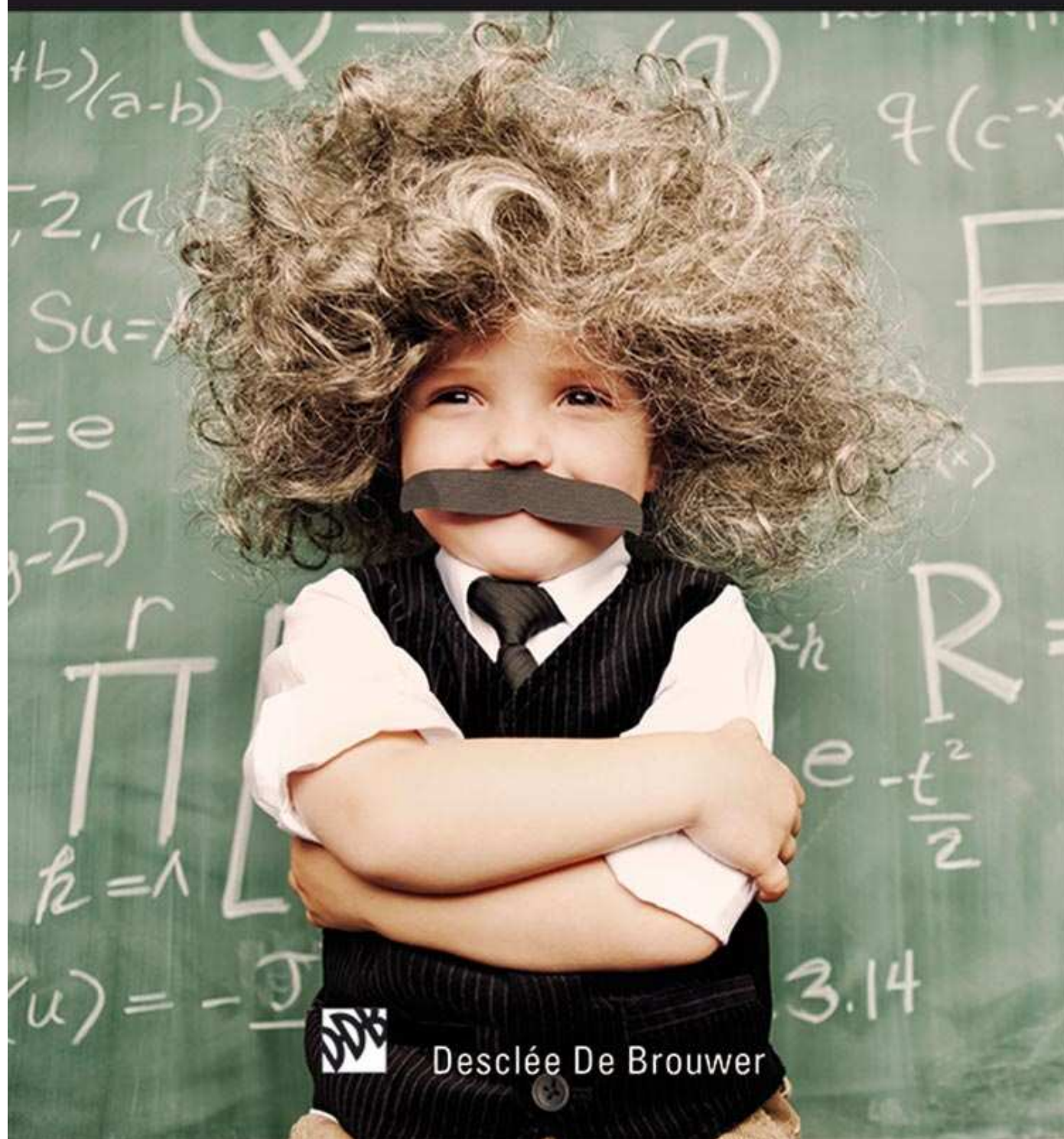


Pilar Guembe • Carlos Goñi

EDUCAR SIN CASTIGAR

Qué hacer cuando mi hijo se porta mal



Desclée De Brouwer

pilar guembe - carlos goñi

Educación sin castigar

qué hacer cuando mi hijo se porta mal



Desclée De Brouwer

© 2013, PILAR GUEMBE - CARLOS GOÑI
© 2013, EDITORIAL DESCLEE DE BROUWER, S.A.

HENAO, 6 – 48009

WWW.EDESCLEE.COM

INFO@EDESCLEE.COM



EDITORIALDESCLEE



[@EdDESCLEE](https://twitter.com/EdDESCLEE)

ISBN: 978-84-330-3653-7

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Adquiera todos nuestros ebooks en
www.ebooks.edesclee.com

A nuestros hijos Adrián y Paula

Presentación:

La letra con cariño entra

“Estoy todo el día castigando, pero ni aun así me hacen caso. Les dejo *sin* tele, *sin* la play, *sin* Internet... y ellos siguen portándose mal. No sé sin qué más castigarlos. Me siento impotente”.

La madre que se quejaba de esa manera estaba desesperada y se sentía fracasada. Había agotado toda la “artillería pesada”, que según ella eran los castigos, y ahora no sabía qué hacer. Según propia confesión, su casa se había convertido en un auténtico infierno donde se hablaba a gritos y no se conseguía nada. Había perdido la autoridad y sus hijos no sólo eran indisciplinados, sino que se comportaban como auténticos tiranos.

Está claro que en tales circunstancias resulta imposible educar. A golpe de castigo no se consigue nada, porque en educación nada se consigue a golpes. El castigo no ha de ser la norma, sino la excepción; no ha de ser ordinario, sino algo extraordinario que viene a sufragar una fisura en nuestro quehacer educativo.

Los castigos, del mismo modo que los premios, no pueden ser el pan de cada día, porque entonces lo que conseguimos es alimentar en nuestros hijos una “mentalidad retributiva”: todo tiene una recompensa o, por el contrario, merece una sanción. De modo que se actúa sólo por conseguir un premio o evitar un castigo. Es la “pedagogía de la foca”, que tan buenos resultados da en el adiestramiento de animales, pero que no sirve para educar. Si el animal pasa por el aro le damos una sardina, de lo contrario, se la negamos. Con un método similar podemos conseguir, a duras penas, que nuestros hijos pasen por el aro, pero no que crezcan como personas.

Claro que debemos reforzar acciones y actitudes, que hemos de ejercer la autoridad que nos corresponde, que tenemos que exigir y corregir –de todo eso vamos a hablar en este libro–, claro que a los padres nos compete llevar las riendas de la educación de nuestros hijos, pero eso no significa que tengamos que blandir el látigo. Porque únicamente se puede educar desde el “amor responsable”, que busca el bien del otro y responde ante ese bien, es decir, que no busca sólo satisfacer un sentimiento legítimo hacia nuestros hijos, sino ayudarles a convertirse en personas libres, responsables y felices.

Esa madre desesperada había adoptado como único método educativo los premios y castigos, se pasaba todo el día castigando, como confiesa ella misma, pero no conseguía nada. Cuando se entra en esa dinámica lo normal es que para conseguir muy poco haya que aumentar muy mucho las sanciones o las recompensas. Se

podría decir que, en tales circunstancias, para que los objetivos crezcan de forma aritmética, los premios y castigos deben aumentar de forma geométrica, llegando a absurdos como prometer la luna o castigar “sin todo” para siempre. Al final, el abuso de una metodología equivocada produce efectos contrarios: lejos de crecer, los objetivos se reducen.

Se llega, entonces, a creer en ese disparate pedagógico, que recoge Cervantes como dicho popular bien arraigado en nuestra cultura, y que mantiene que “la letra con sangre entra”. Por desgracia, esa “cruel y estúpida máxima”, como la llamara en el siglo xix la escritora Concepción Arenal, ha estado presente en la educación reglada durante siglos. Baste contemplar el óleo de Francisco de Goya titulado *La letra con sangre entra*, donde se ve a un maestro castigando las nalgas desnudas de un alumno mientras los demás se aplican a sus tareas y otros dos se duelen del correctivo ya recibido. Por suerte, semejantes tratamientos han sido desterrados de las escuelas; sería, por ello, un despropósito que les diéramos asilo en nuestra casa.

El castigo no es un argumento pedagógico, sino justamente la salida desesperada cuando nos han fallado todos los demás argumentos. “Te quedas *sin* (lo que sea) porque no has recogido los juguetes”, es en todo caso una falacia *ad baculum*, un recurso a la fuerza al que echamos mano tras haber fracasado, quizá por nuestra culpa, las estrategias educativas corrientes, como son la adquisición del hábito del orden, la inclusión de recoger los juguetes en la dinámica del juego, las órdenes claras y precisas, el refuerzo positivo, etc.

De todos modos, el castigo nos puede servir de piloto de alarma. Nos advierte de que algo no funciona bien, de que un objetivo no se ha alcanzado, de que falta por reforzar tal o cual actitud o de que hemos fallado en algún punto del proceso. Pero entonces no se castiga propiamente, sino que se educa, se intenta corregir (eso significa castigar en latín) una falta con una actividad alternativa. Por eso, en las páginas que siguen veremos que sólo castiga quien castiga mal: quien lo hace de la manera adecuada está simplemente educando. Y también por eso, diremos que castigar implica castigarse porque no se trata de fastidiar al otro, sino de volver a repetir una fase del procedimiento en el que todos estamos involucrados.

Creemos que una dinámica de premios y castigos nos lleva a un punto muerto, o incluso de retroceso. La única forma de salir adelante pasa por cambiar de metodología. Si algo no funciona, es poco inteligente que continuemos utilizándolo. Probemos otras alternativas, como la motivación positiva, el diálogo, las consecuencias educativas sensatas o las estrategias para ejercer la autoridad; de todas ellas hablaremos en este libro.

Eso no significa que no hayamos de contar con los premios y los castigos; al contrario, debemos conocer muy bien su funcionamiento para llegar a no tener que utilizarlos. De cómo los usemos dependerá nuestro estilo educativo. Esperamos que ese estilo tenga como lema “la letra con cariño entra” y que haga posible educar sin castigar. Para ello, tenemos que seguir adelante.

Estilos educativos

Hay tantas maneras de educar como personas, pues toda educación requiere una relación personal. Se educa a cada hijo de forma diferente, enteramente personalizada, no valen las mismas estrategias para persona distintas. Se puede decir que quien educa del mismo modo a dos hijos, al menos a uno de ellos lo está educando mal. Los padres lo saben muy bien: lo que nos funciona con el mayor no nos sirve con la pequeña, lo que va bien a uno no le va al otro. Todo hijo es hijo único.

No obstante, podemos agrupar las infinitas maneras de educar en cinco estilos educativos, según se interprete esa relación personal. Para obtener los estilos principales, vamos a tener en cuenta dos variables: la protección y la autoridad.

Todo acto educativo cumple dos funciones: velar el desarrollo integral del educando (protección) y orientar ese desarrollo (autoridad). Como padres, hemos de esforzarnos porque cada uno de nuestros hijos llegue a desplegar todas sus potencialidades, a ser lo mejor que puede ser; en cierto modo, les decimos con Pedro Salinas: “Quiero sacar de ti tu mejor tú”. Al igual que un médico o una comadrona, asistimos a ese segundo nacimiento y cortamos por segunda vez el cordón umbilical. Pero también tenemos que intervenir para que el proceso no se desvíe, debemos señalar el norte, darles una carta de navegación para que no se pierdan y estar ahí para corregir el rumbo.

Tipos de padres

A veces, esas variables (la protección y la autoridad) no las tomamos en su justo medio, sino que nos pasamos o nos quedamos cortos, pecamos por exceso o por defecto, las maximizamos o las despreciamos. Entonces surgen cuatro estilos educativos equivocados que conforman otros tantos tipos de padres:

- *Padres proteccionistas.* Convierten la protección en una auténtica obsesión. Un exceso de celo asfixia a sus hijos y, lejos de educar, no permiten que se desarrolle el ser humano que llevan dentro, los cubren con una urna de cristal y no se atreven a cortar el cordón umbilical.
- *Padres desertores.* Pecan por defecto, lo cual supone no ejercer como padres. No asisten al desarrollo de sus hijos, no educan, hacen dejación de sus obligaciones. Son padres “*missing*”, desaparecidos, simplemente no están, quizá porque tienen miedo a educar. Convierten a sus hijos en “huérfanos de padres vivos”.

- *Padres autoritarios.* Entienden la autoridad como autoritarismo. Tal exceso provoca miedo y tirantez. Pueden conseguir que se les obedezca, pero no educan. No señalan el camino, porque ellos son el camino; llevan a sus hijos en volandas, deciden por ellos. Como los proteccionistas, se pasan por exceso.
- *Padres permisivos.* No se atreven, ni si quiera, a orientar, a poner criterios, a señalar el camino. Son padres *light*, blandos, sin principios, incapaces de exigir nada, de imponer normas y hacerlas cumplir. En el fondo, tienen miedo a sus hijos, miedo a contrariarlos, a que se reboten.

	Protección	Autoridad
Exceso	PROTECCIONISTAS	AUTORITARIOS
Defecto	DESERTORES	PERMISIVOS

Un estilo educativo no es algo abstracto, sino que se conforma en la práctica a base de continuadas acciones, a veces insignificantes, aunque en educación nada carece de importancia, encaminadas a imprimir un determinado carácter.

Ante las malas calificaciones de un hijo, unos padres proteccionistas irían a hablar con el profesor para echarle en cara no saber tratar a su hijo y no ser capaz de motivarle para el estudio, es decir, que la culpa no es de quien suspende sino de quien lo suspende. Unos padres desertores probablemente ni se enterarían de los suspensos, pues no saben qué asignaturas cursa su hijo ni siquiera en qué curso está; creen que es una cuestión que no les atañe a ellos. Por su parte, los padres autoritarios castigarían severamente a su hijo, no tanto por haber suspendido, sino por no haber cumplido sus expectativas. Por último, los padres permisivos no le darían al asunto la mayor importancia, porque piensan que no pasa nada por suspender alguna asignatura que otra, además, ¿quiénes son ellos para juzgar en tales temas?

Así como en la escritura antigua sobre tablas de cera se obtenían caracteres diferentes dependiendo del *stilus* o punzón que se utilizara, del mismo modo cada estilo educativo provoca un carácter diferente en los hijos. Estos estilos extremos generan sufrimiento afectivo, lo que se suele traducir en diversos trastornos de conducta, como agresividad, pasotismo, hiperactividad, desobediencia, rabietas, mentiras, palabrotas, desorden...

Dependiendo, lógicamente, del temperamento y las circunstancias de cada cual, los padres proteccionistas corren el riesgo de crear hijos sobreprotegidos, con falta de iniciativa, frágiles y poco preparados para afrontar la vida; los padres desertores, por el contrario, engendran hijos con problemas de autoestima y dureza afectiva. Por su parte, el autoritarismo provoca miedo y genera hijos acomplejados e inseguros, mientras que la permisividad construye personas caprichosas, tiránicas y poco resistentes a la frustración.

De modo que el exceso de protección provocaría en los hijos fragilidad personal y su defecto, dureza afectiva. A su vez, el autoritarismo generaría inseguridad personal y la falta de autoridad, tiranía afectiva.

	Protección	Autoridad
Exceso	FRAGILIDAD	INSEGURIDAD
Defecto	DUREZA	TIRANÍA

Veamos cómo actuaría un hijo o una hija de estos tipos de padres a la hora de llevar a casa el boletín de notas con resultados negativos. Probablemente, un hijo sobreprotegido sería vencido por la fragilidad y entregaría las notas hecho un mar de lágrimas y excusándose de todas las maneras posibles. Por el contrario, el hijo de padres desertores se refugiaría en la dureza afectiva y presumiría de sus malas calificaciones ante sus iguales. Los padres autoritarios se quedarían probablemente sin ver el boletín de notas de su hijo pues su inseguridad le haría esconderlo para retrasar al máximo una reprimenda. Por último, un hijo tirano echaría las culpas a sus progenitores de sus malas notas y exigiría ser tratado como víctima no como culpable.

Padres educadores, hijos sanos

Por hallarse en los extremos, resulta difícil encontrar estos estereotipos en la realidad. Claro que existen padres proteccionistas, desertores, autoritarios y permisivos, pero por lo general no los hallamos en estado puro, sino mezclados, es decir, que presentan algunos rasgos de unos más que de otros. En educación hay pocas cosas “de libro”.

Pero esta polarización nos puede servir para encontrar un arquetipo de padres ideal al que poder imitar. Se trata de un quinto tipo que se encontraría en el centro de la tabla, en el justo medio entre la protección y la autoridad. Son padres que protegen si ser proteccionistas, que están ahí sin que se note, que tienen autoridad sin ser autoritarios y que son permisivos en lo superficial pero firmes en lo importante. Los llamamos *padres educadores*.

¿Cómo actuarían los padres educadores ante unas calificaciones de su hijo o su hija más bajas de lo habitual? Con toda seguridad, dialogarían con él o ella a su nivel, con calma, buscando causas y no culpables; irían a hacer tutoría para tener más datos y se implicarían en lo que estuviera en sus manos; se preocuparían, qué duda cabe, pero, sobre todo, se ocuparían en poner solución. Por supuesto, que no confundirían a su hijo o hija con el boletín de notas, tampoco los excusarían ni los justificarían, no tratarían de sacarles las castañas del fuego sino que les ayudarían a encontrar una salida que, probablemente, exigirá mayor implicación por parte de todos, cada uno en el grado que le corresponde.

Todos los padres quieren a sus hijos, qué duda cabe de ello; sin embargo, sólo los padres educadores saben quererlos. Pues quererlos es fácil, lo difícil es quererlos bien, es decir, saber anteponer su bien a todo lo demás. Ese buen amor les llevará a ser exigentes, a decir “no” muchas veces, a dejar que se equivoquen, a no cargar con sus responsabilidades, a no ahogarlos con su propio celo.

Los padres educadores conjugan equilibradamente la protección y la autoridad. Saben que proteger a los hijos no significa asfixiarlos y que ejercer la autoridad no supone anularlos. Al contrario, ambas caras del acto educativo van encaminadas a generar *hijos sanos*.

Un hijo sano se siente protegido y orientado, sabe que cuenta con sus padres para todo, también para que le exijan y le marquen el camino. A la hora de entregar una malas calificaciones no buscaría excusas ni se escondería, eso no significa que le resultaría fácil enfrentarse a esa situación, pero la confianza que tiene con sus padres le haría actuar con naturalidad y aceptar la responsabilidad que le corresponde.

Por sentirse protegido llegará a tener una personalidad fuerte y una afectividad equilibrada, y por tener unos padres que ejerzan correctamente la autoridad se sentirá seguro de sí y respetuoso con los demás.

Los hijos sanos no son hijos perfectos, como los padres educadores tampoco son padres perfectos, pero tienen más posibilidades de ser personas asertivas, libres y felices.

Atenciones, limitaciones y razones

Para que nuestro hijo crezca de esa manera necesita atenciones cuando es bebé, limitaciones cuando es niño y razones cuando es adolescente. En este sentido, la educación adopta la forma de una *pirámide de necesidades* en cuya base están las atenciones, más arriba las limitaciones y en el tramo final las razones, de modo que todo se sostiene si en cada fase se atiende a las necesidades correspondientes.



El bebé necesita atenciones

Lógicamente es un ser totalmente indefenso y debemos atenderle en todas sus necesidades básicas: alimentación, higiene, sueño, protección, salud, afecto... Desde que nace, nuestro hijo nos necesita, sobre todo, a nivel afectivo. Todo lo demás se lo pueden proporcionar otros, pero el contacto personal que le aporta su madre y su padre, no.

En una maternidad de Sevilla se llevó a cabo la siguiente observación. Los bebés prematuros deben pasar varios días en la incubadora bajo atención médica continua y en un ambiente perfectamente aséptico. Dada su inmadurez biológica, se procura no sacarlos de su cuna esterilizada y se les atiende y se les alimenta sin tomarlos en brazos. Pues bien, a los médicos de esa maternidad sevillana se les ocurrió permitir a algunas madres que dieran de comer a sus hijos y les pudieran abrazar, acariciar y hablar mientras lo hacían. Los resultados fueron contundentes: los niños atendidos por sus madres ganaron peso mucho antes que los otros. Lo que demuestra que el mejor alimento es el afecto y el cariño.

Los bebés necesitan ser acariciados, hay que hablarles, besarles y sonreírles. En eso consiste, ante todo, atender a sus necesidades. Si faltan esas caricias físicas y verbales, su vida afectiva será deficitaria, lo que repercutirá de uno u otro modo en su desarrollo físico, psíquico e intelectual.

