que les cuestan las matemáticas y al salir del cole han de ir a clases de música y solfeo; lo único que se consigue con eso es sobresaturar al chaval, que se aclare aún menos y que se frustre porque no puede cubrir las expectativas que están puestas sobre él", alerta.

3 Focalizar todo en los estudios Los educadores aseguran que una frase muy reiterada entre los estudiantes es: "Mis padres sólo se interesan por mi rendimiento escolar; lo demás no les importa nada". La queja no siempre es objetiva, pero los psicólogos ▶

► aseguran que refleja fielmente lo que ocurre en algunas familias, en especial cuando surgen dificultades o los hijos no obtienen los resultados académicos esperados. "Los estudios ocupan el mayor porcentaje de las preocupaciones familiares y, por tanto, de las conversaciones del día a día, y muchos padres hacen que los estudios monopolicen la vida de los hijos; y si bien lo académico es la actividad que más tiempo les ocupa y la mayor responsabilidad de los chavales, son también esenciales otras muchas facetas de desarrollo, como los deportes, todo tipo de actividades lúdico culturales, el ocio, los planes y las responsabilidades familiares, los amigos y las relaciones sociales, la actividad dentro y fuera del ámbito de la familia...", comenta Peralbo.

4 Premiar las notas Un recurso habitual de los padres para animar a los hijos a estudiar es prometerles grandes regalos si aprueban o si sacan buenas notas. Sin embargo, los especialistas en educación lo consideran un error. "Si buscamos estímulos de este tipo, es que algo falla, porque el niño no debería necesitar premios externos y materiales para disfrutar con el aprendizaje; su mejor estímulo debería ser descubrir cosas nuevas, plantearse retos y desarrollar sus intereses", afirma el director de la escuela Fructuós Gelabert. Los educadores consideran que las buenas notas se han de elogiar, aplaudir e incluso celebrar, pero nunca comprar, porque se convierte al niño en esclavo del estímulo material y, si a pesar de la recompensa prometida no triunfa, su sensación de fracaso y su malestar es mayor porque además de no conseguir su meta escolar se ha quedado sin regalo.

El psicólogo Benjamín Montenegro alerta especialmente sobre los premios imposibles, como prometer a un adolescente que ha suspendido siete asignaturas una moto si finalmente aprueba todo. "Es una salvajada que genera frustración en el chico y que a menudo deja en entredicho a los padres cuando el chaval se entera de que le han ofrecido el premio después de hablar con el profesor y saber que es más que probable que repita curso", detalla. En cambio, opina que premiar las notas puede estar justificado en casos excepcionales "como el de un chaval disléxico sin adaptación curricular que consigue un bien en un examen de lengua".

En relación con las notas, Montenegro destaca otro error recurrente de los padres: valorarlas a bote pronto. "Llegan las notas y, con ellas en la mano, empezamos a hacer valoraciones, positivas o negativas, y eso no es correcto; hay que darse un día o dos de reflexión, enfriarse y hablar de ellas y tomar decisiones con tranquilidad", explica. Los educadores subrayan que, en lugar de abroncar por las notas, el papel de los padres debe ser enseñar a tolerar la frustración y el fracaso y ayudar al hijo a que tome conciencia de la causa y adopte posibles soluciones para el futuro.

5 Disfrazar la falta de esfuerzo de trastorno Otra conducta recurrente y negativa entre los progenitores es, según los expertos, buscar siempre trastornos neurológicos detrás de los fracasos escolares de sus hijos. "Hay muchos niños que son incapaces de esforzarse en hacer los deberes o en estudiar porque son vagos, y eso es inmadurez, no un trastorno mental, y a veces

se intenta disfrazar esa vaguería como intolerancia a la frustración o intolerancia al estrés cuando lo que tienen es falta de autonomía", indica Montenegro. Y añade que la prueba es que esos chavales que no son capaces de esforzarse con las tareas escolares también son incapaces de ordenar su habitación, de prepararse el bocadillo de la merienda o de calentarse la comida cuando regresan del instituto.

Ángel Peralbo subraya que, en muchos casos, "el error de los padres es no darse cuenta de que detrás de la falta de esfuerzo y motivación por los estudios lo que existe es una inversión de prácticamente todo su tiempo en ocio, especialmente en ocio tecnológico, que es el que hoy impera y dificulta su dedicación a otras tareas".