El niño necesita limitaciones

Tiene que aprender a funcionar en la vida, a distinguir entre lo que está bien y lo que está mal, entre lo peligroso y lo que no lo es, entre lo que se puede hacer y lo que no... El niño necesita que le marquemos los límites con la mayor claridad para poder moverse con seguridad. Así como no podríamos jugar al tenis sin estar bien marcadas las líneas en la pista y sin compartir un reglamento de juego, del mismo modo, los niños no podrían aprender a vivir sin ciertas normas muy bien delimitadas.

A los padres nos corresponde marcar bien las líneas de juego, pero sin caer ni en el exceso (normativismo) ni en el defecto (permisivismo). Pues el primero desalienta y el segundo desconcierta. Al respecto, nuestro principio básico debería ser: *normas justas y las justas*.

Normas justas: no se trata de imponer por imponer, sino de establecer reglas de funcionamiento que lleven a un desarrollo integral de nuestros hijos. A veces, sin darnos cuenta y con buena intención, podemos instaurar algunas medidas excesivamente rigurosas, como establecer un tiempo demasiado largo para hacer los deberes o prohibir algunas actividades lúdicas sin motivo aparente.

Las normas deben ser no sólo justas, sino también las justas. No nos pasemos promulgando leyes, pues no somos legisladores, sino padres. Más vale pocas normas y que se puedan cumplir, y que podamos hacerlas cumplir, que muchas y que acabemos derogándolas por imposibilidad real. Una regla que no se cumple no sirve sino para generar una sensación de agobio que no lleva a ninguna parte. En la mente libre de un niño no caben muchas normas, pero la mente de un niño necesita normas para poder volar libre.

Las limitaciones que pongamos a nuestros hijos serán imprescindibles para trabajar hábitos como el orden, la sinceridad, la responsabilidad, el esfuerzo... que serán de gran importancia en su desarrollo personal.

Para establecer límites es esencial la unidad de criterios entre la madre y el padre (y deben ser conocidos y respetados por todas las demás personas que intervengan en el proceso educativo de nuestro hijo: cuidadores, abuelos, tíos...). El ejemplo, una vez más, resulta primordial: no podemos exigir que se cumplan las normas si nosotros no las cumplimos.

Esos límites o normas que debemos ir poniendo no tienen por qué ser explícitos. A veces convendrá escribirlos en una cartulina o en una tarjeta, pero lo normal será que los vayan integrando de forma natural con nuestro trato y ejemplo. Una forma muy conveniente para transmitir criterios de funcionamiento ordinario o extraordinario es a través de juegos y de cuentos.

En el juego se establecen muchos lazos y las normas se asumen como parte del juego. Se asume que no se puede jugar sin ajustarse a unas reglas.

Mediante los cuentos se pueden trabajar muchas cosas: modos de actuación, valores, criterios básicos, déficits afectivos, situaciones sociales... Contándoles un cuento, sea conocido o inventado, nos ponemos *en* su nivel, creamos situaciones en

las que ellos no son los protagonistas (a ellos no les pasa eso), pero se ven identificados y pueden integrarlo con más facilidad.

Por último, este proceso de poner límites y establecer reglas se ha de llevar a cabo, como todo en educación, con suma delicadeza. Si, por la razón que sea, adquiere un cariz impositivo, nuestro estilo educativo acabará siendo autoritario. Recordemos que “el que doma a un caballo a gritos que no espere que le obedezca cuando le susurre”.

El adolescente necesita razones

Lógicamente también atenciones y limitaciones, que ya las damos por adquiridas en las etapas anteriores, pero sobre todo eso necesita entender por qué tiene que hacer lo que tiene que hacer. Al adolescente le tenemos que dar razones, no basta con vencerle, le tenemos que convencer. ¿Por qué? Porque en la adolescencia se producen dos hechos inéditos: el descubrimiento de la intimidad y “la segunda edad del porqué”.

Para el bebé y el niño es nuevo todo lo que le rodea, su vida es un viaje de descubrimiento del mundo exterior; para el adolescente, en cambio, es nuevo todo lo que comienza a sentir en su interior: su vida es un viaje de descubrimiento de su recién estrenada intimidad.

El **descubrimiento de la intimidad** se produce en un triple plano. En el plano biológico, en el intelectual y en el volitivo.

- Desde el punto de vista físico, el adolescente percibe que su cuerpo cambia sin su permiso, que las hormonas comienzan a hacer de las suyas, que tiene una intimidad corpórea.
- En el plano intelectual, comienza a pensar por su cuenta, a razonar, a configurar argumentos que hace unos años no se le ocurrían, se percata, si podemos decirlo así, de que es un “ser pensante”.
- Por último, en lo más recóndito de sí descubre una voluntad con un poder extraordinario, pero que le cuesta mover como si de una rueda de molino se tratara, comienza a saborear la grandeza de la libertad y también a responder de sus actos.

En la adolescencia se produce “**la segunda edad del porqué**”. Así como el niño pasa por una época en que se interesa por todo, lo indaga todo y, de forma reiterativa, pregunta “por qué”, también el adolescente regresa en cierto modo a ese momento inquisitorio, lo que ocurre es que ya no le sirven las respuestas de los mayores, de los padres (que sí le satisfacían cuando era niño), sino que tiene que encontrar sus propias respuestas. Para ello necesita hablar mucho, pensar mucho, estar a solas algunas veces y, otras, con gente, sobre todo, con sus amigos, tiene que experimentar por sí mismo, ponerse a prueba y poner a prueba a sus padres, busca razones y, si no las encuentra, entra en crisis, esa crisis llamada de la

adolescencia.

¿Y ahora qué?

Estoy harta de los pañales

–Ayer hice algo de lo que me siento avergonzada. Mi hijo de dos años, se hizo otra vez cacas en el pañal, así que se lo quité y se lo restregué por la cara. No sabes cómo me arrepiento. Mi marido me dijo que estaba loca y creo que tiene razón: estoy harta de los pañales, controla bastante bien el pipí, pero es incapaz de hacer cacas si no lleva pañal... este tema me saca de quicio.

Recapacitar

- ¿Se debe castigar a un bebé en esta situación?
- ¿Podemos educar si perdemos el control?
- ¿No pretendemos a veces superar una etapa con demasiada rapidez?
- ¿Es normal que en el proceso del control de los esfínteres haya accidentes?

Y proceder

- En esta circunstancia lo que el bebé necesita es paciencia y comprensión.
- Hemos de explicarle lo que pretendemos conseguir, teniendo en cuenta que por su corta edad el nivel de comprensión es limitado, lo que supondrá insistir en las explicaciones con calma y paciencia las veces que haga falta.
- Buscar refuerzos positivos cuando se vayan logrando éxitos: felicitarle, abrazarle, ponernos contentos...
- Hemos de tener en cuenta que lo normal es que ocurran accidentes, como es imposible que aprenda a andar sin caerse.
- En caso de que se produzca un percance, no debemos exagerar ni una actitud de repulsa ni de lástima, no hacérselo limpiar, sino limpiarlo nosotros aunque con cierta indiferencia o frialdad. Evitaremos así que lo utilice para reclamar nuestra atención.

Su habitación parece un campo de batalla

–Su habitación parece un campo de batalla. La recojo y a los cinco minutos está igual. Deja las cosas en cualquier sitio, cuando le obligo a ordenarla, lo mete todo en el armario o debajo de la cama y ya está. Después tengo que estar yo un buen rato colocándolo todo. Si no lo hago yo, sería imposible entrar en su habitación...

Recapacitar

- Se ha identificado la conducta a corregir, pero ¿se está haciendo lo correcto para

solucionarla?

- La madre obliga a ordenar, pero ¿enseña a hacerlo?
- ¿Tenemos que hacer nosotros lo que pueden y deben hacer nuestros hijos?
- ¿Cuál es el objetivo: que la habitación esté ordenada o que la hija sea ordenada?

Y proceder

- Explicarle por qué las cosas deben estar ordenadas: evitamos que se pierdan, que se pueden pisar y romper, además todo está más limpio y se está más a gusto...
- Comenzar recogiendo la habitación con ella, enseñándole cómo hacerlo. Cuesta más, pero es mucho más educativo.
- Disponer en su habitación de las condiciones materiales que faciliten el orden, por ejemplo, suficiente espacio, cajas y cajones a su alcance.
- Felicitarla por cada logro: ha vaciado la papelera, tiene la mesa ordenada, ha dejado la ropa en su sitio, ha recogido sus cosas...

Aquí mando yo

–No sé por qué mi padre me ha castigado. Entro en casa y me grita: “Estoy harto de que llegues cuando te da la gana”. Yo venía de la Academia y me había entretenido un poco. Quise justificarme pero no me dejó. Debía de estar enfadado por algo. Me dijo que me fuera a mi habitación y que me quedaba sin cenar. Realmente no era tan tarde. Le pregunté por qué me castigaba y él me dijo: “Aquí mando yo”. Visto y no visto, me cayó un marrón que no veas.

Recapacitar

- ¿Le ha dado el padre la oportunidad a su hijo para que explicara los motivos de su retraso?
- ¿Entiende el hijo por qué ha sido castigado?
- ¿Ha tomado el padre decisiones llevado más por su estado anímico que por lo que realmente ha ocurrido?
- “Sin cenar y a tu habitación”. ¿Es coherente y proporcionado con la conducta a corregir?
- ¿Ha actuado el padre impulsivamente?

Y proceder

- El autoritarismo (“Aquí mando yo”) vence pero no convence. Ya que le ha caído “un marrón”, como mínimo el hijo merece saber las razones.
- Lo primero que tiene que hacer el padre es preguntar a su hijo por qué llega tarde.
- Intentar ser lo más objetivo posible y que su estado de ánimo no interfiera en su labor educativa.
- Tras escuchar sus razones, valorar conjuntamente la “gravedad” de la situación.
- Si es la primera vez que ha llegado tarde, se puede establecer un compromiso de

que no vuelva a ocurrir.

- Pactar la consecuencia educativa que acarreará si la situación se repite.

La autoridad necesaria

Para cubrir esas necesidades, de manera diferente en cada etapa, como acabamos de ver, resulta necesaria la autoridad. El acto de educar no es un acto autoritario, sino que se ejerce desde el amor, pero con autoridad. No educa el que se pone al nivel del educando (otra cosa es ponerse en su nivel, para hacerse entender mejor, para comprender su punto de vista, para estar más cerca), porque tiene que situarse en una perspectiva desde la cual poder dar criterios.

Muchos padres han comprobado en primera persona que si se pierde la autoridad resulta imposible educar, algo que se puede corroborar en otros ámbitos, como en la escuela. En este capítulo veremos que la autoridad es necesaria (póngase, entonces, coma en el título), pero sólo lo es la autoridad necesaria, sin caer ni en la dejación ni en el autoritarismo, dos extremos que corrompen las relaciones entre educadores y educandos, entre padres e hijos.

El punto de apoyo

Arquímedes pedía un punto de apoyo para levantar el mundo. Porque de nada nos sirve una palanca de hierro si no disponemos de un fulcro, de un soporte sobre el que asentarla. Si nos falta el puntal, todo nuestro esfuerzo será en vano, pues simplemente no podremos hacer palanca.

En educación ese punto de apoyo firme sobre el que sustentar cualquier estrategia es la autoridad. Por mucho que motivemos a nuestros hijos, por muy buenos métodos que utilicemos, por mucho cariño que pongamos, si nos falta ese basamento, todo se puede venir abajo.

Sea por defecto, sea por exceso, la autoridad que les corresponde a los padres acaba, en demasiadas ocasiones, por no ejercerse o por ejercerse mal y, consecuentemente, se resiente la educación de los hijos. Es decir, en el ejercicio de la autoridad no está en juego el prestigio de los padres, ni nada por el estilo, sino algo mucho más importante: el presente y el futuro de los hijos.

Existen, como ya hemos visto, dos estilos educativos extremos, que en momentos alternos han gozado de mayor o menor aceptación: la permisividad y el autoritarismo. Este último ha tenido más adeptos en épocas pasadas, aunque actualmente se observa una ligera tendencia a rescatarlo, especialmente en quienes intentan imitar la dureza de la educación oriental, como la profesora de Derecho en la universidad de

Yale, Amy Chua. Esta “madre tigre”, como ella misma se autodenomina, reivindica una educación rigurosa y exigente para convertir a sus hijos en auténticos “leones”, es decir, perfectamente preparados para el éxito y el triunfo en el mundo adulto.

Aunque esta tendencia tenga sus partidarios, el proceder que más abunda en nuestra época es el permisivismo, es decir, el miedo a ejercer la autoridad por temor a vulnerar la autoestima de los hijos o no respetar sus gustos e incluso sus caprichos. De modo que el punto de apoyo se convierte en un cojín blando y esponjoso sobre el que ninguna palanca puede hacer fuerza. El estilo *light* piensa equivocadamente que la educación es una intromisión en la libertad de los hijos: ¿quiénes son los padres para imponer nada?

Más que “madres tigre”, a nuestro alrededor vemos “madres peluche”, tan blandas que sólo sirven de almohada donde sus hijos pueden reclinar sus caprichos, sus fracasos y sus enojos. Este tipo de padres engendran pequeños tiranos, “hijos sandía”, es decir, duros por fuera pero blandos por dentro. Si topan con una persona muelle, la aplastan con su peso; si chocan con una firme y dura, se rompen (es lo que les suele pasar en su primer revés en la vida).

El psicólogo americano Harry Harlow realizó varias experiencias con monos rhesus a finales de los años 1950. El experimentador colocó en una jaula a dos madres artificiales, una hecha con alambres, a la que colocó un biberón, y otra recubierta de felpa, sin alimento, e introdujo a un mono recién nacido. Harlow observó que el cachorro se acercaba al muñeco de alambre el tiempo justo para tomar la leche y el resto se lo pasaba junto al de felpa, incluso, mientras tomaba el biberón mantenía el contacto físico con este. El pequeño pasaba diecisiete horas al día con la madre suave y sólo una con la madre de alambre, y cuando se introducía un elemento perturbador, se abrazaba a aquella y recobraba la seguridad.

Esta experiencia está en la base de la *teoría del apego* del psiquiatra británico John Bowlby, según la cual, el bebé desarrolla un vínculo afectivo con sus padres o cuidadores que le proporciona la seguridad necesaria para el desarrollo de su personalidad. El apego se establece desde los primeros momentos de la vida y se mantiene con la convivencia diaria. Por eso resulta tan importante algo tan evidente como estar con los hijos.

Ejercer la autoridad: la forma de querer a nuestros hijos

Para un bebé, un niño o un adolescente, la presencia, el cuidado y el afecto de sus padres crean un vínculo afectivo necesario para su desarrollo. De manera natural se produce una relación positiva, de confianza y respeto. Entonces, los padres adquieren prestigio y autoridad ante su hijo, quien intentará agradarles y les obedecerá porque sabe que lo que ellos mandan es por su bien.

La autoridad hay que ganársela. No la detenta ni el autoritario ni el permisivo, pues, aunque lo parezca, uno y otro no piensan en sus hijos, sino en sí mismos. Se puede

decir que la autoridad es una forma que tienen los padres de querer a sus hijos, es una forma de servir.

Tiene autoridad sobre mí quien me hace crecer, quien me “obliga” a hacer algo (o me lo prohíbe) por mi bien (*auctoritas* viene de *augeo*: hacer crecer, hacer prosperar, robustecer). La diferencia entre un “no” autoritario y un “no” educativo radica en que la razón del primero sólo es “porque lo digo yo”, mientras que el motivo del segundo es “porque te conviene”.

La autoridad, por tanto, se tiene por ser padres, pero hay que ganársela día a día. ¿Cómo? Compaginando la determinación con la serenidad, la entereza con la flexibilidad, la exigencia con el cariño y, sobre todo, estando ahí. Como decía el arquitecto italiano del *quattrocento* Leon Battista Alberti, “el mejor legado de un padre a sus hijos es un poco de su tiempo cada día”.

Cuando se ejerce la autoridad es normal que aparezcan fricciones y enfrentamientos, sobre todo en la adolescencia; sin embargo, hemos de tener en cuenta que los hijos no quieren padres blandos, sino comprometidos en su educación.

Tres claves para ejercer la autoridad

No existe una pócima mágica que nos otorgue autoridad, sino que, como venimos diciendo, nos la tenemos que ganar en el trato diario. Si acaso existiera esa pócima, seguro que tendría ingredientes como estos: tiempo, paciencia, autoexigencia, cariño, firmeza... Pero tales ingredientes no son suficientes si faltan tres elementos clave, como son la prevención, el ejemplo y la motivación.

Prevención

En las últimas décadas ha cambiado la forma de educar: hasta hace unos años, educar consistía casi exclusivamente en corregir actitudes que se consideraban incorrectas; la nueva educación, en cambio, es ante todo preventiva. No se trata de ir apagando fuegos (aunque hay que apagarlos cuando se declaran), sino de llegar antes de que ocurra el incendio: más vale llegar un año antes que un minuto después. Si antes jugaban un papel fundamental los premios y castigos, ahora son el ejemplo y la motivación dialogada los mecanismos que deben prevalecer en toda tarea educativa, porque de lo que se trata es, en lo posible, de prevenir.

Lógicamente, en la tarea preventiva entra en juego la estrategia de los premios y castigos, pero con unas condiciones determinadas de tal manera que sean realmente eficaces. De esas condiciones hablaremos más adelante.

Ejemplo

Es evidente que el ejemplo tiene un gran valor educativo. Un niño aprende más de lo que ve que de lo que oye, especialmente, si lo que oye contradice a lo que ve. Si nos escucha quejarnos: “¡Vaya rollo, mañana lunes otra vez!”, será difícil conseguir que

vaya contento a la escuela; si cuando recibimos una llamada comprometida nos excusamos con el socorrido “Di que no estoy”, nos resultará como poco embarazoso convencerle de que tiene que decir la verdad; si nos ve tomarnos con cierta frecuencia una copa porque hemos tenido un día complicado, tendremos dificultades para persuadirle de que se lo puede pasar muy bien sin beber.

“Los niños no son tontos”, se suele decir para expresar que tienen un sentido especial para captar el ejemplo de las personas que le rodean, sobre todo, de sus padres. Los hijos desde bien pequeños oyen lo que hacemos. Hay que tener en cuenta que en educación “un ejemplo vale más que mil palabras”, que hacer una cosa y decir otra no sólo no educa sino que confunde.

Motivación

La motivación es el arma educativa por antonomasia. Premiar y castigar son sus formas más arcaicas que deben ser completadas con el diálogo y la implicación de los padres. Si alguien tiene motivos para hacer algo, lo hará no solamente con más interés y dedicación, sino que lo interiorizará mejor. La motivación es como un gran trampolín para la acción, es la causa subjetiva de nuestro obrar; podemos hacer cosas sin estar motivados, pero, en ese caso, nos costará mucho más, como si saltáramos sin tomar impulso.

Para motivar a los hijos debemos imitar a un trampolín. Debemos ser fuertes pero flexibles, firmes y elásticos. Si somos demasiado duros o demasiado blandos, demasiado autoritarios o demasiado condescendientes, nuestros hijos no encontrarán el resorte necesario para saltar. Saldrán rebotados o se quedarán hundidos, pero no tomarán el impulso suficiente para hacer su camino.

Motivar consiste en proponer metas valiosas y realistas, y presentarlas como atractivas. Para unir el fin (metas) con el deseo (atractivas) es necesario un tercer elemento: que sea posible. Ahí entra nuestra ayuda para facilitar, no que se produzca el fin, sino que nuestro hijo lo alcance. Motivar es, pues, poner las condiciones, intervenir en el impulso y ayudar desde la distancia. Somos tan responsables del resultado final como lo es el trampolín de la caída del saltador.

Tipos de motivos

Los motivos son los móviles o alicientes que nos impulsan a actuar de una determinada manera. Ellos incitan, mantienen y dirigen la acción. Podemos distinguir tres tipos de motivos:

- *Motivos extrínsecos.* La motivación viene de agentes externos, como los premios y castigos. Los primeros están encaminados a fortalecer una conducta y los segundos a evitarla. La paga o un regalo sería un premio y “te quedas sin” sería un castigo.
- *Motivos intrínsecos.* Surgen del interior, de los gustos e inclinaciones de cada cual;

así, se hace algo simplemente porque gusta o porque te lo pasas bien, la propia acción lleva adjunta la motivación. Por ejemplo, no hay que motivarle mucho para ir a los entrenamientos porque le encanta el deporte.

- *Motivos instrumentales.* Serían una mezcla de los dos anteriores. Surgen tanto de dentro como de elementos externos. Son instrumentales los motivos que presentan una acción o una actitud como atractiva porque puede servir para otra cosa, por ejemplo, para que mis padres estén contentos o yo adquiriera prestigio entre mis amigos.

Los motivos extrínsecos vienen determinados por la autoridad de los padres; los intrínsecos, por lo que podríamos llamar la cultura familiar, y los instrumentales, por el ambiente.

En general, la motivación extrínseca suele ser de carácter material –paga, incentivos, regalos, “quedarse sin”–, lo que representa una contradicción cuando se pretende motivar una actividad, por ejemplo, intelectual, como es el estudio. Además, como depende directamente de la autoridad de los padres, puede generar un rechazo.

Mucho más fuerza adquiere la motivación intrínseca. Cuando un chico o una chica hacen algo porque les gusta, decimos que no hace falta motivarlos, porque ya lo están. Estos motivos dependen de la cultura familiar, es decir, de lo que los padres hayan cultivado en sus hijos: gustos, costumbres, aficiones... Será más fácil que nuestros hijos adolescentes sean lectores si hemos sembrado en ellos el gusto por la lectura.

La motivación instrumental opera en función del ambiente familiar y social en el que vivan nuestros hijos: en un entorno puede que la promoción profesional sea más importante (más motivadora) que en otro, o que la estética o el éxito personal pese más que la solidaridad.

Estos tres tipos de motivos no agotan las posibilidades, queda un cuarto tipo que también deberíamos tener en cuenta: la **motivación moral**. Se trata de hacer el bien sin buscar una recompensa ni extrínseca ni intrínseca ni instrumental. Es necesario decir a nuestros hijos que se puede realizar una acción aunque no se tengan ganas de hacerla. Los motivos morales vienen determinados por el deber, que se presenta como la única “razón” para llevar a cabo actividades solidarias, tolerantes, de respeto y ayuda mutua, altruistas, etc.

Ese deber dependerá de los criterios morales que se esgriman y, en última instancia, de los valores que se vivan en la familia. El querer hacer las cosas bien goza de una fuerza muy superior a los motivos extrínsecos, intrínsecos o instrumentales juntos: tiene “fuerza moral”. Una persona es madura cuando hace lo que debe hacer, lo que es conveniente en cada momento, no lo que le apetece.

La motivación profética

Pero existe todavía un quinto tipo, que es quizá la quintaesencia de la motivación y

que podríamos llamar *motivación profética*. Las expectativas que los padres generan en sus hijos actúan con una extraordinaria fuerza atractiva, como una “profecía que se cumple a sí misma”. El sociólogo norteamericano Robert K. Merton hablaba de este tipo de profecías autocumplidas para referirse a fenómenos sociales, por ejemplo, el rumor de que va a faltar combustible hace que la gente acuda a las gasolineras y efectivamente acabe por agotarse el combustible. A nivel educativo, el convencimiento que tiene un estudiante de que va a suspender, puede hacerle suspender porque se pone nervioso o no estudia lo suficiente.

Jean-Paul Sartre cuenta que el escritor francés Jean Genet, a la edad de diez años, fue sorprendido por sus padres adoptivos cuando cogía dinero de un cajón de la cocina. “¡Eres un ladrón!”, fue la recriminación que recibió. Según el biógrafo, aquellas palabras marcaron de por vida al novelista, de hecho, pasó parte de su adolescencia y juventud encarcelado por robos de diferente calado, se dedicó al pillaje y escribió un libro titulado *Diario de un ladrón* (1949).

Quizá en el caso Genet no haya una relación causa-efecto tan clara como pretende el lirismo literario, pero sí nos puede servir para tomarnos muy en serio lo que decimos a nuestros hijos. Nunca debemos reprender utilizando el verbo ser (eres un maleducado, eres un tramposo, eres un mentiroso), porque entonces estaremos asentando una profecía. En todo caso, procuraremos usar verbos de acción, del tipo: no te has comportado como deberías, has hecho trampas, has mentido...

La motivación profética funciona como el “efecto Pigmalión”. Toma el nombre del legendario rey de Chipre, quien al no encontrar ninguna mujer que colmara su ideal de belleza esculpió una estatua de la que quedó prendidamente enamorado. Él deseaba con toda su alma que aquella escultura cobrara vida, algo que le fue concedido: la bella talla de mármol se convirtió en la joven Galatea, de carne y hueso, quien colmó de felicidad al rey escultor.

El efecto Pigmalión se produce cuando las expectativas que depositamos en una persona hacen que esa persona las cumpla porque generamos en ella un deseo inconsciente de confirmarlas. Este efecto o proceso fue estudiado por los psicólogos Robert Rosenthal y Lenore Jacobson en 1968. La experiencia que llevaron a cabo consistió en informar a los profesores de un curso de Primaria que un determinado grupo de alumnos había sacado los mejores resultados en los tests de inteligencia y que, por ese motivo, se esperaba que ellos alcanzaran los mejores resultados académicos a final de curso. Hay que decir que no se pasó ningún test y que los alumnos “inteligentes” fueron elegidos al azar, pero de ello no se informó a los profesores. Rosenthal y Jacobson comprobaron que el rendimiento de ese grupo de alumnos fue muy superior al que habían obtenido el año anterior. ¿Por qué? Porque los profesores se crearon altas expectativas sobre estos alumnos y actuaron a favor de su cumplimiento, dedicándoles más esfuerzo y, sobre todo, tratándoles como creían que eran: alumnos brillantes.

De un modo semejante actúa la motivación profética. Nuestros hijos se esforzarán

por cumplir las expectativas que tenemos sobre ellos. Es muy probable que un chico sea vago si estamos todo el día recordándole que lo es; del mismo modo, tiene más posibilidades de ser un buen amigo aquel a quien le tratamos como tal. Si continuamente estamos repitiendo a un hijo “no llegarás a nada”, lo normal es que ni se esfuerce por cambiar la predicción. Si, por el contrario, le mostramos confianza diciéndole “tú puedes”, seguramente podrá.

Esas expectativas positivas generan confianza y nada motiva tanto como tener confianza en uno mismo. En cierto modo, mediante la motivación profética situamos a nuestros hijos en un futuro deseable y posible. La motivación, entonces, tiene que tocar suelo, convertirse en planificación y especificarse, a su vez, en planes de acción concretos. Esperar mucho de alguien funciona como motivación profética si se concreta qué es exactamente lo que se espera y no esperamos sentados, sino que llevamos a cabo acciones que nos encaminen hacia lo que esperamos.

Tipo de motivación	Depende de
EXTRÍNSECA	AUTORIDAD
INTRÍNSECA	CULTURA FAMILIAR
INSTRUMENTAL	AMBIENTE
MORAL	VALORES VIVIDOS
PROFÉTICA	ESTILO EDUCATIVO

La motivación profética no depende directamente de la autoridad, la cultura familiar, el ambiente o los valores vividos, sino de todos esos factores juntos, los cuales conforman lo que llamamos el estilo educativo.

Autoridad, prestigio, admiración

Hace unos años, un anuncio publicitario nos presentaba a un adolescente que daba referencias sobre su madre. Hablaba de ella de la siguiente manera:

“Nací en el 86. Desde entonces todos le creamos unas ojeras que no oculta. Ella dice que son producto del amor. Su carrera se ha basado en la persuasión. Me convenció de que las verduras me pondrían los ojos verdes. Imaginación no le falta, no. La llamas, y está, siempre está. Por eso no me he convertido en el imbécil que podría haber llegado a ser. A veces grita, sí, pero cómo no va a enfadarse alguien que lleva toda la vida comiéndose el filete con más nervios. Pero le saca partido a todo. Es un genio. Debería darle las gracias a mi padre por haberla elegido”.

Pocas cosas tan hermosas se pueden decir de una madre. Quizá el objetivo de todas las madres y todos los padres sea llegar a escuchar algo semejante de boca de sus

hijos, no para propio engrandecimiento, sino para comprobar que sus esfuerzos han valido la pena. Aunque no es menester escucharlo para saberlo, pues los hijos son el reflejo del estilo educativo de los padres.

La madre de este adolescente ha conseguido tres cosas que van unidas: autoridad, prestigio y admiración.

Esas “ojeras”, “fruto del amor”, manifiestan dedicación intensa a sus hijos, un amor incondicional que lo supera todo, un desvivirse por los demás que deja esas marcas en la cara. Su arma ha sido la motivación (la persuasión). No ha utilizado el socorrido “orden y mando”, sino que ha sabido convencer a cada hijo de la conveniencia de hacer algo o de cambiar de actitud. Esa arma la ha cargado con balas de imaginación, capaces tocar ese resorte interior que cada cual tenemos oculto.

Pero quizá lo más importante es que esa madre “siempre está”. No porque siempre esté en casa, sino porque tiene la cualidad de la disponibilidad. Se puede estar sin estar disponible, pero no nos engañemos: no es fácil estar disponible si no se está.

Ella ha sabido sacar lo mejor de cada hijo, ha cumplido a la perfección el objetivo educativo de la autoridad. El chico reconoce que “gracias a ella no se ha convertido en el imbécil que podría haber llegado a ser”. Esta confesión manifiesta que la madre utilizó la motivación profética y supo situar a su hijo en un futuro alternativo al que él mismo podría esperar. Por eso, la llama “genio”, porque, como por arte de magia, es capaz de cambiarlo todo, de hacer que lo frío sea cálido, que lo amargo sepa dulce y que “las verduras pongan los ojos verdes”; además, con su varita mágica, le saca partido a todo.

El hijo justifica que su madre se enfade, que grite de vez en cuando, porque lleva toda la vida sacrificándose por los demás, “comiéndose el filete con más nervios”, dejando para sí los peores bocados. Es generosa porque, para ella, ella no cuenta: cuentan sus hijos.

El chico acaba con uno de los piropos más hermosos: “Debería dar gracias a mi padre por haberla elegido”, que pone de manifiesto que la educación de los hijos no empieza cuando nacen, sino mucho antes.

¿Y ahora qué?

Todo a un euro

—No le damos paga. Siempre hemos preferido que se la ganase él. Desde pequeño establecimos darle un euro por todo lo que hacía bien. Por ejemplo, si acababa los deberes a tiempo, si ordenaba sus juguetes, si recogía el baño después de ducharse, etc. Todo a un euro. Y la verdad es que estamos muy contentos con él, bueno, ya lo conoces, es trabajador y saca buenas notas.

Recapacitar

- Estos padres están aplicando la “pedagogía de la foca”. ¿Conseguirán un buen comportamiento cuando desaparezca el estímulo material?
- No se dan cuenta de su error porque todo funciona aparentemente. ¿Qué ocurrirá cuando tengan que aumentar la retribución?
- ¿Qué puede ocurrir si acostumbramos a los hijos a tener el dinero como único punto de referencia, como único valor?

Y proceder

- Tenemos que enseñar a nuestros hijos que las cosas hay que hacerlas porque toca hacerlas, por propia responsabilidad, para colaborar en casa,...
- La mayor recompensa es la satisfacción de haber hecho lo que toca y haberlo hecho bien.
- Sustituir el euro por una sonrisa, una felicitación, un beso, un “qué contento estoy”, ...
- Evitar excesivas referencias al dinero.
- Establecer, si se estima oportuno, una paga semanal. Se puede llevar a cabo a partir de los 7 años y ayudarles a administrársela. Conforme vayan creciendo, la asignación puede ser mensual.

Yo alucino

–Yo alucino. Mi padre “me ralla” continuamente con que no estudio lo suficiente, que no hago más que estar en el ordenador, que si dedicara a los estudios la mitad del tiempo que él dedica a trabajar no suspendería. Pero él se pega todo el fin de semana viendo la tele, se ve todos los programas habidos y por haber.

Recapacitar

- ¿Qué ejemplo está dando este padre? ¿No está exigiendo lo que él no hace?
- ¿Lleva a alguna parte “rallar y rallar”? ¿Algo adquiere más fuerza por repetirlo continuamente?
- ¿Basta con decir lo que los hijos hacen mal? ¿Qué se consigue con comentarios negativos?

Y proceder

- Lo que decimos debe estar corroborado por lo que hacemos: la contradicción deseduca.
- En lugar de “rallar” hay que hablar y razonar.
- Buscar las verdaderas causas de los suspensos y ayudarle a encontrar soluciones.
- Se puede decir lo mismo de manera positiva, mostrando confianza en su mejora, ofreciendo ayuda si la necesita, dando apoyo afectivo...

Todo le parece mal

–Mi padre está continuamente metiéndose conmigo. Parece que va a por mí. Me grita continuamente y no me deja hacer nada. Todo lo que digo o lo que hago le parece mal. No le gustan mis amigos, la ropa que llevo, la música que escucho. Desde que me quedaron las mates no hace otra cosa que decirme que voy a ser un fracasado y que voy a acabar de repartidor de pizzas. Esta mañana me ha echado una bronca monumental.

Recapacitar

- ¿Es educativo que un hijo tenga la impresión de que “vamos a por él” y de que “todo lo que hace nos parece mal”?
- Cuando decimos cosas como “vas a ser un fracasado”, ¿no estaremos sembrando el fracaso?
- ¿Qué uso está haciendo este padre de la *motivación profética*?
- ¿Qué se consigue con una “bronca monumental” sino que ante ella el hijo se atrinchere?

Y proceder

- Se echa en falta una buena relación entre padre e hijo que quizá se ha enrarecido en la adolescencia.
- En esta etapa, el padre debería hacer un mayor esfuerzo por entender y tratar a su hijo, por ejemplo, haciendo planes juntos, compartiendo alguna afición, conversando, interesándose por sus cosas...
- Evitar las descalificaciones: un adolescente está comenzando a crear su mundo, donde son importantes los amigos, la música, la ropa... Hay que educar en estos aspectos desde pequeños, sin desautorizarlos porque sí.
- Es importante que nos adaptemos a la etapa vital en la que se encuentra nuestro hijo: en la adolescencia hay que cambiar de estrategia: exigir razonando, estar sin que se note, saber aceptar sus formas, establecer pactos...
- Que nuestros hijos no puedan decir que nunca les hemos dicho que hacen algo bien.

La fuerza de la voluntad

La motivación es necesaria para poner en marcha el motor de la voluntad. Si no funciona ese motor, no conseguiremos nada, porque de él surge toda nuestra energía. Por mucho que nos interese algo, por muy positivo que veamos conseguir un fin, si nos falta voluntad, todo se queda en buenas intenciones, en planes sin materializar, en proyectos sin acabar.

Podríamos decir que la voluntad mueve montañas. Es una fuerza interior con un poder extraordinario. Su acto propio es mandar, a las piernas para que corran, a la lengua para que se ponga a hablar, a la inteligencia para que entienda. Si falta esa fuerza de voluntad, ni se corre, ni se habla, ni se entiende. Por muy preparados que estemos, por muy inteligentes que seamos, incluso, aunque estemos muy motivados, si nos falta voluntad, todo se queda en agua de borrajas. Por eso se suele decir que consigue más el que quiere que el que puede.

Hace falta fuerza de voluntad para levantarse de la cama, para acudir al trabajo, para soportar una espera, para dejar de fumar, para ponerse a estudiar, para no perder los nervios cuando algo sale mal,... y para educar a los hijos.

Voluntad inteligente

Aunque los motivos “fuercen” a la voluntad, ella es, en cierto modo, soberana. Por muy claro que lo veamos, si nuestra voluntad no da la orden, las cosas se quedan sin hacer, los posibles se hacen imposibles. Muchos motivos pueden moverla, pero eso no significa que dependa de ellos. En todo caso, se deja llevar por las emociones y los hábitos, los cuales la debilitan, la ablandan, le quitan fuerza.

El que dice “quiero dejar de fumar, pero no puedo”, el que reconoce que cuando se enfada “intenta no levantar la voz, pero le resulta imposible”, o el que simplemente confiesa que “no tiene fuerza de voluntad”, está demostrando que en ese aspecto concreto su voluntad está enferma, famélica, que ha perdido la fuerza que le es propia.

La costumbre, el carácter o la simple dejación enervan la voluntad. Por eso, el que quiere dejar de fumar tiene que cambiar de hábitos, el que se propone no levantar la voz cuando está enfadado debe mejorar el carácter, y el abúlico, integrar en su vida el esfuerzo y el sacrificio. Lo dice Quevedo al final de *El Buscón*: “Nunca mejora su estado quien muda solamente de lugar y no de vida y costumbres”.

Pero para consolidar un hábito, limar el carácter o llegar a ser esforzado, ¿no hace

falta fuerza de voluntad? Sí. Entonces, la voluntad es la pescadilla que se muerde la cola, porque hace falta esa fuerza para tener fuerza de voluntad. Efectivamente. Ese movimiento circular hace de la educación la instancia decisiva.

Los niños nacen sin voluntad, a lo sumo tienen necesidades, impulsos, deseos... a los que poco a poco deben aprender a dar una dirección inteligente. Aquí entra el papel de los padres para hacer que sus hijos se esfuercen con el fin de que adquieran esa energía que les permita controlar sus necesidades y sus impulsos y poner sus deseos al servicio de sus proyectos personales. Ya lo dijo Platón: “El fin de la educación es enseñar a desear lo conveniente”.

Paradójicamente, los padres tenemos que esforzarnos para que nuestros hijos se esfuercen, no para ahorrarles esfuerzos. Sólo con una voluntad sólida llegarán a ser ellos mismos y podrán querer y conseguir lo conveniente. Porque de lo que se trata es, no únicamente de poner el motor en marcha, sino de que nos lleve a nuestra meta. De nada nos sirve un vehículo muy potente si no lo sabemos conducir; de nada nos sirve pisar el acelerador si no hemos metido la marcha. Pero, ¡cuidado!, el mismo motor nos puede llevar hacia delante o hacia atrás.

Por eso, hablamos de voluntad inteligente, no de una fuerza bruta, sino de una fuerza motivada, orientada por la inteligencia. ¿De qué nos sirve ser personas de mucho carácter si tenemos mal carácter? ¿De qué nos sirve llegar muy lejos si nos alejamos de donde tenemos que llegar? La voluntad inteligente se nutre de tres fuentes de energía, que son la **responsabilidad**, la **resistencia a la frustración** y el **aplazamiento de la recompensa**. Veámoslo.

Responsabilidad

La voluntad es una fuerza que hay que adquirir, por eso es decisiva la intervención de los padres. Intervención que debe consistir en ir exigiendo, en saber decir no, en no darles todo hecho...

Sin embargo, muchos padres no lo entienden así, son incapaces de ver sufrir a sus hijos, de hacerles soportar esfuerzos, de exigirles, de decirles que no, entonces esa fuerza no se estimula, sino que se adormece.

Si no se ha fortalecido, al paso del tiempo, la voluntad será sustituida por el deseo: hacer lo que quiero, lo que me apetece, lo que me viene en gana serán las formas de traducir esa falta real de voluntad. “Siento, luego existo”, rezaba el eslogan de una marca de perfume, un resumen perfecto de lo que está pasando. El esfuerzo no está de moda; el deseo, sí.

Parece más fácil formar la inteligencia de nuestros hijos que su voluntad, porque para estimular aquella no hace falta ser inteligentes, en cambio, para fortalecer la voluntad hay que tener fuerza de voluntad. Aquí se cumple a la perfección eso de que uno no da lo que no tiene. En cierto modo, la voluntad se contagia, pues no hay otro camino para adquirir la fortaleza que ser fuerte, tanto el educando como el educador.

Una vez más, el ejemplo que demos a nuestros hijos es clave. Si nosotros no nos exigimos, no se exigirán ellos; si nosotros no mostramos afán por hacer bien las cosas, ellos tampoco lo mostrarán; si demasiadas veces dejamos temas sin cerrar, ellos también los dejarán; si nos quejamos porque se acaba el fin de semana y tenemos que volver a la oficina, ellos pensarán que el trabajo es algo indeseable; si nos quejamos un poco, ellos se quejarán mucho.

El propósito de todas nuestras acciones debe ser hacer las cosas bien y acabarlas (nada está bien si no está terminado). Así les podremos transmitir la responsabilidad en forma de satisfacción por el trabajo bien hecho. Felicitémosle porque ha dejado las cosas en su sitio, porque se ha acabado todo el plato, porque ha llevado la ropa al cubo y ha bajado la tapa, porque ha terminado el libro que estaba leyendo, etc.