Montenegro destaca que también es una equivocación de los padres poner un profesor particular a estos chavales para controlar que hagan los deberes y estudien. "Al profesor particular hay que recurrir para resolver problemas concretos, no para conseguir que tu hijo haga las tareas con él, porque entonces continuará con la actitud inmadura y dependiente de que se lo solventen otros", dice.

6 Impaciencia Ángel Peralbo considera que otra actitud frecuente y perniciosa es querer ir demasiado deprisa en lo que se refiere al aprendizaje, en vez de entender la educación como un proceso a largo plazo. La impaciencia de los padres, dicen los expertos, se traduce en tratar de que hablen lenguas extranjeras cuanto antes, en que comiencen a leer y escribir sin haber llegado al colegio, en acelerar los procesos de aprendizaje de las operaciones matemáticas sin respetar los ritmos de la escuela... "Ese afán de que sepan muchas cosas y cuanto antes es un error; en Dinamarca y en los países mejor situados en los ranking educativos los niños aprenden a leer y escribir a los siete años", apunta Joan Domènech.

Peralbo explica que esa impaciencia de los padres provoca que se desesperen ante las primeras dificultades en los estudios o los primeros malos resultados, sin tener en cuenta que las dificultades y los errores son inherentes al aprendizaje y los niños lo que necesitan es paciencia y ánimo para continuar trabajando durante toda la etapa escolar. "Los padres no deberían considerar esos malos resultados como un fracaso, porque ello reduce la autoestima de los hijos e incapacita cada vez más a unos y otros", indica.

7 No respetar la línea de la escuela Algunos padres, movidos por la impaciencia, intentan enseñar a sus hijos a leer o a calcular por sus propios métodos, o les ponen tareas de refuerzo en casa, sin tener en cuenta que quizá están interfiriendo en el ritmo o el método pedagógico que sigue la escuela. "Los padres deben plantearse a qué escuela llevan a sus hijos, asegurarse de que comparten las mismas ideas, y luego ir trabajando en paralelo, acompañando a sus hijos en el aprendizaje pero con cierto respeto al proceso que siguen en la escuela para educar en la misma dirección y no dar al niño mensajes diferentes", indica Domènech.

8 Proyectarse en los hijos Otro error bastante reitera-



CONDUCTAS
QUE
SUPRIMIR

PREMIAR
LAS NOTAS

NO RESPETAR
LA LÍNEA
DE LA ESCUELA

PONER UN
PROFESOR
PARTICULAR
AL NIÑO VAGO
NO LE AYUDA
A MADURAR

EL PAPEL DE
LOS PADRES
DEBE SER DE
AUDITORES,
NO DE
MAESTROS

do de los padres es pensar que el modelo y los métodos educativos que les sirvieron a ellos van a servir a sus hijos. "La escuela ha cambiado mucho y los niños también, y lo que a ti te gustaba del colegio o lo que tú aprendías entonces no tiene por qué ser un modelo de éxito para tus hijos", alerta el director de la escuela Fructuós Gelabert. También Ángel Peralbo considera que en muchas familias "siguen prevaleciendo más las expectativas que tienen los padres sobre los estudios de los hijos que las preferencias o capacidades de estos" y hay

	Tirada: 320.796 Difusión: 264.085 Audiencia: 924.297	Sección: - Espacio (Cm_2): 715 Ocupación (%): 100% Valor (€): 9.975,00 Valor Pág. (€): 9.975,00 Página: 9	
	Nacional Suplemento Semanal	28/09/2013	



muchos chavales que son orientados a estudiar lo que quieren o les gusta a sus padres.

9 Cuestionar a los profesores No apoyar a los maestros, mostrar constantemente el desacuerdo con el profesor en presencia de los hijos, es otra conducta errónea de algunos padres. "Los profesores han reducido su capacidad para imponer la necesaria disciplina de los alumnos en el aula y no ayuda precisamente que tengan a los padres enfrente o en contra en vez de al lado, pues el alumno, aprovechándose de

esa situación, consigue manipular y poner en contra a unos y otros cuando el objetivo que persiguen es exactamente el mismo", comenta Peralbo. Añade que los profesores tienen una visión privilegiada de los alumnos que en ocasiones no se corresponde con su comportamiento y su actitud en casa, y que a los padres les conviene conocer. "La complicidad entre padres y profesores, el compartir información, puede ayudar a que el chaval progrese adecuadamente tanto a nivel académico como en lo que se refiere a su actitud y comportamiento", enfatiza.