De ningún modo podemos admitir las chapuzas, vengan de donde vengan, pues lo desmañado invita a la pereza, como una habitación desordenada al desorden. Sería una falta de responsabilidad consentir algo mal hecho, lógicamente exigiremos según la edad, pero hemos de acostumbrarles a no darse por satisfechos con cualquier resultado, sino a aspirar a la excelencia, es decir, a no quedarse a medias.

Quizá uno de los mayores errores que cometemos los padres es que se lo damos todo hecho, de modo que ellos no tienen nada que hacer. Los profesionales de la educación se quejan de que cada vez cuesta más exigir a sus alumnos. Muchos padres prefieren hacerles la cama o recoger por ellos sus juguetes porque de esa manera ganan tiempo; sin embargo, no se dan cuenta de que vale la pena perder unos minutos en enseñarles a hacer cosas y a exigirles que las hagan. Lógicamente, como ya hemos dicho, para exigirles a ellos, debemos exigirnos también a nosotros mismos.

- Un principio básico es que toda ayuda innecesaria genera una limitación, por eso, no debemos hacer nosotros aquello que pueden hacer ellos. Aunque les cueste más, irán adquiriendo no sólo la habilidad para hacerlo sino fortaleza suficiente para llevarlo a término. Quizá con nuestro exceso de celo, estemos limitando sus posibilidades.
- Si no es necesario atarle los cordones y lo hacemos, estamos evitando que aprenda a atárselos, estamos limitando sus posibilidades. Para conseguir su autoexigencia les debemos exigir. Cuantas más cosas hagamos por ellos, menos les quedarán para hacer por sí mismos.
- Es bueno realizar actividades que exijan disciplina y esfuerzo. Practicar deporte, individualmente o en equipo, dependiendo de cada caso, es el mejor entrenamiento para formar personas disciplinadas y esforzadas. También cultivar aficiones, pues les obligan a comprometerse con una dedicación, un horario y otras personas.
- Podemos elaborar con ellos un horario y hacerlo cumplir. Para que lo tengan presente lo podemos colocar en un lugar visible y comprobar diaria o semanalmente si se realiza. El horario debe contemplar también los momentos de

ocio, con la finalidad de que no se conviertan en mera ociosidad.

- Debemos distribuir las responsabilidades según la edad: poner o recoger la mesa, contestar al teléfono, pasar el aspirador, hacer la cama, tirar la basura... Las pequeñas responsabilidades hacen hombres y mujeres responsables.
- Algo que les cuesta y nos cuesta es conseguir que todo aquello que empiecen lo acaben. Debería ser un principio básico. Dejar las cosas a medias es peor que no haberlas comenzado, porque en vez de vencer la pereza, somos vencidos por ella.
- Cuidado con la motivación profética: de ningún modo debemos utilizar expresiones del tipo “eres un vago”, “no haces nada”, “te vas a volver un holgazán”... Son mensajes que, en vez de incitarles a obrar, refuerzan su apatía.

Resistir a la frustración

En el día a día irán apareciendo muchas ocasiones para practicar algo tan decisivo en la educación de nuestros hijos como la resistencia a la frustración. Eso no significa que tengamos que buscar y suministrarles frustraciones, sino que hemos de contar con ellas de forma natural. No sirve de nada ocultarlas bajo la alfombra porque, si lo hacemos, se irán acumulando fuera de su vista y acabarán tropezando con la propia alfombra, abultada por todas las frustraciones que hemos acumulado debajo de ella.

Como los monitores de esquí, que enseñan a sus alumnos a caer porque saben que lo van a hacer muchas veces a lo largo de su aprendizaje y de su práctica, los padres tenemos que enseñar a nuestros hijos a superar pequeñas caídas. Si no lo hacemos, cuando tropiecen por vez primera, les costará muchísimo levantarse.

Esas pequeñas caídas o frustraciones, como no tener ese juguete que otros tienen, comer lo que no me apetece, perder al parchís o esperar hasta mañana, van fortaleciendo su carácter y les van preparando para la vida. Para ayudarles a superarlas las tenemos que superar también nosotros, es decir, ni hemos de sucumbir al exceso de condescendencia, que lleva a quitarles todos los obstáculos, ni a la excesiva rigidez de no echarles siquiera una mano. Debemos estar a su lado, acompañarlos en cada pequeña o gran frustración que tengan que superar, pues tanto una ausencia casi absoluta de obstáculos como la imposibilidad de superarlos generan actitudes negativas: la primera, una falsa impresión de que todo es fácil; la segunda, una fuerte sensación de impotencia. En ambos casos se sucumbe a la frustración.

- Podemos empezar por enseñarles desde pequeños a distinguir entre lo que me apetece y lo que me conviene. Se pueden poner ejemplos como el de la inyección de penicilina: duele, pero cura.
- Pocas cosas se consiguen sin esfuerzo. Por eso, debemos esforzarnos para que nuestros hijos no caigan en la pereza, que como un pesado sopor adormece la voluntad, sino conseguir que sean laboriosos y tenaces. De esa manera, les ayudaremos a afrontar los muchos obstáculos que les deparará la vida, a ser

resilientes, es decir, capaces de resistir y superar las frustraciones.

- Poniéndoles las cosas un poco difíciles les estamos haciendo más fácil el camino. No se puede curar la pereza sin administrar algunas medicinas amargas. Incluso la ley del mínimo esfuerzo exige un esfuerzo, por mínimo que sea.
- Lo mejor que podemos hacer para que nuestros hijos sean resistentes a la frustración es decirles “no”. Se trata de no ceder sistemáticamente a sus caprichos o a cosas que no son necesarias. Las razones que dan los padres incapaces de decir “no” a sus hijos en modo alguno son educativas, sino que obedecen más a la propia comodidad de no tener que enfrentarse a las consecuencias inmediatas de una decepción, como pueden ser llorar, una rabieta o un enfado.

En cierta ocasión, en una sesión de padres, hicimos pronunciar a todos y cada uno de los presentes la palabra “no” para demostrarles que eran capaces de hacerlo. No sabemos si después lo practicaron en casa. Decir “no” a los caprichos o exigencias de nuestros hijos es una forma de ayudarles, desde pequeños, a enfrentarse a la frustración y a fortalecer su carácter. Algunos padres parece que no saben pronunciar ese monosílabo, que les da miedo, pero resulta decisivo porque, de forma controlada, les estamos preparando para los noes que les dará la vida.

Negarle una chuchería a nuestro hijo, negarle un juguete, negarle una hora de conexión, negarle una salida... no significa que le queramos menos, sino que le queremos educar mejor.

Aplazar la recompensa

Si no intervenimos de alguna manera, nuestros hijos se acostumbrarán a satisfacer sus deseos de manera casi inmediata, de hecho, a eso invita la sociedad: a tener ya lo que uno desea. Esa inercia que se ha instalado a nuestro alrededor nos obliga a tomar medidas para que nuestros hijos no caigan en la blandura, la apatía y el consumismo.

Debemos acostumbrarlos a demorar la satisfacción, a aplazar la recompensa, a no cobrar por anticipado, a saber esperar. Muchas veces los padres nos desvivimos por satisfacer inmediatamente sus necesidades o incluso sus caprichos. Nos esforzamos para que ellos no se tengan que esforzar, cuando debería ser al revés. Por ejemplo, cuando vamos de viaje podemos esperar a hacer una parada para beber agua: si les obligamos a aguantarse la sed durante un tiempo prudencial, no les estamos fastidiando, sino que les estamos haciendo más fuertes.

La forma de conseguir que nuestros hijos no esperen siempre satisfacer sus deseos de forma inmediata, que no lo valoren todo por lo que cuesta, que no tengan que poner precio a su esfuerzo, pasa por enseñarles a aplazar la recompensa. Siquiera para conseguir una satisfacción mayor o más estable necesitan saber esperar. Sin embargo, muchas veces somos nosotros los que tendemos a no dar tiempo a nuestros hijos para que esperen, al contrario, les llenamos de cosas antes de que las

pidan.

En los años 1960, Walter Mischel realizó una experiencia que viene a demostrar la importancia que tiene en educación el aplazamiento de la recompensa.

A un grupo de alumnos de cuatro años se les sometió a la siguiente prueba: la maestra simuló tener que ausentarse durante unos minutos dejando un caramelo para cada niño, pero advirtiéndoles que si aguantaban sin comérselo, ella a su regreso les daría dos.

La experiencia fue seguida por el Dr. Mischel quien observó que mientras algunos niños se comían el caramelo nada más salir la maestra, otros aguantaban más e inventaban estrategias para olvidarse de que allí, a su alcance, había un sabroso dulce.

El Dr. Mischel hizo un estudio longitudinal y, pasados catorce años, comprobó que el ochenta por ciento de los niños que habían sido capaces de aplazar la recompensa mostraban mayor madurez, eran más emprendedores y afrontaban con mayor serenidad las frustraciones de la vida. En cambio, el ochenta por ciento de los niños que no habían sido capaces de aguardar a que volviera la maestra, mostraban dificultades académicas, conflictos disciplinarios y problemas con las drogas.

Casi cincuenta años después, el octogenario Dr. Mischel confiesa a Pamela Druckerman, autora de *Bringing up bébé (Criando a un bebé)*: “la impresión que uno tiene es que el autocontrol se ha hecho cada vez más difícil para los niños”.

Pensamos que comerse el caramelo sin esperar a que vuelva la maestra carece de importancia, porque las consecuencias no son inmediatas. Sin embargo, sus efectos hay que sopesarlos a largo plazo. Del mismo modo que la caries no surge inmediatamente después de consumir dulces, las secuelas de no aplazar nunca la recompensa las vemos generalmente en la adolescencia.

Pero hay una secuela que dura toda la vida: la de acostumbrarnos a hacernos dueños de las cosas sin darnos cuenta de que esas cosas pueden acabar adueñándose de nosotros.

La experiencia del Dr. Mischel pone de manifiesto lo decisivo que resulta educar en la espera. Si les habituamos a tener todo de forma inmediata, estamos forjando una generación del “ya”, ansiosa e insatisfecha. Hemos de conseguir que aplacen la recompensa en pequeños detalles: aguardar al postre, no abrir los regalos hasta que nos toque, esperar a que llegue el cumpleaños, guardar el turno, ahorrar para comprar algo... Podemos también establecer con ellos planes a medio y largo plazo: campamentos, vacaciones, actividades, viajes...

Para aprender a aplazar la recompensa debemos acostumbrarles a cumplir el esfuerzo sin dilación. Por desgracia, solemos hacer al revés: adelantamos todo lo que podemos las gratificaciones y dejamos el esfuerzo para más adelante. Pero si algo tenemos que dejar para mañana son las recompensas.



Se suele decir que “el que la sigue la consigue” para expresar que la fuerza de voluntad no supone dar un gran salto, sino dar pequeños pasos, eso sí, continuados, que hacen que se recorra el camino. Lewis Carroll, el autor de *Alicia en el país de las Maravillas*, decía: “Puedes llegar a cualquier parte siempre que andes lo suficiente”. El uso de una voluntad inteligente llevará a nuestros hijos al país de las maravillas, a un equilibrio personal necesario para conducirse por la vida.

¿Y ahora qué?

Se ha vuelto un holgazán

–En casa no hace nada. Siempre dice que no tiene deberes. No colabora y a todas horas está tumbado oyendo música. Si le mandas algo te contesta: “Ahora voy”, pero no va. Tiene excusas para todo: que si está cansado, que ha estudiado en el cole, que ya lo acabará mañana. Se ha convertido en un vago profesional. Se borró de tenis y la mitad de los días no va a inglés. Antes era muy trabajador y ahora se ha vuelto un holgazán.

Recapacitar

- ¿Por qué en esa familia se consiente que un hijo no haga nada?
- ¿Qué se ha hecho para evitar que se volviera un holgazán? Porque antes no lo era.
- Evidentemente, al niño le falta fuerza de voluntad, ¿no les falta a los padres criterios para mandar?

Y proceder

- Quizá habría que empezar desenchufando su aparato de música. Parece que el hijo no hace nada, pero los padres tampoco.
- Establezcamos un plan de acción en casa para concretar derechos y obligaciones.
- Llevar a cabo un contacto semanal con el tutor para el control de los deberes.
- Convencerle para que vuelva a practicar deporte y retome sus clases de inglés.

Siempre está insatisfecho

–Sin darnos cuenta, nuestro hijo se ha convertido en un consumidor compulsivo. No hace otra cosa que pensar en comprar y comprar. Pide dinero a todas horas y su padre se lo da.

Cada semana estrena algo, tiene de todo y siempre está insatisfecho. En lo que llevamos de curso se ha cambiado dos veces de móvil. Si le niegas algo, se pone como un loco.

Recapacitar

- ¿Por qué este chico necesita comprar tantas cosas? ¿Qué vacío quiere llenar?
- ¿Hay unidad de criterio entre los padres?
- ¿Por qué no resiste a la frustración?

Y proceder

- Dar ejemplo. Valoremos nosotros a las personas por lo que son, no por lo que tienen, y enseñemos a nuestros hijos que las cosas sólo son medios y las personas fines.
- Controlar la entrada en casa de estimuladores del consumo: revistas de teléfonos móviles, de coches, de ordenadores, de videojuegos... y publicidad diversa.
- Hacerle ver que es una víctima más del consumismo y mostrarle los intereses que hay detrás.
- Practicar la generosidad. Una terapia de choque podría ser una visita a un orfanato o a un comedor de beneficencia, también puede ser útil ver un documental sobre el Tercer Mundo.
- Demostrarle que se puede disfrutar de las cosas sencillas. Una buena terapia sería acampar en plena montaña: contemplar las estrellas o un amanecer, respirar aire puro, echar un trago de agua fresca, comer un bocata en pleno campo... son cosas hermosas que no se compran.
- Controlar sus gastos y la paga que le damos. A cierta edad, nuestros hijos tienen una habilidad especial para aglutinar dinero: pagas de los abuelos, tíos, padrinos, extras de Navidad y cumpleaños, venta de juguetes usados... Enseñarle a administrar el dinero.

No pudo esperar

–Se ha quedado sin Play. La había pedido para su cumpleaños y sabía que yo la guardaba en un altillo de mi habitación. Es tan impaciente que no pudo esperar y el día anterior se subió a una silla, sacó la Play de la caja y se le cayó al suelo. Imposible de reparar.

Recapacitar

- ¿Alguien le ha enseñado a este niño a esperar?
- Si se sabe que es un niño impulsivo e impaciente, ¿no habría que evitar que supiera dónde estaba su regalo?

Y proceder

- Evitar situaciones que, como la relatada, puedan generar un conflicto: mejor no decirle que ya le hemos comprado el regalo.
- Proponer actividades en las que haya que esperar: turnos en el juego, esperar comida, tomar la palabra...
- Inventar estrategias para que experimente un aplazamiento de la recompensa, por ejemplo, tener que ahorrar para conseguir algo.
- Aplicar una consecuencia educativa lógica, tan simple como quedarse sin la Play.

Dime cómo castigas y te diré cómo educas

La educación de nuestros hijos no es fruto de grandes actuaciones una vez cada cierto tiempo, sino de un conjunto infinito de minúsculos actos educativos, tan pequeños que parecen insignificantes. No obstante acaban teniendo un significado enorme. Como el agua que gota a gota va horadando la piedra (“gutta cavat lapidem”, decían los clásicos), del mismo modo nuestra persistencia irá modelando su carácter.

Pero así como las gotas tienen que incidir en el mismo punto para conseguir esculpir la piedra, de lo contrario, simplemente la mojan; nuestras acciones educativas deben estar orientadas hacia un mismo objetivo para que logren su fin. Esto sólo se consigue de una forma: planeando la educación de nuestros hijos. Por eso, los padres debemos hablar mucho sobre ellos, sobre cómo son, qué pueden conseguir, qué actuaciones concretas debemos realizar, qué podemos o no exigir...; hemos de tomar muchas decisiones, grandes y pequeñas, hemos de establecer objetivos y estrategias.

Tan importantes son los pequeños detalles que no podemos dejarlos en manos de la improvisación. Debemos planear con detenimiento las decisiones a tomar e ir corrigiendo el rumbo, pero sin dar volantazos y sin cambiar la ruta. Lo peor que podemos hacer es crear en nuestros hijos la sensación de no tener claro a dónde vamos; eso genera incertidumbre porque no saben a qué atenerse. Nosotros somos los únicos responsables.

Es lo que ocurre en situaciones como ésta: un día felicitamos al mayor, de siete años, por haber ayudado a su hermana pequeña a vestirse, pero al día siguiente le echamos la bronca porque le ha puesto los zapatos al revés. Nuestro hijo, por lógica, acaba no sabiendo si tiene que ayudar o no. Probablemente, cuando otra vez le pidamos que vista a su hermana no querrá hacerlo. Entonces, para acabar de hacer mal las cosas, le reprenderemos o, incluso, le castigaremos y le haremos saber que es “un desobediente”. Así, por pura incoherencia, vamos entrando en un círculo perfectamente coherente que, por los mecanismos psicológicos de la motivación profética, nos puede llevar (permítasenos la exageración) a un enfrentamiento continuo con nuestro hijo ya adolescente cada vez que le mandemos hacer algo.

Nuestra propia incoherencia, fruto de no haber planeado bien las cosas, nos hace tomar decisiones precipitadas. En tales circunstancias, el castigo se convierte en un

deus ex machina, en una solución drástica y extraordinaria que viene como caída del cielo para poner las cosas en su sitio. Pero, como no tenemos claro cuál es su sitio, como no hemos establecido líneas educativas ni estrategias concretas, el castigo comienza a convertirse en algo ordinario y a conformar un estilo educativo que nos lleva a castigar demasiado, con demasiada dureza y, por supuesto, mal.

Contar con los premios y castigos

Evidentemente, en nuestra labor educativa tenemos que contar con los premios y los castigos. La cuestión está en cómo hacerlo de manera que no se conviertan en protagonistas de la educación de nuestros hijos. El objetivo ha de ser que contemos con ellos, que sepamos utilizarlos bien, con el fin de que no tengamos que utilizarlos y que lleguen a ser prescindibles en nuestra praxis diaria.

Parece una contradicción, pero no lo es. Se puede y se tiene que llegar a educar sin represalias, sin generar miedo, sin que todo tenga que ser evaluado, premiado o castigado. Nuestros hijos deben aprender que las acciones tienen consecuencias, pero para ello no tenemos que estar todo el día premiando y castigando. En cierto modo, el castigo triunfa cuando fracasa la educación. De hecho, la sociedad sanciona como último recurso (el Código Penal tiene carácter de *ultima ratio*). La policía, como se suele decir, siempre llega tarde: cuando sólo queda aplicar correctivos.

Si nuestro hijo se porta mal, lo más fácil es castigarle. “No sales al parque porque no te has comido la verdura”; “te quedas sin ver los dibujos porque te has peleado con tu hermano”; “no vas al cumpleaños porque has llegado tarde”,... Pero no siempre lo más fácil es lo más beneficioso. El esquema acción-reacción nos simplifica mucho las cosas, pero justamente por su simplicidad resulta peligroso. El “si te portas mal te castigo” suena a amenaza más que a una actitud educativa.

Por desgracia, el castigo suele ser un subterfugio para ocultar nuestra falta de dedicación, de creatividad y de paciencia. Muchas veces sabemos que castigar no va a servir de nada, incluso que nos merecemos nosotros más que ellos un correctivo; sin embargo, nos dejamos llevar por la costumbre y acabamos castigando sin pensarlo demasiado.

Lleva más tiempo explicarle las cosas, pero el resultado es mucho más positivo. Dejar la verdura para merendar resulta más coherente que dejarle sin ir al parque y servirle una merienda a su antojo. Hacerle ver que no tiene que pelearse con su hermano y hacer que colabore con él en alguna tarea familiar parece más razonable que castigarle sin ver sus dibujos preferidos. Hablar con nuestro hijo adolescente y proponerle que esté más tiempo con su familia para compensar su equivocación, tiene más sensatez que prohibirle asistir al cumpleaños de su mejor amigo.

Contar con los premios y los castigos no es utilizarlos a discreción, sino tenerlos presentes, no tanto para usarlos, sino para buscar alternativas al tópico “te quedas

sin” y “no vas a”. Contar con los premios y los castigos significa explicar a nuestros hijos, y hacérselo vivir, que las acciones tienen consecuencias que hay que asumir, que nuestras equivocaciones pueden afectar a los demás y tenemos que saber restituir el daño que hemos podido causar.

Así, un castigo bien aplicado no es otra cosa que la explicitud de las resultas de una acción, es decir, con él hacemos explícito el perjuicio que hemos podido ocasionar y al actor le hacemos consciente de esas consecuencias; no le culpabilizamos a él, sino a su acción concreta.

Un castigo mal aplicado, en cambio, desliga el acto sancionado del acto de la sanción: uno cumple el correctivo y se olvida de lo que ha hecho. “Encima de que me castigan –comentaba un chaval–, ¿voy a pedir perdón?”. En tales condiciones, la acción y la reacción, aunque parezcan muy próximas, se hallan muy lejos una de la otra, de modo que el castigo se convierte en un nuevo acto, muchas veces, desligado totalmente del hecho que quiere corregir, que no consigue crear en la mente del castigado la relación causa-efecto que se pretende.

Se podría decir, y lo intentaremos explicar a lo largo de este libro, que propiamente castiga el que castiga mal; si lo hacemos bien, simplemente estamos educando.

Castigar mucho y mal

La verdad es que, por lo general, castigamos mucho y mal. Es decir, castigamos mucho porque castigamos mal y castigamos mal porque castigamos mucho. O sea, que no acertamos ni en la cantidad ni en la calidad.

Cuando abusamos de las sanciones, por muy pequeñas que sean, lo estamos haciendo mal. “Estoy todo el día castigando” se convierte en un estilo que no lleva a ninguna parte. El día a día se convierte en un juego de pelota agotador. Por lo general, los hijos se vuelven paredes de frontón que van rebotando pelotas: cuanto más fuerte las lanzamos, más lejos rebotan. Y nosotros acabamos restando nuestros propios saques en el fondo de la pista.

“Claro que les castigo, pero no me hacen ni caso, es como si hablara a las paredes”, suele ser una queja de quienes de tanto castigar han convertido a sus hijos en una pared de frontón. En ella no hacen mella los gritos, ni las amenazas, ni el “ya verás cuando llegue tu padre”, ni el “te quedas *sin*”, ni el “basta ya” o el “lo digo por última vez”, porque los hijos saben que lo estamos haciendo mal y que a ese grito aún le faltan decibelios, que las amenazas nunca se cumplen, que papá no va a hacer nada cuando llegue, que el “te quedas *sin*” es muy relativo, que el “ya” y la “última vez” nunca son definitivos.

Nada conseguimos a base de mucho castigar; bueno, sí, que tengamos que seguir castigando más. Si conseguimos algo, por ejemplo, que nos obedezca, no ha sido gracias a nuestra insistencia, nuestros gritos o amenazas, sino simplemente porque “tocaba” o, dicho de manera más contundente, porque a nuestro hijo o a nuestra hija

le ha dado la real gana. Con ese peloteo agotador simplemente estamos consiguiendo que ellos se acostumbren a hacer lo que les apetece y que, además, nos creamos que lo hacen porque se lo hemos mandado.

Podemos, en vez de multiplicar el peloteo, utilizar pelotas más duras. Pero el resultado suele ser el mismo. Un castigo excesivo puede tener una repercusión momentánea, pero a la postre se vuelve contra el castigador. Quedarse sin paga durante un año o sin salir durante tres meses suelen, por lo general, quedarse en agua de borrajas porque sería inhumano hacerlos cumplir.

Castigar poco y bien

Por lo general, quien castiga poco lo suele hacer bien. Porque no ha llegado a convertir el castigo en una rutina, sino en algo excepcional que merece examinarse con detenimiento. El que está acostumbrado a castigar no suele tener medida; no le ocurre lo mismo a quien lo tiene como una rareza en su modo normal de actuar, pues, justamente por ello, mide con delicadeza el correctivo que va a imponer. En este tema no se peca de inexperto; al contrario, la experiencia suele ser causa del endurecimiento de la pena.

Quien continuamente está tomando medidas disciplinarias, generalmente no las toma bien, porque el mismo acto de tomar medidas supone una acción extraordinaria y llevada a cabo con detenimiento, cosa que no hace quien lo tiene por costumbre.

Es decir, que para castigar bien hay que castigar poco. Aquí cantidad y calidad son inversamente proporcionales.

En este tema podemos aplicar la “ley de Fechner”, según la cual “la intensidad de la sensación es proporcional al logaritmo de la intensidad del estímulo”. El psicólogo alemán hablaba de la percepción y quería expresar una realidad que todos podemos comprobar: cuanto mayor es el estímulo, más cantidad de estímulo hay que añadir o quitar para percibir una diferencia de sensación. Si tenemos doscientos gramos en la mano y nos añaden cien, lo notaremos con facilidad; sin embargo, si soportamos diez kilos y nos cargan cien gramos más, será muy difícil que percibamos la diferencia. Cuanto más peso, más peso hay que añadir para notar la diferencia. Podríamos decir que cuanto más castigamos, más tenemos que castigar para conseguir mucho menos de lo que conseguimos sin castigar.

La “ley de Fechner” hace que un niño o un adolescente cargado de castigos se haga inmune a los correctivos a no ser que aumentemos desproporcionadamente el estímulo, es decir, el castigo. Suena frío y deshumanizador, pero es que los métodos conductistas lo son.

La solución pasa por castigar poco y bien. Si conseguimos lo primero es que hemos hecho lo segundo. Significará que hemos logrado integrar en nuestro estilo educativo otros métodos como el diálogo, la motivación, el razonamiento, la autoridad,... arrinconando los castigos y convirtiéndolos en situaciones educativas excepcionales.

Esas situaciones educativas excepcionales no tienen por qué ser agresivas, impositivas ni traumatizantes; al contrario, justamente por ser excepcionales pueden convertirse en ocasiones para evaluar el proceso educativo y rectificar el rumbo (tanto el de los hijos como el nuestro). También, por ser excepcionales, estarán bien pensadas.

Lo que queremos decir es que los castigos han de ser algo parecido a los exámenes. Así cómo no podemos estar todo el día examinando, tampoco podemos pasarnos el día castigando. Si sólo examinamos, ¿cuándo enseñamos? Si sólo castigamos, ¿cuándo educamos?

Hemos de convertir los castigos en consecuencias lógicas de una determinada acción, con el fin de que nuestros hijos entiendan que sus actos repercuten positiva o negativamente en el medio y, sobre todo, en otras personas y en ellos mismos. “Te quedas *sin* postre porque no has hecho los deberes” o “*sin* ver la película porque no te has acabado la verdura”, son cualquier cosa menos consecuencias lógicas del incumplimiento de una obligación. Al no haber relación alguna entre la falta y la sanción, con el fin de que esta última adquiera poder, tiene que amplificarse al máximo: a fuerza de fuerza vence, pero no convence. Lo veremos más adelante.

Hijos responsables

En definitiva, lo que queremos conseguir es que nuestros hijos sean responsables de sus actos. Es decir, que utilicen bien su libertad. De nada nos sirve coaccionarlos a base de correctivos: de esa forma no los hacemos responsables sino que deshacemos su capacidad de responder de sus acciones. Así, tampoco les enseñamos a elegir, porque el castigo, por definición, es un inhibidor de la acción.

Desde pequeños deben aprender que lo que hacen tiene una repercusión y a aceptar las consecuencias. Para ello no es necesario someterlos a la presión de los castigos, sino de explicárselo y de poner pequeñas correcciones con criterio, justicia y proporcionalidad.

Cuando usamos correctamente un castigo lo hacemos con una triple finalidad: para corregir una acción (ese es el significado etimológico de la palabra latina), para encauzar un determinado comportamiento, y para conseguir que nuestros hijos nos obedezcan.

Esto último es decisivo, porque si no conseguimos que hagan lo que les decimos, no podremos educar. Muchas energías se pierden en conseguir que los hijos obedezcan en vez de dedicarlas a su educación. Por supuesto, la obediencia que queremos conseguir no significa sumisión, sino docilidad para dejarse enseñar, para dejarse educar.

La docilidad es una parte de la humildad que nos hace reconocer en otro la capacidad de hacernos crecer de alguna manera, es decir, que reconocemos la autoridad de otro. El niño, por naturaleza, reconoce la autoridad de sus padres y, por

eso, es dócil. Sólo es indócil cuando no percibe, por el motivo que sea, esa fuente de crecimiento, cuando piensa que el otro le quiere mucho pero no le hace crecer, quizá porque no le exige o quizá porque le exige demasiado.

El niño que comienza obedeciendo a sus padres, acaba obedeciéndose a sí mismo, se hace autónomo y responsable. Probablemente lo que ha ocurrido es que hemos puesto la autoridad que nos corresponde como padres al servicio de la educación de nuestros hijos. Así, exigimos, no por nuestra comodidad, sino por su bien: no “recoge los juguetes”, porque así no tengo que recogerlos yo, sino “recoge los juguetes” porque así aprenderás a ser ordenado; no “vuelve a tal hora” porque yo quiero ir a dormir pronto, sino “vuelve a tal hora” porque es mejor para ti, porque a tu edad no es conveniente irse a dormir tan tarde.

Este ritmo lógico de exigencia y obediencia se suele trastocar en la adolescencia. El adolescente ya no admite tan fácilmente los límites e intenta traspasarlos, ya no percibe nuestras órdenes como antes y le cuesta obedecer (es lo que indicamos con la expresión “se rebota”). Como ya hemos dicho, en este momento tenemos que cargar las tintas sobre las razones, hablar y explicar mucho, estar más (aunque generalmente, por desgracia, procuramos estar menos). Aunque parezca una verdad de Perogrullo, en la adolescencia también se puede educar y se debe educar. Si se ha sabido exigir con delicadeza y firmeza, sólo hay que seguir haciéndolo.

¿Y ahora qué?

Como el perro y el gato

–Están todo el día como el perro y el gato. No hacen más que pelearse y meterse el uno con el otro. No sé qué hacer con ellos. A la mínima, hay enfrentamiento, cualquier motivo es suficiente para que salte la chispa: que si me ha mirado así, que yo entro primero al cuarto de baño, que está jugando con mi pelota, que me ha quitado un lápiz, que ha escondido el mando a distancia de la tele,... así todo el día... se insultan, se pegan, se muerden, incluso, se escupen. Me ponen al cien.

Recapacitar

- ¿Quién dijo que la convivencia es fácil?
- ¿Ellos notan que esta situación nos pone nerviosos?
- ¿Qué papel adoptas: árbitro, juez, policía, víctima...?

Y proceder

- Dejar que aprendan a solucionar sus diferencias, siempre observando a distancia para intervenir si hace falta y para hacer reflexionar una vez establecida la calma.
- Ser totalmente imparciales. Debemos procurar no tomar sistemáticamente partido por uno de los hijos, generalmente por el más pequeño. Esta preferencia generaría

mayor violencia.

- No imponer soluciones, sino proponérselas. Son ellos los que tienen que resolver sus diferencias, nosotros podemos enseñarles a hacerlo, por ejemplo, sugiriéndoles pactos y haciendo un seguimiento evitando la intromisión. Si los conflictos se solucionan bien, acaban uniendo más a los hermanos.
- Enseñarles a pedir perdón. Evitamos así que sean niños arrogantes.
- Llevar un control de las peleas, del motivo que las ha generado y las circunstancias en que se han producido. Después, podemos analizar estos datos y sacar conclusiones.
- Hacer que realicen actividades por separado.
- Ojo con los tiempos muertos. Tener bien planificado el horario familiar.

Siempre acabo cediendo

–Le castigué sin salir este fin de semana, pero el viernes se portó tan bien que le levanté el castigo. No sé cómo se las arregla para engatusarme. Siempre acabo cediendo y volviéndome a enfadar.

Recapacitar

- ¿Resulta educativo levantar un castigo?
- Con nuestros cambios de criterio, ¿sabe el hijo a qué atenerse? ¿Cómo afecta a tu autoridad?
- Si sabes que te engatusa, ¿cómo dejas que lo haga?
- ¿De qué nos sirve ceder si acabamos igualmente enfadados?

Y proceder

- Nunca debemos levantar un castigo razonable, de esa manera echamos por tierra toda nuestra autoridad y la posibilidad de corregir su comportamiento. En el caso de que nos hayamos equivocado y hayamos impuesto un castigo injusto o desproporcionado, tampoco debemos levantarlo, sino cambiarlo por una alternativa más justa y proporcionada.
- No podemos ser ni padres blandos ni excesivamente rígidos. Unos por defecto y otros por exceso, no hacen hijos responsables. Hemos de ser exigentes y comprensivos a la vez.
- Una de las armas que utilizan los niños es intentar engatusar a sus padres, una forma de chantaje afectivo en el que no podemos caer. Nos podemos dejar engatusar, pero no caer en la trampa.

Sin todo

–Estoy castigado hasta fin de curso, sin paga, sin móvil, sin salir, sin ordenador, sin todo.

Ahora puedo hacer lo que me dé la gana, ¿qué más me van a quitar?

Recapacitar

- ¿De qué sirve castigar demasiado?
- ¿Se pueden cumplir todos estos castigos?
- ¿Se puede aplicar en este caso la “ley de Fechner”?
- ¿Qué mensaje recibe un hijo si siempre está castigado?

Y proceder

- Vale más castigar poco y bien que mucho y mal: se obtienen mejores resultados.
- Castigando tanto conseguiremos, con suerte, que nuestro hijo no haga cosas incorrectas o inconvenientes, pero de ninguna manera logramos que haga cosas correctas o convenientes. El castigo disuade, no estimula.
- Con tanto castigar, lo que le estamos transmitiendo es que en cierto modo nos defrauda, nos decepciona o no está al nivel que esperamos de él. Ese es el mensaje que puede captar un niño excesivamente castigado.

Afecto y exigencia

Son las dos columnas sobre las que se sustenta la educación. No podemos educar sin afecto, sin cariño, sin establecer una relación de apego que va desde la simpatía hasta el amor. Pero tampoco podemos hacerlo sin apoyar nuestra labor en la exigencia, la firmeza, la disciplina. Ambos basamentos son imprescindibles tanto en la relación padres e hijos como en la de profesores y alumnos. Sin afecto no se educa, se adiestra; sin disciplina, tampoco: como mucho se malcría.

Un mínimo de afecto, un cierto apego, al nivel que sea, resulta imprescindible en el proceso educativo. Así como no se educa a bofetadas, tampoco se puede educar con frialdad. Es necesario crear una suerte de campo magnético entre el educando y el educador para que el “milagro” se produzca. Nadie puede sacar de otro su mejor tú sin establecer con él una efectiva relación afectiva, al igual que un escultor no puede esculpir la piedra sin tocarla, sin acariciarla con los dedos como si quisiera ver con el tacto las formas que van surgiendo de su interior.

Pero el escultor necesita disciplinar el material, herirle con el estilete y limar las asperezas. Del mismo modo, padres y educadores tenemos que exigir, poner disciplina y establecer límites. Disciplinar se usa como sinónimo de castigar, de hecho, el concepto nos trae reminiscencias de tiempos pasados en que la disciplina se ejercía o se padecía de forma negativa; sin embargo, para nosotros, no es lo mismo. Procede del verbo latino *disco*, que significa aprender, y del adjetivo *plenus*, lleno; por lo que, con permiso de la etimología, disciplinar o disciplinarse sería llenar o llenarse de conocimientos, de aprendizaje.

En su origen, advierte el sociólogo francés Edgar Morin, la palabra “disciplina” nombraba un pequeño látigo para autoflagelarse que permitía la autocrítica, y en su sentido degradado se convirtió en un medio para flagelar a aquel que se aventuraba en el dominio de las ideas que el especialista consideraba de su propiedad. Pero la educación no es una disciplina, como puede serlo la biología molecular o la física cuántica, sino el proceso de ayudar a crecer a una persona.

Un ejemplo de disciplina en educación sería algo tan simple como establecer lo que el doctor T. Berry Brazelton, un reconocido pediatra estadounidense, llama una “rutina consistente”. No se trata de algo violento, ni mucho menos (al contrario, las rutinas se han de planear con mucho cariño), pero que exige rigor y firmeza por nuestra parte y que favorece que nuestro bebé coma o duerma mejor, que nuestros

pequeños sean ordenados o que nuestra hija adolescente aproveche bien el tiempo. Por supuesto, todo ello redundará en el crecimiento personal.

Una rutina es un proceso ritualizado que favorece el afianzamiento de ciertos comportamientos. Como proceso tiene un acto inicial que desencadena los posteriores y un acto final, que es el objetivo a conseguir. Así, la rutina de la hora de dormir de nuestro bebé se inicia con un baño siempre a la misma hora, al que le sigue la cena, una actividad relajante preparatoria al sueño (nunca ver la tele o jugar a algo que le estimule), un beso de “buenas noches” a los miembros de la familia, llevarlo a la habitación, ponerlo en la cuna con algún peluche que identifique con la hora de dormir, desearle felices sueños, apagarle la luz y salir de la habitación. Con el paso del tiempo, habrá que ir adecuando la rutina a la edad (diferente horario, ducha en vez de baño, cuento, se ponen el pijama, van solos a la cama...) pero el hábito ya se habrá adquirido.

Se pueden generar muchos procesos rutinarios: levantarse, comer, jugar, higiene personal, hacer los deberes, salir de casa, encargos... que, como una “fuerza suave”, hacen que nuestros hijos sean disciplinados.

El mismo doctor Brazelton considera la disciplina como enseñanza, no como castigo, y dice que su objetivo es que el niño adquiera conciencia de los límites. El doctor Brazelton, como todos los padres, sabe que sin límites no se puede crecer, como no se puede llegar al destino sin seguir una ruta determinada. Porque poner límites no es limitar, no significa colocar un techo, sino al contrario, hacer que ese techo esté lo más alto posible. Cuanto más firmes sean los cimientos y más robustos los pilares y las vigas (el afecto y la exigencia), más arriba podrá colocarse el tejado y más alto será el edificio.

Quien bien te quiere

Quien bien te quiere... no te hará sufrir, como dice el refrán, sino que te exigirá, te pondrá límites, intentará sacar de ti lo mejor. Por lo menos, eso es lo que pasa en la relación de los padres con los hijos. El rigor educativo no está reñido con el amor, sino al contrario, van unidos: ser exigentes, decir “no”, establecer normas y límites y hacerlos cumplir, son implicaciones directas del acto de amor materno y paterno.

Aunque parezca lo contrario, la falta de exigencia produce en los hijos una sensación de desamor: “Mis padres no me quieren lo suficiente para exigirme”. Recordamos el caso de un adolescente que se quejaba a un amigo de que sus padres no le dejaban salir cuando le apetecía mientras que a su compañero le permitían llegar a la hora que le diese la gana. El amigo le respondió con sensatez: “Ojalá yo tuviera unos padres como los tuyos, que se preocuparan por mí y no me dejaran salir tanto, por lo menos así sabría que les importo algo”. Son palabras duras de un chico de quince años que no se siente amado, porque nadie le exige, porque nadie se preocupa de su crecimiento.

La exigencia conjugada con el afecto produce ese crecimiento personal del que somos responsables los padres. Si nos quedamos en la frialdad del infinitivo: exigir por exigir, sin conjugarlo con las formas personales del afecto, tenemos los padres autoritarios, de los que hemos hablado al principio. El *autoritarismo* resulta de combinar frialdad afectiva con exceso de límites. Si a la insensibilidad se le añade la falta de disciplina, tenemos los padres que hemos dado en llamar *desertores*. Cuando el afecto gana la partida a fuerza de perder en exigencia, nos hallamos ante el estilo *proteccionista y/o permisivo*. Por último, los *padres educadores* son los que armonizan el amor y la exigencia, el cariño y los límites, la ternura y la disciplina.

Esta perfecta conjunción da como resultado el cuidado (lo que los griegos llamaban *epimeleia*). La máxima expresión del amor a los hijos es ese cuidado maternal que convierte el apego en la forma adecuada de hacerlos crecer. El cuidado implica atención a las necesidades del otro, pero también, protección y corrección. El que cuida, limita y anima, calma y estimula. Sentirse cuidado significa saberse atendido y protegido, pero también sentir que te corrigen si te equivocas, que te ponen limitaciones a lo que no te conviene (como el médico que no te deja comer todo lo que te apetece), que te animan y estimulan.

Para el amor auténtico en ningún caso se cumple la sentencia popular de que “quien bien te quiere, te hará sufrir”, sino esta otra: “quien bien te quiere, te querrá bien”. Lo que ocurre es que el “buen amor” precisa de esa disciplina que lo convierte en “amor bueno”. Por mucho que queramos a alguien, si no le queremos bien, no le queremos lo suficiente. Obligarle a nuestro hijo de cinco años a devolver el juguete que le ha quitado a un amiguito no es hacerle sufrir, aunque a él no le apetece lo más mínimo deshacerse del “nuevo” juguete y llore como si le arrancáramos su tesoro más valioso, sino saber quererle bien: no le estamos haciendo ningún daño, al contrario, le estamos educando, le estamos permitiendo crecer.