10 Hacer de Sherlock Holmes Benjamí Montenegro opina que otra conducta equivocada en la que caen padres y madres es acabar convertidos en Sherlock Holmes. "Hay padres que rastrear los deberes, los trabajos, las fechas de los exámenes a través de las redes sociales o de los padres de otros niños para ver si el hijo hace o no sus tareas, y eso provoca un boquete de desconfianza y no resuelve nada", explica. Su consejo es revisar con el niño la agenda y las tareas realizadas en cada asignatura y, si no se lo apunta para evitar el seguimiento, hablar con el tutor "que es el jefe (en términos laborales) del chaval" para estas cuestiones. Los expertos desaconsejan imponer un control absoluto sobre las tareas escolares, estar examinando al hijo constantemente sobre lo que ha leído o ha estudiado, y aseguran que es mejor un acompañamiento lejano, dejándole que sea autónomo. Y si el padre o madre opta por preguntar la lección para preparar un examen, Montenegro aconseja no hacerlo oralmente, sino poner tres o cuatro preguntas por escrito "porque normalmente no hay exámenes orales y aunque el chaval se sepa la lección hablando, igual luego se expresa mal por escrito o comete muchas faltas" de ortografía.

11 Solventar los problemas Otro comportamiento habitual y erróneo de los padres, según los educadores, es solventar los problemas de organización de sus hijos. "A las siete de la tarde el niño dice que falta tinta para imprimir el trabajo que ha de entregar al día siguiente y mandamos al abuelo que vaya corriendo a comprar un cartucho o que nos deje el suyo", ejemplifica Montenegro. Y enfatiza la importancia de dejar que los hijos afronten esos problemas solos "aunque eso suponga entregar un trabajo tarde y que le bajen la nota, porque si de mayor entrega tarde la declaración de la renta le aplicarán un recargo, por mucho que diga que el banco se retrasó en enviarme el extracto de sus cuentas; así es la vida, y han de aprender a organizarse y solucionar sus problemas desde pequeños".

Los educadores también rechazan la conducta permisiva de algunos padres que justifican los fracasos o errores de los hijos ante el maestro y la escuela alegando siempre una causa exterior o bien cuestionando la dificultad de la tarea o la idoneidad de los libros, de la materia o del propio profesor.

12 Vincular las tareas a castigos "Castigado a hacer los deberes" o "hasta que no acabes de leer no podrás ver la televisión" son frases habituales en muchas casas pero que, según los educadores, deberían erradicarse. En primer lugar, explican, porque el tiempo de realizar las tareas escolares debería ser un tiempo de tranquilidad y sosiego para trabajar, no de regañinas. En segundo lugar, porque el objetivo debe ser educar a los niños en el placer de la lectura o del estudio y no convertir esas actividades en un castigo. Y, por último, porque tampoco interesa que consideren la lectura o los deberes un peaje necesario para ver la televisión, jugar a la consola o salir con los amigos. ■

¿Cuál diría que es el principal error de los padres relacionado con los estudios de sus hijos?
Opine en lavanguardia.com/estilos-de-vida

	Tirada: 320.796 Difusión: 264.085 Audiencia: 924.297	Sección: - Espacio (Cm_2): 715 Ocupación (%): 100% Valor (€): 8.715,00 Valor Pág. (€): 8.715,00 Página: 10	
	Nacional Suplemento Semanal	28/09/2013	



Texto Irene Orce, *coach*

El tiempo es nuestro mayor tesoro. No en vano, lo que hacemos con él, en qué lo invertimos y a qué lo dedicamos define nuestra existencia. Lamentablemente, se trata de un bien limitado. De ahí que resulte tan precioso y que seamos especialmente cuidadosos y selectivos en el intento de aprovecharlo al máximo. Pero este afán por no perder ni un solo segundo conlleva no pocos efectos secundarios. Entre ellos, destacan la prisa y la impaciencia, dos palabras que planean sobre la vida diaria de millones de personas.