Quien bien te quiere, te querrá bien, querrá tu bien. Como cuando decimos “no” al caprichoso helado, a dejar los deberes sin terminar, a la moto que nos pide con machacona insistencia, a salir a determinados sitios, etc. En esos casos los estamos queriendo mucho más que si nos dejáramos llevar por un exceso de cariño, que, por una profusión de sentimentalismo, puede convertirse en un defecto del amor.

Saber decir “no”

Don Quijote afirmaba que los hijos son “pedazos de las entrañas de sus padres”. Y no le faltaba razón. La verdad es que los hijos lo son todo para sus padres: darían la vida por ellos. La naturaleza, que es sabia, prescribe que el amor filial es el más fuerte, el más duradero y el único que no requiere reciprocidad. Y el Evangelio, que encierra grandes verdades, nos recuerda que ningún padre daría a sus hijos una piedra si le pidieran pan, ni una serpiente si le pidieran pescado, sino que intenta siempre darles cosas buenas. ¡Tan poderoso es el instinto de protección de la prole!

Pero a veces los sobreprotegemos, los encerramos en una urna de cristal y no les dejamos crecer.

Queremos, por supuesto, lo mejor para nuestros hijos, y quizá aquí esté el error. No se trata tanto de querer lo mejor, sino su bien. Se dice que lo mejor es enemigo de lo bueno y en este caso se suele cumplir, porque “lo mejor” acostumbra a ser lo mejor para los padres, no para los hijos. Comprarle una chuchería a un niño que monta una rabieta en plena calle puede ser “lo mejor” para evitar problemas, pero no es bueno para su educación.

El camino fácil no es siempre el mejor camino. Lo fácil es, por ejemplo, hacerles la cama: ganamos tiempo y no tenemos que enseñarles a hacerla ni pelearnos con ellos, pero a la larga estaremos convirtiendo a nuestros hijos en unos comodones. Y es que resulta mucho más complicado y pesado conseguir que sean personas laboriosas.

En la relación con nuestros hijos, ponemos demasiado corazón y poca cabeza, es decir, a veces, no les sabemos querer. Cargamos el amor de excesivo sentimentalismo y lo convertimos en cariño. Y ese cariño desbordado hace ciego al amor. Algunos hijos se convierten en “víctimas” de ese amor ciego de sus padres: comienzan aprovechándose de sus privilegios y acaban reclamando más exigencia y menos proteccionismo, como el caso que hemos comentado.

Saber querer a los hijos significa aceptar que tienen que pasar por malos tragos y que sólo así aprenderán a superarlos. Por supuesto que no queremos verles sufrir. Lo que tenemos que preguntarnos es cuál de los dos términos realmente nos preocupa, si que sufran o el hecho de verles sufrir. Pero no se trata ni de una cosa ni de la otra, sino de permitir, favorecer y acompañar su crecimiento personal.

Actitudes que denotan falta de exigencia	Para cambiar de actitud, pensemos que...
“Aún es pequeño para entenderlo.”	Los niños y los bebés lo entienden todo. A partir de los 3 años son capaces de asumir normas.
“Con el poco tiempo que estoy con ella...”	Ese tiempo tienes que aprovecharlo para educarla.
“No puedo oírle llorar.”	Te estás dejando chantajear.
“Es la última vez que se lo consiento.”	Los ultimátums nunca se cumplen.
“Total... por 1 euro.”	Ceder a un capricho te puede salir muy caro.
“A partir del lunes voy a poner orden.”	No dejes para mañana...
“Sólo se lo consiento cuando hay visitas.”	No se trata de guardar las formas, más importante es educar.
“Saca tan buenas notas que lo demás se lo permito.”	Un hijo es mucho más que un boletín de notas; a ver si va a suspender en otras “asignaturas”.
“No quiero ser la mala de la película.”	El que exige no es el malo de la película, sino el director.

Para conseguirlo habrá que decir muchas veces que “no” o quizá no tantas. Todo depende de cómo, cuándo y con qué convicción se diga. Se puede estar todo el día diciendo que “no”, decirlo cien veces, pero acabar cediendo y, así, convertir cien “noes” en un “sí” por derribo. Tengamos en cuenta que, en algunas lenguas, la doble negación se convierte en afirmación.

“No” es “no”

Saber decir “no” implica decirlo con convencimiento (de lo contrario a nadie convence), con la voz y los actos, con la palabra y las obras. A la hora de decir “no” a nuestros hijos podríamos seguir estas recomendaciones:

- **Hacerlo con voz clara.** Que se entienda que es una negación rotunda, que no dé lugar a ambigüedades. Los niños y los adolescentes, y también los bebés, notan perfectamente en el tono o el timbre de nuestra voz si se trata de una negativa terminante o con una fecha de caducidad proporcional a su insistencia. La verdad es que hay “noes” que parecen “síes”. Un “no” entre dientes acaba generalmente convirtiéndose en un “sí”.
- **Mirándole a los ojos** y poniéndonos a su altura. Debemos asegurarnos de que nuestro hijo entiende lo que le estamos diciendo. El secreto de la comunicación no radica solamente en hablar alto y claro, sino en que el receptor entienda lo que el emisor le quiere decir. Cuando damos una orden resulta más efectivo hacer que el niño la repita, de esa forma sabemos que la ha entendido y le es más fácil interiorizarla.
- **Con seriedad**, pero no enfadados. Porque es más lo que se gana con esa negativa que lo que se frustra. Nos oponemos al deseo inconveniente, al capricho injustificado, a la solicitud impertinente, porque queremos sacar un bien mayor.
- **Siempre con serenidad.** No decimos “no” porque estamos enfadados, sino porque conviene. Sin negamos enfadados, probablemente acabemos asintiendo también enfadados. El enfado, el nerviosismo, el resentimiento, el despecho no son los estados afectivos adecuados para educar, mientras que la serenidad, el sosiego, la calma ponen paz donde hay conflictos, sensatez donde hay desasosiego.
- **Con convencimiento.** Debemos estar nosotros convencidos de que nuestra negativa es buena para ellos, pero también hemos de convencer a nuestros hijos. Para ello, a todo “no” le debe seguir una pequeña explicación: “ahora no toca”, “no te conviene”, “mejor no”, “sabes que la respuesta es no”... No se trata de justificar una negativa, sino de convencerles de que nosotros estamos convencidos.
- **Unidad de los educadores.** Principalmente del padre y de la madre, pero también de todos los que intervengan en su educación: abuelos, familiares, cuidadores... No vale un “no” de mamá y un “sí” de papá. Con una contradicción de ese tipo se

pueden desvanecer en un instante todos los esfuerzos. Se ha de tener en cuenta que los niños son muy listos y juegan a buscar estas discordancias, de las cuales saben aprovecharse a la perfección.

- **Firmeza.** Es decisivo mantenernos firmes en nuestras decisiones. Que un “no” sea un “no”. La firmeza es lo que da continuidad a las decisiones. De hecho, es muy fácil decir “no”, lo difícil es mantenerlo. Si nuestros hijos saben que el “no” va a ser “que no” lo asumirán con mayor rapidez y facilidad. Nuestra inconstancia genera inconsistencia. Hay padres que repiten como una cantinela el tan usado “¡Vale ya!”, lo que llamamos “el ‘ya’ que nada vale”.
- No dilatar la respuesta. No se trata de tener el “no” en la boca, sino de usarlo con **prontitud** cuando corresponde. Para ello, hemos de tener unos criterios muy claros, y en su debida medida compartirlos con los hijos según su edad. También adecuándonos a la edad podremos diferir la respuesta. Con un adolescente que pide salir el fin de semana se puede demorar el permiso y decirle: “lo hablaré con tu padre”; con un niño que quiere seguir en el parque cuando es la hora de irse habrá que ser más expeditivo.
- **Ignorar su insistencia.** Tiene que ver con la firmeza y la paciencia. Para educar hace falta mucha paciencia. Tanto el bebé, como el niño o el adolescente saben que si acaban con nuestra paciencia (cuántas veces lo solemos decir), nos dejan inermes. Ante su insistencia opongamos nuestra resistencia, hasta hacerles entender que, no por mucho reiterar algo, se consigue. Esto no significa que mantengamos una pugna continua con nuestros hijos, ni mucho menos, porque si lo hacemos bien, la insistencia se irá desvaneciendo poco a poco. En todo caso, no debemos bajar la guardia.
- Por último, suele resultar muy positivo **desviar la atención** de nuestro hijo tras habernos negado a alguna solicitud que nos parece nociva o impropia para su educación. Por lo general, ante nuestra negativa, como reacción inconsciente, se pueden ofuscar en lo que pretenden, como si eso fuera lo único que existe. La estrategia del despiste consiste en desviar la atención si es pequeño o de no hablar más del asunto o cambiar de tema si es ya un poco mayor. El “no”, por su propia naturaleza, pone cierre a un asunto y lo tenemos que dejar cerrado.

El “no” no está reñido con el cariño, ni mucho menos, al contrario, utilizado correctamente, representa la perfecta conjunción entre el afecto y la exigencia.

¿Y ahora qué?

No quiero que haya mal rollo

–Me dirás que soy mal padre, pero no soy capaz de decirle que “no” a mi hija. Me pida lo que me pida se lo doy. Ya se lo negarán fuera, para eso soy su padre. Además, para el poco rato que puedo estar con ella no quiero que haya mal rollo. ¿Qué va a pensar de mí

si no le doy todo lo que puedo?

Recapacitar

- ¿Decir “no” a un hijo es ser mal padre?
- ¿Cuál es el objetivo: que no haya “mal rollo” o la educación de nuestros hijos?
- ¿Qué va a pensar de ti si sólo le das y nunca le exiges?

Y proceder

- Saber decir “no” es el comienzo de una exigencia afectuosa. Ese “no” no va contra los hijos, sino contra algo que, sin duda, obstaculiza su crecimiento.
- No por dar muchas cosas se da más. A veces los padres tenemos que negar cosas para afirmar actitudes. Vale más que nuestros hijos lleguen a carecer de cosas que no a estar faltos de criterios firmes, de valores, de buenos hábitos.
- Tenemos que preparar a nuestros hijos para lo que les pueda pasar fuera de casa. Con ese fin, no les entrenamos para la vida allanando demasiado el camino. Es bueno que sepan esforzarse, que encaren pequeños obstáculos y se las vean con algunas frustraciones controladas por nosotros.

El número uno

–Yo no me ando con chiquitas. Lo que tiene que hacer es estudiar y estudiar, es su única obligación. Nada de ir a dormir a casa de algún amigo, ver la tele, jugar al ordenador... que dedique el tiempo libre a perfeccionar el inglés o a estudiar violín. Sé que soy muy estricta, pero lo soy por su bien. Me lo agradecerá cuando llegue a ser el número uno.

Recapacitar

- ¿Queremos “números uno” o hijos felices?
- ¿Vale la pena abrumarles de esa manera? ¿Cuál es el riesgo?
- ¿Y que pasa con la parte afectiva, cómo se ve perjudicada?
- ¿Se puede educar, no adiestrar, desde la distancia, la frialdad y el autoritarismo?

Y proceder

- Ese rigorismo genera con suerte hijos obedientes, conformistas, dóciles, sin criterio. Quizá salga un “número uno” o quizá se quede en el camino con un regusto amargo de no haber sido tratado como un hijo, sino como una inversión a largo plazo, no importa quién cobre los beneficios.
- Con toda la buena intención del mundo, algunos padres exigen a sus hijos al máximo, los exprimen totalmente, les quitan la infancia, para que sean grandes deportistas, grandes músicos, artistas, científicos... Algunas veces salen bien las cosas y, gracias al sacrificio de unos y otros, el niño llega a dar el máximo de sí mismo y a ser feliz; pero otras muchas, el intento se queda a medias, los sueños no

se hacen realidad, los proyectos se truncan. O, por qué no decirlo, a veces surge un gran artista, un gran cantante, un gran deportista, pero con una vida desgraciada, tanto que es capaz de denunciar a sus propios padres, como ha ocurrido con las tenistas francesas Mary Pierce y Aravane Rezaï, la australiana Jelena Dokic o la española Arantxa Sánchez Vicario.

- Algunos niños excesivamente “apretados” por sus padres obtienen buenos resultados académicos, musicales o deportivos, pero son emocionalmente inestables y pueden acabar presentando desajustes psicológicos.

No puedo con ella

–No puedo con ella. Cuando se cruza no hay quien le haga volver en sí. Hemos pasado por la sección de juguetes y se ha empeñado en que le compremos un perrito de goma, y no sabes los que tiene en casa, su habitación parece la perrera municipal. Le he dicho con dulzura que ya tiene muchos perritos y que cuando lleguemos a casa los sacaremos a todos y los pondremos en fila. Ya estaba medio convencida cuando llega su padre con el carro de la compra, se acerca a ella y con una sonrisa de oreja a oreja le entrega el perrito de plástico que había desencadenado aquella rabieta.

Recapacitar

- ¿Es normal que un niño quiera un juguete?
- La rabieta es un medio de expresión infantil, entonces, ¿por qué nos sorprende?
- ¿Cuándo una rabieta consigue su objetivo?
- ¿Hay unidad entre el padre y la madre?

Y proceder

- Mantener siempre la serenidad. Si el niño la ha perdido, no podemos perderla también nosotros.
- Ir a una el padre y la madre o las personas que intervengan en su educación. Como en todos los casos, pero quizá en este con más razón, la perfecta coordinación es decisiva.
- Ignorar la situación. Estamos ante un pequeño incendio al que no debemos echar más leña, sino dejar que poco a poco se extinga.
- Intentar cambiar de tema. En vez de incidir en lo que ha provocado la pataleta, hablar de otra cosa con serenidad.
- No preocuparnos por lo que diga la gente.
- En ningún caso, el niño debe obtener mediante una rabieta lo que pretende.

Consecuencias educativas sensatas

Hemos dicho que para educar a nuestros hijos tenemos que contar con los premios y los castigos. Entonces, ¿cómo educar sin castigar? ¿No se trata de una utopía, de un imposible práctico? Pensamos que no. Erradicar el castigo no significa eliminar la disciplina, sino establecer un estilo educativo en el que lo normal sea que no sea normal castigar y, cuando haya que hacerlo, no se impongan castigos sino que se desplieguen “consecuencias educativas sensatas” (CES).

Las CES son consecuencias, es decir, consecuentes con aquella acción o actitud que se quiere corregir. Son educativas, lo que significa que su objetivo no es dejarnos tranquilos o evitar molestias, sino la educación de nuestros hijos. Por último, son sensatas, bien pensadas, fruto de la reflexión y el juicio sereno.

Por supuesto, los castigos sensatos requieren de una intervención y de un control por parte de los padres o educadores, pero propiamente no se imponen, como los castigos, sino que resultan de manera natural o lógica.

En primer lugar, hay que contar con las *consecuencias naturales* si las hubiere, por ejemplo, si nuestro hijo no quiere comer, podemos esperar a que la naturaleza actúe y le entre el apetito, o si está teniendo una rabieta, esperaremos a que se le pase. En ambos casos, al dejar a la naturaleza que obre, evitamos una lucha innecesaria por ver quién impone su voluntad, para ello, lógicamente, necesitamos armarnos de paciencia, ser persistentes y no ceder a los caprichos.

En segundo lugar, debemos contar con las *consecuencias lógicas*, por ejemplo, si nuestra hija no quiere dejar sus juguetes, lo lógico es que las otras niñas no quieran jugar con ella, o si nos trata mal, lo normal es que no le hagamos caso. Una vez más, la paciencia, la persistencia y la entereza las debemos poner nosotros.

Lo que hacen los castigos es interrumpir las consecuencias naturales y lógicas para imponer una “solución” rápida, pero no eficiente. La sensatez nos dirá si conviene cortar por lo sano una determinada acción o intervenir de forma terminante. Una acción que ponga en riesgo la salud o la integridad de nuestros hijos requiere una intervención inmediata. Así, no podemos dejarle sin comer excesivo tiempo (habrá que acudir al pediatra) ni debemos permitir que se haga daño durante una rabieta. Ni que decir tiene que ante cualquier peligro hemos de interponernos en el curso causal de la naturaleza: sería estúpido dejar beber alcohol a un niño de cinco años y esperar las consecuencias naturales.

“Te quedas sin”

A parte de interrumpir las consecuencias naturales y lógicas de las acciones o actitudes a corregir, los castigos tradicionales tienen repercusiones siempre negativas. Si un castigo repercute positivamente es que propiamente no es tal, sino una consecuencia educativa sensata. Así, nos puede funcionar la técnica del *time out*, un tiempo de reflexión que hemos impuesto a nuestro hijo para corregir una determinada actitud, porque no es propiamente un castigo del tipo “fuera de mi vista”, sino una CES.

Los castigos tradicionales se pueden agrupar en estos seis tipos:

- **“Te quedas sin”**. Aquí el objeto del *sin* es indiferente: sin postre, sin salir, sin ir de excursión, sin hacer deporte, sin ver la tele, sin ordenador, sin móvil, sin paga, y un largo etcétera, lo que cuenta es que para corregir una acción dejamos a nuestro hijo *sin* algo bueno (si no lo es no lo tendríamos que haber permitido), le quitamos algo positivo para corregir una actitud negativa.
- **“¡Fuera de mi vista!”**. Quizá lo peor que le podemos decir a un hijo. Que no le queremos ver es decirle que no le queremos. Lo que se pretende es alejar al infractor, poner distancia entre él y nosotros como si fuera un delincuente. En su *Carta al padre*, Franz Kafka recuerda con amargura cómo su padre le sacó de la cama, le llevó a la terraza y allí le dejó un rato solo, lo cual consideró un acto de desprecio y desamor.
- **“Pues ahora haces esto”**. “Como te has portado mal, recoges la cocina”. “Como te has peleado, vas a hacer los deberes”. “Como gritas mucho, te pones a leer toda la tarde”. Ya se ve la incongruencia de todas estas sanciones: a parte de no tener nada que ver el efecto con la causa, estamos tildando de “castigo” a cosas tan positivas como ayudar en las tareas domésticas, hacer los deberes o leer.
- **La “bronca humillante”**. Algunos padres, tras enterarse de que su hijo o su hija ha hecho alguna fechoría o ha sacado una mala calificación, nos han dicho: “No te preocupes, le voy a echar una bronca que se va a enterar”. Por lo general, no se enteran. Sí que se sienten humillados y pasan miedo, pero la reprimenda no suele surtir efecto, si parece lo contrario suele ser por un efecto colateral. Cuando ven que les va a caer una bronca, o comienza a caer, reaccionan sacando una coraza que hace que las palabras reboten, no así la humillación que sienten, de la cual no pueden protegerse de ninguna manera.
- **El castigo físico**. Hablaremos de él más adelante. Ni que decir tiene que no lo podemos admitir en nuestro estilo educativo. Una torta bien dada nunca está bien dada, un cachete a tiempo siempre viene a destiempo, una buena bofetada no puede ser buena. El castigo físico no sólo es inhumano en todas sus formas, sino que denota un fracaso, nuestro fracaso como educadores: la fuerza de la razón ha sido vencida por la razón de la fuerza.
- **El maltrato psicológico**. Indigno de alguien que se llama padre o madre. Si ningún

hijo es merecedor de un bofetón, menos aún merece convertirse en víctima de un suplicio psicológico. Sustituir los castigos por una presión psicológica directa o indirecta, explícita o velada, es el mayor de los castigos. Dejar de hablarle a un hijo, atormentarle con nuestras malas caras, ignorarle, decirle cosas como “no vales para nada”, “no vas a llegar a nada”, “nunca serás una persona de provecho”, y cosas por el estilo, rayan el desequilibrio mental o emocional de quien ejerce de verdugo de una persona que no necesita un enemigo sino alguien que le ayude a crecer. El propio Kafka, en la carta citada explica cómo, cuando él daba su opinión sobre algún asunto, el padre contestaba con un suspiro irónico, un gesto escéptico o una mirada vacía alejada lo más posible del entusiasmo. El joven le escribe a su padre: “Pude observar en ti lo que tienen de oscuro los tiranos, cuya razón la basan en su persona, no en su pensamiento”.

Una disciplina así planteada suena más a venganza por parte de quien castiga que a una acción educativa. Además, no consigue que el castigado obre o sea mejor, sino que intente hacer lo que sea por evitar el correctivo. Este tipo de punición no estimula, sino que retrae, porque no genera confianza sino miedo y, como decía el escritor latino Publio Siro, “nadie ha llegado a la cumbre acompañado del miedo”.

Ante un estilo educativo basado en el castigo y el miedo, no extraña que Kafka viera el mundo dividido en tres partes: “En la primera habitaba yo, el esclavo, bajo unas leyes creadas exclusivamente para mí y a las que, por añadidura, sin saber por qué, nunca alcanzaba a obedecer del todo; luego, en un segundo mundo, alejado infinitamente del mío, vivías tú, ocupado en gobernar, en dar órdenes y enfureciéndote cuando no se cumplían, y por último existía un tercer mundo donde habitaban el resto de la gente, dichosos y libres de órdenes y obediencia”. El padre de Kafka educó a su hijo en el miedo, lo que le impidió llegar a la cumbre de la felicidad, pues llevaba consigo una carga demasiado pesada: el rencor.

Repercusiones negativas del castigo

El caso de Kafka no es el único. Algunos dirán que muchos otros han padecido una educación semejante y no han creado un “universo kafkiano”, que el escritor checo era demasiado sensible y no fue capaz de asumir una disciplina que en aquel momento estaba totalmente normalizada.

Pero no hace falta ir tan lejos para comprobar que cuando un estilo educativo punitivo se instala en una familia, se acaban usando lo que podríamos llamar “castigos kafkianos”. Como una madre que roció con una guindilla la boca de su hijo porque había dicho una mentira, un padre que encerró a su hija en el sótano todo un fin de semana o unos padres que ataron a su hijo con cuerdas a la cama. Son excepciones que hacen saltar la regla por los aires, porque no por ser más suave en las formas se deja de tocar el fondo.

Dejarle a un hijo sin realizar su deporte preferido, echarlo fuera de la mesa donde

está toda la familia, obligarle a hacer algo por no haber hecho algo, cantarle las cuarenta sin siquiera haber oído sus motivos, darle un cachete a bocajarro o ponerle en evidencia ante sus amigos, son sanciones que pueden quedar tan marcadas en la mente de un niño como el escozor de la guindilla, la oscuridad del sótano o las mataduras de las cuerdas.

El castigo tradicional tiene más que ver con la impotencia o prepotencia de los padres –para desdicha de los hijos, ambos extremos se tocan– que con el bien de sus vástagos. En cierto modo, ese tipo de sanciones no son consecuentes con las acciones a corregir, no son educativas y no surgen de la sensatez, sino, antes al contrario, del enfado, la ira, el agotamiento, el no saber qué hacer, la prisa, la desesperación y todos los demás enemigos de la pedagogía. Lo normal es, por tanto, que un castigo tenga, dependiendo de la frecuencia y la duración, repercusiones negativas como éstas:

- **Inseguridad** y problemas de autoestima. Un hijo severa o frecuentemente castigado recibe el mensaje de que no es capaz de comportarse bien y que no está al nivel esperado por sus padres, lo cual hace que baje su autoestima y se sienta inseguro.
- **Rabia** y sensación de **frustración**. Juntamente con el castigo, el niño recibe un mensaje de fracaso, lo cual le produce no sólo rabia contra el castigador sino también una sensación de frustración. Piensa: “Soy un niño malo”, “Nunca seré capaz de hacerlo”, “Soy un desastre”,...
- **Odio** hacia la persona que impone el castigo. Nuestro hijo no interpreta el castigo como un acto de amor, sino todo lo contrario. Por eso, es normal que se despierte en él un sentimiento de odio hacia el castigador que, por lo general, se desvanece enseguida, pero que, si persisten los castigos, los sentimientos pueden llegar a confundirse.
- **Falsa mejora**. Justamente por incidir en la conducta, los castigos no hacen cambiar la conducta. Muchas veces son parches que vamos poniendo, pero que no son capaces de modificar la actitud, de donde surge el comportamiento. A menudo se arregla una conducta y se empeora otra, por ejemplo, conseguimos que no se peleee con su hermana, pero se vuelve más mentiroso. En ocasiones, la mejora es sólo aparente: de cara a los padres actúa bien, pero cuando ellos no están la conducta se manifiesta con mayor virulencia.
- Querámoslo o no, la **convivencia familiar queda viciada**, porque hemos optado por un estilo educativo punitivo. En una casa donde se castiga mucho no hay “buen rollo”, no se está a gusto, no hay alegría. “Estoy todo el día castigando” significa que no hay tiempo para otras cosas, para hacer familia, para compartir, hablar, jugar, reírse juntos,...
- Ánimo de **venganza**. El castigado suele querer repetir la conducta punitiva con amigos, hermanos o compañeros. Los niños dicen lo que oyen decir en casa y hacen lo que ven hacer en casa. Si son castigados por costumbre, es fácil que se

acostumbren a hacerlo ellos también, por ejemplo, a pegar a los otros niños de la guardería porque ellos reciben el mismo trato en casa o a insultar a sus compañeros de clase porque a ellos les reprenden de mala manera sus padres.

- **Mentir** para evitar el castigo. Cuando alguien recibe un estímulo negativo, intenta sortearlo la próxima vez. Puede hacerlo evitando la conducta que lo ha provocado o escapando del control de quien aplica la pena. Fijémonos en un detalle: muchas veces se le dice al niño que se ha portado mal: “Que no me entere yo de que lo vuelves a hacer”. El mensaje que está refiriendo es: “haz lo que quieras pero que no me entere”, es decir, “la próxima vez, mínteme”. Así, lejos de activar la responsabilidad, el castigo mal planteado la desactiva.
- **Pérdida de confianza** en los padres y, en general, en el concepto de autoridad. El miedo que genera el castigo genera a su vez desconfianza. La confianza resulta imprescindible en educación; no se puede educar sin un mínimo, o mejor, una buena dosis de esa virtud que, por naturaleza, ven los hijos en sus padres. Perderla supone socavar las pilastras sobre las que se sustenta todo el proceso educativo. Sin ella no hay autoridad que valga porque sólo vale el autoritarismo.
- **Pone freno al diálogo.** Por lo general se sustituye el diálogo por un castigo o, en el mejor de los casos, el diálogo queda viciado por él. Resulta difícil conseguir la receptividad de un hijo al que hemos sometido a un castigo, muchas veces, sin mediar palabra entre la acción punible y el correctivo estipulado. El juez queda tan lejano del infractor que lo normal es que se hable a gritos y, aun así, la escucha no queda asegurada.
- **Enseña lo que no hay que hacer**, pero no lo que se debe hacer. El castigo se agota en el primer movimiento, que consiste en echar el alto o encender la luz roja. Con suerte, deja claro que una acción está mal, que una determinada actitud no es positiva, pero nada más. Recriminar a un hijo porque su habitación está desordenada no le ayuda a ordenarla, hay que ensañárselo. Bloquea el impulso, lo cual es el primer paso del acto voluntario, pero también bloquea el resto del proceso: la deliberación, la decisión y la ejecución de lo que sí hay que hacer. La restitución que a veces acompaña al castigo no asegura que se aprenda a obrar bien.

Cambio de estrategia

Las repercusiones negativas de los castigos son suficientes para que nos decidamos a cambiar de estilo educativo. Se puede educar sin castigar si reducimos al máximo las acciones punitivas y las sustituimos por consecuencias educativas sensatas. Los efectos de estas últimas son mucho más positivos:

- Ofrecen una **alternativa real** al mal comportamiento. Si te peleas con tu hermano, le ayudas a hacer los deberes o le enseñas a hacer algo que él no sepa; si has roto un adorno, lo arreglas o colaboras de alguna manera en su reposición; si has

contestado mal a mamá, le escribes una disculpa.

- Diferencian la **persona** de la **conducta**. No eres un camorrista por pelearte con tu hermano, ni un vándalo por haber roto el adorno, ni un malhablado por haber contestado de esa manera; no, tus acciones no han sido las correctas y, por eso, hay que corregirlas... con tu colaboración. “Nos extraña –le podemos decir– ese comportamiento que has tenido, porque tú quieres a tu hermano, eres cuidadoso, siempre tratas bien a tu madre”. “Sabemos que eres así y confiamos en ti”. Una CES es una buena oportunidad para utilizar la motivación profética, de la que ya hemos hablado.
- Permiten **reflexionar** por qué no es bueno ni para él ni para los demás. Una CES no se aplica sin antes explicar por qué conviene hacer tal o cual cosa, en qué sentido la acción a rectificar ha supuesto algo negativo tanto para el que la padece como para el que la ejecuta, y sobre todo, para este último. Una ofensa daña al ofendido, pero, de una manera especial, al ofensor, quien, seguramente de forma inconsciente, está eligiendo una forma de ser que, de forma reflexionada, no elegiría.
- Potencian el **diálogo** e invitan a pensar sobre lo que se ha hecho. No se trata de aprovechar para echar broncas, sermones ni reprimendas, sino para hablar sobre la conducta a rectificar. Muchas de esas acciones las llevan a cabo nuestros hijos por falta de reflexión, algo que no les podemos exigir de buenas a primeras, pero que debemos fomentar mediante el diálogo.
- Invitan a **pactar**. A partir de los 8 años, nuestros hijos pueden participar en plantear una CES a sus “meteduras de pata”. ¿Qué puedes hacer para que tu hermano no se sienta mal por haberle pegado? ¿Cómo puedes colaborar para restituir el adorno que rompiste? ¿Qué puedes decirle a mamá?
- Transmiten el mensaje de que estamos seguros de la **mejora**. Los hijos no nacen educados, en todo caso, nacen con derecho a la educación. No podemos esperar, por tanto, que nunca se equivoquen, que hagan cosas mal, que su comportamiento no sea siempre correcto. Por eso, prevenir y corregir ha de ser nuestra tarea cotidiana. Cuando aplicamos una CES partimos del convencimiento de que van a mejorar y no lo hacemos tanto para que se den cuenta de lo que han hecho mal, sino para que aprendan a hacerlo bien.
- Van al **fondo de la conducta**. No se trata de poner parches, sino de hacer que nuestros hijos mejoren. El castigo tradicional nace de una concepción conductista, es decir, trata el comportamiento, pero no su origen. Toda conducta surge de una actitud, y toda actitud se nutre de unos valores. Las correcciones del estilo educativo que proponemos inciden en las actitudes y los valores. Ya lo veremos.
- Enseñan a **perdonar**. Algo que no ocurre con los castigos mal aplicados, al contrario, en el estilo punitivo no cabe el perdón porque prima la pena, hace que los infractores se sientan culpables, pero no les da la oportunidad de pedir perdón. “Encima que me castigan, no voy a pedir perdón”, nos decía un chico como si fuese

una conclusión lógica. Un castigo riguroso endurece el corazón, mientras que una CES busca como consecuencia inmediata pedir perdón y perdonar. Así como hemos dicho que se ha de reprobar la acción no a la persona, del mismo modo, se ha de perdonar a la persona aunque se censure la acción.

Las CES son castigos razonables que buscan el bien de los hijos y no enrarecen el ambiente familiar. El abuso de los castigos por parte de los padres puede indicar una falta de aceptación de lo que sus hijos son, de su forma de ser o de sus limitaciones. No en todos los casos, por supuesto, pero se observa con cierta frecuencia que el ánimo punitivo se desencadena cuando no se quiere aceptar que el niño es excesivamente movido o lento en el aprendizaje, que le cuesta hacer las cosas o que es torpe en algún aspecto.

Hay padres a los que les cuesta admitir la realidad de sus hijos, sus carencias o limitaciones, y quieren eliminarlas a base de castigos. “No creo que no sea capaz de conseguirlo”, “Me resisto a pensar que no pueda hacerlo mejor”, “No quiero admitir que le cueste tanto el estudio”, son expresiones de padres y madres que quieren lo mejor para sus hijos, pero que han puesto el listón sin tener en cuenta sus posibilidades reales y quieren a toda costa que lo salten. No se dan cuenta de que todos nacemos con las cartas ya repartidas y que a unos nos han tocado unas y a otros, otras, y con esas cartas tenemos que jugar. Los padres y educadores no podemos cambiar los naipes, sustituir una carta baja por un triunfo, sino enseñar a nuestros hijos o alumnos a sacar el máximo provecho de la mano que les ha tocado, en eso consiste la exigencia.

También se observa un estilo punitivo en familias desbordadas por el trabajo o el estrés, donde la convivencia se ha enrarecido y no se respira un ambiente de felicidad. En tal estado, lo normal es que haya caras largas, se hable menos y se grite más, que haya más conflictos y que se solucionen a golpe de castigo. Oscar Wilde decía que “el medio mejor para hacer buenos a los niños es hacerlos felices”. Tenía razón. Un niño que se siente querido y apreciado, que vive en un ambiente positivo, donde se le exige con cariño, que es feliz, un niño así será más difícil que se porte mal y provocará menos conflictos. Cuando los haya, que los tiene que haber, se solucionarán con mayor facilidad.

El cambio de estrategia que proponemos tiene como objetivo llegar a educar a nuestros hijos sin necesidad de castigar. Porque no toda acción equivocada merece ser penada: se puede corregir un comportamiento sin falta de echar mano del castigo, sino simplemente hablando. Si cada vez que los adultos metemos la pata en nuestras relaciones sociales, laborales o de pareja fuéramos sancionados, estaríamos, como muchos de nuestros hijos, “todo el día castigados”. Las cosas se pueden solucionar de otras maneras, para eso hemos inventado el lenguaje, la comprensión y el perdón. Pero ese cambio de estrategia requiere un poco de sensatez.

Un poco de sensatez

La virtud cardinal de los padres es la sensatez, esa mezcla de sensibilidad y sabiduría que les permite sacar de cada hijo su mejor yo. La sabiduría de la persona sensata es conocimiento templado por la sensibilidad, y la sensibilidad sensata, amor orientado con sabiduría. No se trata de tener muchos conocimientos ni de gastar grandes dosis de sensiblería, sino de saber querer, porque a los hijos no los tenemos que querer con locura, sino con cordura, con sensatez.

La sensatez es una cualidad que encierra una multiplicidad de valores imprescindibles para educar, como son:

- **Solercia.** Es la virtud principal del educador y Aristóteles la consideraba una parte de la prudencia que encuentra lo que conviene de modo rápido. Un padre, una madre, se ven obligados a juzgar muy deprisa sobre muchos aspectos inesperados generados por sus hijos, todos tenemos experiencia de ello, pues bien, gracias a la solercia no se pierde la objetividad sino que se reacciona deprisa y con prudencia a la vez. El filósofo alemán Josef Pieper decía que esta virtud permite captar de una sola ojeada la situación imprevista y tomar al instante la nueva decisión. Es –concluía– la visión sagaz y objetiva frente a lo inesperado.
- **Vigilancia.** Los padres siempre estamos vigilantes. La vigilancia, como un sexto sentido, nos hace adelantarnos a los peligros y ver lo que todavía no ha ocurrido. En el momento en que nos convertimos en padres se despierta ese instinto que teníamos adormecido. Hemos puesto en el mundo un ser indefenso al que hemos de vigilar, al que hemos de acompañar hasta que se sirva por sí mismo, hasta que pueda tomar decisiones, hasta que madure.
- **Resiliencia.** Es una palabra de moda que traduce la inglesa *resilience* y que designa la capacidad de algunos materiales para resistir a la rotura y para recuperar su forma original tras ser sometidos a presión. Es decir, lo que llamamos “tener cintura” o capacidad de encaje, una combinación de resistencia y elasticidad, que hace que los padres podamos soportar lo insoportable y superar lo insuperable.
- **Serenidad.** Muchas veces los padres tenemos que hacer de tripas corazón, pues no podemos perder la calma ante los conflictos que se generan en una familia. La serenidad es una virtud necesaria para atender y educar a nuestros hijos. Más que eso, es un estado al que debemos llegar los padres para afrontar con éxito nuestra labor. En una sociedad estresada, como la nuestra, donde padres e hijos comparten un estilo de vida acelerado y están sometidos a la dictadura de los horarios, el trabajo, los deberes, las actividades extraescolares y un sinfín de cosas que hay que hacer, la serenidad brilla por su ausencia. Sin calma, sin equilibrio, sin sosiego, sin paciencia, sin dulzura –todos ellos acólitos de la serenidad– no hay quien eduque. Por eso es tan importante adoptar un tono sereno en nuestro estilo de educar.

- **Reflexión.** La labor de educar a los hijos necesita muchos momentos de reflexión en voz alta, compartida. No se puede actuar sin pensar, improvisando, dejándonos llevar por el cariño, sino que tenemos que poner razón en el corazón. Padres reflexivos son aquellos que se curvan hacia sí para saltar hacia los demás con mayor ímpetu, para ayudar mejor a sus hijos, para hacerlos crecer.
- **Empatía.** La persona empática sabe meterse en la piel del otro, ponerse sus zapatos. La palabra empatía procede del griego *en-patheia* y significa “sentir en” otro, sentir lo que siente la otra persona. Ser empático es saber conectar con los demás, suavizar nuestra piel para ponernos en la de los otros, no ir deslizándonos por la superficie de las relaciones humanas sino “pensar y sentir la vida interior de otra persona como si fuera la propia”, según la definición del psicoanalista austríaco Heinz Kohut. Una madre, un padre, lo hacen a la perfección, porque sienten “en” sus hijos.
- **Humildad.** La sensatez implica solercia, vigilancia, resiliencia, serenidad y reflexión, pero sin la humildad no se mantendría en pie. Ser padres nos obliga a aceptar muchas cosas, a no ser orgullosos ni prepotentes, porque siempre estamos aprendiendo de nuestros hijos. Solo desde la humildad se adquiere la sensibilidad y la sabiduría necesarias para educar.

Estos ingredientes de la sensatez se han de sazonar con una virtud que no puede faltar en las relaciones humanas. Nos referimos a la **justicia**. Para el buen funcionamiento de una familia es menester que rija la justicia, aunque lo haga de una manera *sui generis*. Para una madre, para un padre, la justicia va más allá de “dar a cada uno lo suyo”, porque está empapada de generosidad. En todo caso, la sensatez impone que a un hijo le correspondan cosas que no le corresponden a otro, que a uno se le haya de exigir, hablar, convencer, tratar... de distinta manera que a otro. Se puede decir, por tanto, que la justicia, para una madre o para un padre, consiste en dar a cada uno todo lo que le conviene, siempre con sensatez.

¿Y ahora qué?

Me refugio en mi habitación

—Lo tengo comprobado: cuanto más tiempo estoy con mis padres, más probabilidades hay de que me caiga una bronca o un castigo, así que intento estar lo menos posible con ellos, lo mínimo e indispensable. También intento no hablar mucho, porque siempre acabamos discutiendo y yo me llevo la peor parte. A la que puedo, me refugio en mi habitación, allí sé que puedo estar tranquilo.

Recapacitar

- ¿Por qué este chico se refugia en su habitación?
- ¿Qué consecuencias tiene un estilo que sólo contempla las broncas, los castigos y

las discusiones?

- ¿Este estilo favorece el ambiente familiar y el diálogo?

Y proceder

- Para muchos niños y adolescentes, su habitación se ha convertido en un auténtico refugio donde, conectados a Internet, al teléfono móvil, a la televisión o a los videojuegos, se encaraman contra un ambiente familiar enrarecido. Pero lo peor de todo es que ese microuniverso tecnológico que tienen montado los jóvenes en su habitación está impulsado, en algunos casos, por los propios padres, con el fin de que los hijos no molesten. Se piensa que mientras cada uno va a lo suyo, no hay conflictos, lo cual puede ser cierto, pero también muy poco educativo.
- Estos padres necesitan llevar a cabo un cambio de estrategia. Es evidente que los procedimientos educativos utilizados no dan los resultados deseados. Que nuestro hijo prefiera refugiarse en su habitación antes que estar con nosotros nos tiene que hacer pensar que algo no estamos haciendo bien. No se puede educar si cada cual habita en su trinchera.
- En esta familia falta un requisito indispensable: el diálogo. Sin dialogar es imposible educar. Pero para ello hay que crear un ambiente cálido y alegre en donde, en vez de huir, se quiera estar.
- Algo tan elemental como estar con los hijos se ha convertido hoy en día en una premisa indispensable.

No voy a dirigirle la palabra

–Hasta que mi hijo no me pida perdón, no voy a dirigirle la palabra. Llevamos dos semanas sin hablarnos y no voy a ceder. Que quede bien claro que estoy enfadado. No le voy a pasar ni una más.