La prisa rige nuestra vida con mano de hierro. Nos impone la presión de que todo se debe hacer de una determinada manera y en un limitado marco de tiempo. Bajo su embrujo, las horas del día parecen no ser suficientes para cumplir con nuestras obligaciones laborales y nuestras responsabilidades familiares. Su único objetivo es transformarnos la existencia en una carrera de máxima velocidad sin tregua ni fin. Al igual que un virus, resulta extremadamente contagiosa y de lo más dañina. Por si fuera poco, suele ir de la mano de la tóxica impaciencia. Un veneno que resulta letal para nuestro bienestar, capacidad de relativizar y buen humor. Bajo su influencia, perseguimos la gratificación instantánea sin tener en cuenta las repercusiones que ello puede tener sobre los demás y sobre nuestra propia vida. Cuando cedemos a sus dictados, buscamos resultados inmediatos, y perdemos interés en esforzarnos para conseguir metas a largo plazo.

Ambas limitan sobremanera nuestra tolerancia a la frustración. Y nos llevan a la reactividad y a la precipitación, convirtiéndonos en esclavos de la insatisfacción, el estrés y la ansiedad. La presión y la sensación de agobio nos hacen tomar decisiones con el piloto automático, sin tiempo para planificar o prever. Al final de la jornada estamos agotados y sin una pizca de energía. Un día más apagando fuegos con la prisa en los talones. Como consecuencia de esta cultura de la inmediatez, abocada al hacer y al tener, apenas nos queda tiempo para ser. Y esta realidad todavía se ve más acentuada debido al avance imparable de las nuevas tecnologías y la presencia de las pantallas como un nuevo elemento indispensable en nuestra vida. Cada vez estamos más enchufados a una realidad virtual en la que nuestros deseos de inmediatez se multiplican. Y lo cierto es que ya nadie pone en duda de que esta actividad frenética merma nuestra salud física y emocional. Tal vez sea el momento de cuestionar la premisa generalizada de que la prisa y la impaciencia ayudan de algún modo a obtener mejores resultados en menos tiempo.

Las ventajas de saber esperar Vivimos tan absorbidos por nuestros hábitos que en contadas ocasiones

nos permitimos cuestionarlos. Pero lo que pone de manifiesto el aburrimiento, la impaciencia y la necesidad de tenerlo todo "para antes de ayer" es nuestra desconexión interna. En este contexto, el concepto *esperar* adquiere una connotación negativa, vinculada a momentos irritantes, de exasperación y desesperación. De ahí la tendencia a huir del momento presente. Sin embargo, la espera es la que nos acompaña durante toda transición. Podemos vivirla como un tormento o tratar de gestionarla de la manera más efectiva posible. Y eso supone aprender a apreciar la oportunidad que nos brinda: dejar de vivir como víctimas de nuestros impulsos y empezar a cultivar la constancia y la paciencia.

Esta es la lección que aprendió un grupo de niños tras participar en un experimento realizado por la Universidad de Stanford (EE.UU.), liderado por Walter Mischel en la década de los sesenta y los setenta. Conocida como la prueba de los *marshmallows* (las golosinas conocidas como nubes), consistía en dejar a un niño solo en una habitación, sentado ante una de estas chucherías. Al pequeño se le advertía que, si esperaba 15 minutos, podría comerse no sólo la golosina que tenía delante, sino otra más. Si no esperaba el tiempo suficiente, sólo podía degustar uno de estos dulces. Existen varias grabaciones de este estudio, que reflejan la lucha interna de los pequeños ante la certeza de una gratificación instantánea y la promesa de una gratificación mayor. Con este estudio, Mischel y su equipo definieron un marco de referencia para calificar la capacidad del ser humano de postergar la satisfacción.

Se trata de lo que el investigador denominó el sistema "frío y caliente", que pretende definir por qué la fuerza de voluntad triunfa o fracasa. Según Mischel, nuestra mente opera en dos frecuencias. La fría es lenta y consciente, permite el establecimiento de objetivos a largo plazo. La caliente es apasionada, instintiva y emocional, y se caracteriza por sus respuestas automáticas y rápidas ante estímulos como los mismos dulces, sin tener en cuenta las repercusiones a largo plazo. Cuando la fuerza de voluntad flaquea, la exposición al estímulo caliente sobrepasa al frío y conduce a las acciones ▶