Recapacitar

- ¿Un conflicto se puede solucionar sin hablar? ¿No es el diálogo la base de la educación?
- ¿Qué se gana con no ceder?
- ¿Merece algún hijo que se le retire la palabra?

Y proceder

- De ninguna de las maneras podemos dejar de hablar a un hijo: por muy mal que se haya portado no merece semejante desprecio.
- Hay otras formas de solucionar un conflicto. Retirarle la palabra a un hijo no soluciona nada, antes al contrario, levantamos un muro que hace imposible cualquier solución.
- Hemos de tener en cuenta que los conflictos son normales y que debemos

afrontarlos con calma y serenidad. Nos toca a los padres poner un mayor esfuerzo ya que somos los adultos y sus educadores.

Todas de golpe

–Mis padres son muy severos con el tema de las palabrotas. Mi hermano pequeño decía muchas, pero, desde que le dejaron toda una tarde con la boca tapada con cinta adhesiva, ya no dice ni una delante de ellos. Pero, cuando no están, las suelta todas de golpe.

Recapacitar

- ¿Hemos analizado en qué situaciones dice palabrotas y por qué?
- Tapar la boca con cinta adhesiva, ¿no es un castigo demasiado duro y humillante?
- ¿Qué se ha conseguido siendo excesivamente severos?

Y proceder

- Reaccionar con serenidad y sin escandalizarnos ni reírnos. Si el niño ve que nos hace gracia lo que dice o que nos incomoda mucho, tenderá a repetirlo para llamar nuestra atención.
- Comprender que no entiende lo que está diciendo. No podemos inculpar a un niño por lo que dice, como tampoco echar la culpa a sus compañeros de escuela o de juegos, en todo caso debemos revisar nuestra actitud ante esta situación.
- Vigilar los ambientes donde puede aprender esas palabras o expresiones: tele, patio, parques, cuando está con niños mayores, si las decimos nosotros...
- La mejor forma de extinguir una conducta es ignorarla. Le podemos explicar a su nivel que hay palabras sucias que manchan la boca (como el regaliz) y que si persisten se la tendremos que lavar. Lógicamente, una vez que le hemos dicho eso, debemos cumplirlo y si a alguien de la familia se le escapa una palabrota tendrá que hacer lo mismo.
- Acostumbrarle a que si se le escapa una palabra malsonante pida perdón. De esa forma, pasarán de ser muletillas inconscientes a hacerlas conscientes, lo que le ayudará a rechazarlas.
- Llevar un control de las palabrotas que utiliza y en qué circunstancias son más frecuentes. Eso nos permitirá ser objetivos: quizá no sea tan malhablado como nos parece o mucho más de lo que creemos.

Prospecto

Los castigos han sido tradicionalmente considerados como medicinas para restablecer una conducta inadecuada, díscola o incorrecta. Así como para restablecer la salud de un cuerpo enfermo se le suministra un determinado medicamento, del mismo modo para reorientar el comportamiento de un niño se ha de aplicar el correctivo correspondiente. La pedagogía punitiva busca los castigos indicados en cada caso, los remedios más probados, las dosis más adecuadas, incluso describe las contraindicaciones y los efectos secundarios.

Castigar se ha entendido comúnmente como una acción farmacológica que, en muchos casos, sólo viene a aliviar los síntomas. Ante un determinado comportamiento, se aplica el principio activo que se cree que puede inhibirlo, activarlo o corregirlo: “Te quedas sin”, “¡Fuera de mi vista!”, “Pues ahora haces esto” o cualquiera de los tipos que hemos visto en el capítulo precedente.

Por lo general, en la educación de los hijos no sólo se suele abusar de los remedios punitivos, sino que existe cierta tendencia a una actitud paralela a la que en farmacología se conoce como automedicación. Se van probando diferentes medidas disciplinarias e improvisando distintas estrategias según la situación, teniendo como único referente que alguna vez han dado resultado o por la inadmisible razón de que ya no se sabe qué más hacer.

Los castigos mal planteados, frecuentes o excesivos suelen tener consecuencias semejantes a una incorrecta automedicación: no sólo no curan, sino que pueden tener efectos secundarios nocivos. En casos extremos se puede incluso aplicar aquello de “peor el remedio que la enfermedad”, porque castigar sin ton ni son es justamente lo que convierte a un castigo en castigo.

Ese tipo de correctivos pueden producir en los niños dos extremos: lo que en psicología se llama sensibilización o la correspondiente habituación.

La primera consiste en que el castigo provoca una fuerte reacción en el niño, lo que le puede llevar a temerlo y cambiar de actitud para evitarlo o también a rebotarse y no aceptarlo. El miedo a quedarse sin jugar puede hacer que se porte bien o que se rebele y se des controle, como el niño que estuvo escondido durante un día para evitar un castigo.

La habituación, por el contrario, hace que el acostumb ramiento no le llegue a estimular lo suficiente, con lo que ningún correctivo es capaz ya de hacerle mella.

Son esos niños que “están todo el día castigados”, que han asumido estar sancionados como una forma natural de estar.

Por desgracia, existen muchos niños intoxicados por un exceso de esa medicina punitiva que les aplican sus padres, niños y adolescentes acostumbrados a funcionar gracias a una cierta dosis correctiva. Si falta el principio activo del castigo, se ven incapaces de actuar porque están hechos a obrar motivados por algo extrínseco a ellos mismos.

Las consecuencias educativas sensatas (CES) no son medicamentos que se hayan de suministrar para corregir actitudes o comportamientos, sino, como ya hemos explicado, actuaciones que permiten que nuestros hijos sepan lo que han hecho mal y puedan corregirlo. No obstante, las CES tienen también su manual de uso, su prospecto.

Composición e indicaciones

Las CES están compuestas por pequeñas actuaciones educativas que surgen como consecuencia directa o indirecta de un comportamiento inadecuado. En su composición no entran elementos punitivos como los expuestos en el capítulo anterior, del tipo “te quedas *sin*”, sino acciones u omisiones que se derivan de manera natural o lógica de la conducta a corregir.

Así, por ejemplo, entran en su composición la reflexión en solitario o acompañada, recoger lo que se ha tirado, ordenar los juguetes, colaborar en algún aspecto relacionado con el daño causado, disculparse, pedir perdón...

Los castigos sensatos han de servir para formar el sentido de la responsabilidad, pero para ello nuestros hijos deben conocer las repercusiones que tendrán sus acciones. Si saben que dejar la habitación desordenada le va a acarrear perderse su programa preferido porque la tendrá que ordenar antes de ponerse a ver la tele, será más fácil que lo haga. Educar sin castigar no significa eliminar las normas; antes al contrario, implica tener muy claros los límites y exigir que se cumplan sin tener que llegar a enfados ni a improvisar castigos poco razonables.

Debemos escuchar sus razones antes de aplicar una consecuencia. Eso no significa que tengamos que aceptar cualquier excusa, pero sí escuchar sus motivos. El intervalo que se provoca en ese pequeño diálogo nos permitirá reflexionar y actuar con mayor sensatez. Y quizá el mutuo intercambio de razones sea suficiente para corregir y educar, que es lo que en el fondo se pretende. “Es que yo pensaba que...”, suele ser una evasiva muy utilizada. No obstante, hay que atender a sus razones, justamente para poder modificarlas. Si no se escucha, lo que él o ella pensaba lo seguirá pensando. Algunos padres lo dicen medio en broma medio en serio: “Por si acaso, primero castigo y después escucho las excusas”, huelga decir que esa actitud ni siquiera como broma es aceptable.

Posología

Un castigo sensato debe seguir con **la menor dilación posible** a la acción que se quiere sancionar, siempre proporcionalmente a la edad de nuestro hijo: cuanto más pequeño menos tiempo ha de transcurrir entre la acción a corregir y su consecuencia. A un niño de cinco años no podemos hacerle limpiar lo que ensució ayer, porque para él ese lapsus de tiempo hace que no relacione la acción con la corrección. Tal dilación puede ser efectiva en un adolescente, todo y que habrá que tener en cuenta su madurez y su manera de ser. La percepción que tienen los niños del tiempo no es la misma que la que tenemos los adultos. Si aplicamos nuestros parámetros lo único que lograremos será sembrar el rencor en unos corazones donde tal sentimiento no cabe todavía. Seguramente también estaremos sin querer cultivando un reconcomio de venganza, porque, como se suele decir, “la venganza es un plato que se sirve frío”.

Siempre debemos explicar a nuestros hijos **cómo deberían haber actuado**: qué han hecho mal y cómo tendrían que haberlo hecho. Puede ocurrir que, si no se le explica, no sepa por qué se le corrige. Una niña nos decía: “Sé que he hecho algo mal cuando me castigan, pero no sé el qué”. Se entiende que este tipo de actuaciones no sólo no son efectivas, sino que confunden a quien las padece. No sólo no educan, sino que deseducan, porque soportar un castigo sin saber la razón se convierte en algo irracional.

Hemos de tener como norma general **recriminar o corregir en privado**. Hacerlo delante de otros: hermanos, familiares, amigos... es añadir una dosis de crueldad innecesaria que, además, hace que se atienda más al hecho de quedar en evidencia ante los demás que a corregir la metedura de pata. Deberíamos tomar como principio, no sólo en la familia sino en todos los ámbitos en los que tratamos con personas, elogiar en público y recriminar en privado.

Por supuesto, las CES que apliquemos deben estar **relacionadas con la acción** a premiar o a castigar. Si un hijo rompe un jarrón, el castigo debe ser, por una parte, proporcionado a la acción (jugar a la pelota en casa, por ejemplo) no al valor del jarrón, y, por otra, relacionado con lo que ha hecho, en este caso podría consistir en colaborar con su paga en la compra de otro, aunque sea a modo testimonial. Dejarle sin regalos de Navidad porque no ha estudiado lo suficiente o prometerle una bicicleta si saca buenas notas son correctivos o recompensas que están en un plano diferente a la acción que se quiere reprender o premiar. Una forma más adecuada de plantearlo sería quedarse en casa a hacer los deberes o regalarle un libro electrónico o una película especial por haber sacado buenas notas. Lógicamente, habrá que adecuarse a las circunstancias familiares y las características de cada hijo.

Precauciones

Hemos de tener claro que los castigos sensatos no inciden “contra” las personas sino “en” las conductas. A un niño que se le reprende porque ha mentado no se le puede decir “eres un mentiroso”, y no solamente porque no lo es, sino porque lo que estamos intentando corregir es la mentira. “Tú no eres así, qué raro que te hayas comportado de esta manera, pero eso que has hecho no ha estado bien”, ésta debe ser la actitud con la que aplicamos una consecuencia educativa sensata. No lo hacemos para fastidiarle, sino para educarle.

El objetivo al que debemos tender es a educar sin castigar, de modo que las medidas que tomemos en este sentido no han de ser habituales, sino excepcionales. En ningún caso, les han de privar de cosas positivas, como quedarse sin hacer deporte, sin visitar a los abuelos o sin un campamento de verano.

Una vez hemos decidido aplicar una CES, no debemos echarnos atrás y levantar la sanción. En este sentido, los únicos castigados somos nosotros mismos que debemos controlar que nuestro hijo la cumpla. No tenemos que ser padres ni excesivamente blandos ni excesivamente estrictos, sino implicados hasta las últimas consecuencias con nuestra labor. Hacer cumplir las normas resulta decisivo para poder educar.

Nunca debemos improvisar, sino pensar bien qué conducta queremos corregir y qué consecuencia vamos a emplear. Lo mejor es tenerlas pensadas, pero, en el caso en que nos pille de improviso, hemos de reflexionar antes de actuar. Lógicamente, no podemos dilatar demasiado la decisión, porque entonces no tendría efecto.

La última precaución que deberíamos tener muy en cuenta en todo el proceso educativo es lo que llamamos la “ley de la desproporción”. Tiene mucha más fuerza formativa el elogio que la recriminación. Una persona responde mejor ante las alabanzas que ante las reprimendas. Estas últimas generan una autoestima negativa, mientras que las primeras provocan optimismo. La “ley de la desproporción” adopta la forma matemática de 10:1, deberíamos felicitar a nuestros hijos diez veces por cada una que les reprendemos. Aplicarla requiere un esfuerzo porque la tendencia “normal” es la contraria; sin embargo, sus efectos resultan beneficiosos también 10 a 1.

Contraindicaciones: una torta bien dada nunca está bien dada

Cunde cierta creencia de que un cachete a tiempo, una torta bien dada, soluciona muchos problemas educativos. Lo sentimos: no estamos de acuerdo. Lo venimos diciendo por activa y por pasiva: una torta bien dada nunca está bien dada, un cachete a tiempo sigue siendo un cachete que tiene sus consecuencias a destiempo.

No se puede educar a bofetadas. De hecho, cuando se nos escapa una, sentimos eso mismo: que se nos ha escapado, que se nos han acabado todos los argumentos educativos y hemos tenido que tirar de la fuerza física. “Llega un momento en que no

puedo más y le doy una torta”, nos confiesen muchas madres. Eso demuestra justamente que echamos mano, nunca mejor dicho, de la “oratoria de la zapatilla”, la que usa la mamá de Manolito, el amigo de Mafalda, cuando nos sentimos nerviosos, impotentes, cansados... Y con tales premisas montamos un silogismo para justificar lo injustificable: la conveniencia educativa de la agresión física.

“Un cachete de vez en cuando le viene de maravilla”, suele ser otro argumento incontestable. Pero, ¿a quién le viene bien: a la educación de nuestros hijos o a nuestra propia tranquilidad? Sigamos con más cosas que, aunque no queramos reconocerlo, se dicen, como ésta: “No sé si sirvió para algo la bofetada que le solté, pero me quedé tan a gusto...”. ¿Es posible que esto lo haya dicho un padre? Por desgracia, sí.

No obstante, el argumento más esgrimido es el del “cachete a tiempo”. Generalmente se utiliza en su valor condicional o de advertencia, por lo que se convierte en una falacia. “Si le hubiera dado un cachete a tiempo...”. Nadie puede decir qué hubiera pasado si se hubiera cumplido la prótasis, es decir, la condición. O... quizá sí.

En cierto modo, eso es lo que intentó demostrar un estudio realizado por la American Academy of Pediatrics en 2012. La conclusión del estudio, que manejaba datos obtenidos de 34.000 personas adultas de Estados Unidos, fue que el castigo severo en la infancia (no los maltratos graves), se refería a empujones, golpes, bofetadas... está relacionado con el desarrollo de desórdenes y enfermedades mentales en la edad adulta. Así, la manía y la dependencia de drogas o alcohol aparecen en entre el 2% y el 5% de los que informaron haber sufrido ese tipo de castigos en su infancia. Con el tiempo, los niños y niñas que recibieron un “cachete a tiempo” fueron más propensos (entre el 4% y el 7%) a las paranoias, los comportamientos antisociales, la dependencia emocional o el narcisismo.

No hay un momento mejor que otro para dar un cachete a un hijo. El mejor momento es no darlo nunca. Un cachete a tiempo trae consecuencias en el tiempo: sabemos cuáles son las negativas; las positivas no se han descrito.

La pedagogía no es una ciencia exacta y hay muchos aspectos opinables, lo cual no significa que no deban ser razonados. Los argumentos a favor de “un cachete a tiempo” o “una torta bien dada” los hemos escuchado muchas veces y siempre son polémicos. Hay padres a favor y padres en contra, con todo lujo de matices.

A continuación, vamos a presentar e intentar refutar los argumentos que defienden el cachete. Los más utilizados son estos:

<i>“Agradezco que de niño me dieran un cachete”.</i>	¿No sería mejor agradecer por los cachetes que no nos dieron?
<i>“El recurso a la torta ha de ser algo excepcional”.</i>	La excepción confirma la regla. ¿Qué regla queremos confirmar?

<i>"Con aquella bofetada, aprendió la lección".</i>	Hay otras formas de aprender: escojamos la mejor.
<i>"Es la única forma de cortar una rabieta y de que vuelva en sí".</i>	La mejor manera de extinguir una conducta es ignorarla. El niño quiere llamar nuestra atención y lo consigue.
<i>"Si una buena conducta merece un premio, una mala merece un castigo".</i>	No todas las acciones correctas hay que premiar ni todas las incorrectas castigar. La "pedagogía de la foca", de la que ya hemos hablado, puede funcionar para adiestrar, pero no para educar.
<i>"Un pequeño cachete vale más que mil palabras".</i>	Se cree erróneamente que un niño entiende mejor la "oratoria de la zapatilla" que los argumentos y explicaciones.
<i>"Un azote aplicado sin rabia, con tranquilidad, no puede ser perjudicial".</i>	¿Pica menos un azote sin rabia? ¿Cómo lo interpreta el niño?
<i>"Para que sepas quién manda aquí".</i>	Así no se gana la autoridad, lo único que conseguimos es que nos teman. El Príncipe de Maquiavelo prefería más ser temido que amado, pero los padres no pueden ser maquiavélicos.
<i>"Te pego porque te quiero".</i>	Algo que ni un niño, ni nadie, puede comprender.
<i>"Ante una situación límite, por ejemplo, un pequeño que va a cruzar la carretera".</i>	Sería un caso en el que el fin justifica los medios, como empujar a alguien si le va a arrollar el tren.
<i>"Le pego por su bien".</i>	Por su bien se pueden hacer muchas otras cosas.
<i>"Nadie me dice lo que tengo que hacer".</i>	Nosotros proponemos un estilo educativo, en ningún momento lo imponemos. Son los padres los que deciden.

Algunas personas argumentan que durante siglos se ha utilizado el castigo físico en mayor o menor medida, y la sociedad ha seguido avanzando. ¿Por qué en las últimas décadas lo estamos poniendo en entredicho? Basta responder: para mejorar, para que no ocurra lo que dice Sancho Panza en *El Quijote* apócrifo de Avellaneda:

¿No ve vuestra merced que estos muchachos, si desde chiquitos no se castigan y se amoldan antes de tener ser, se vuelven haraganes y respostones? Es menester, pues, para evitar semejantes inconvenientes, que sepan desde el vientre de su madre que la letra con sangre entra. Que así me crió mi padre a mí; y si algún buen entendimiento tengo, me lo embebió él en el caletre a duros azotes, tanto, que el cura viejo de mi lugar (santa ánima haya su gloria), cuando me topaba por la calle, poniéndome la mano sobre la cabeza, decía a los circunstantes: "Si este niño no muere de los azotes con que le crían, ha de crecer por puntos". (Cap. XXI)

Efectos secundarios: el castigo inútil

Los castigos sensatos, lo que llamamos CES, no tienen efectos secundarios. En todo caso, el efecto es el crecimiento y la madurez de nuestros hijos, como resultado de un estilo educativo que cuenta con los premios y los castigos de forma razonable y

sensata.

En cambio, los castigos tradicionales, frecuentes y mal aplicados, tienen muchos efectos secundarios nocivos, como los que ya hemos enumerado en el capítulo anterior: inseguridad y falta de autoestima, rabia y frustración, sentimientos de odio, falsa mejora, deterioro de la convivencia familiar, ánimo de venganza, mentiras, pérdida de la confianza y del diálogo...

No obstante, hay un efecto secundario que no hemos nombrado, se trata de la inutilidad de muchos de los castigos que se aplican. Obligarle a hacer a un niño algo que no tiene nada que ver con la acción a corregir y que en nada redunde sobre ella, no sólo es superfluo, sino que, justamente por serlo, hace que la persona se sienta humillada.

Es lo que ocurre en esta anécdota:

El profesor mandó abrir los libros por la página 114, pero observó que Manuel no lo hacía. “¿Por qué no sacas el libro y lo abres por la página indicada?”, le dice en tono severo. “Me lo he dejado en casa”, se disculpa con una mezcla de temor y educación de adolescente. El profesor se le queda mirando un momento mientras piensa qué decir. Por fin, se pone en pie y le ordena que haga allí, en medio de la clase, delante de todos, tres flexiones. Manuel, atónito no sabe qué hacer. Tiene los ojos de sus compañeros sobre él. Titubea un momento, está a punto de negarse y enfrentarse temerariamente a la autoridad de su profesor. Pero es lunes por la mañana y no quiere complicarse la semana, así que se estira en el suelo y hace una y dos y tres flexiones. Ligeramente sofocado, más por lo inusitado de la situación que por el esfuerzo físico, y todavía con un brillo de desconcierto en sus ojos, se sienta en su sitio. Entonces el profesor le vuelve a preguntar: “Ahora, Manuel, ¿ya tienes el libro?”. A lo que el alumno, totalmente confundido, responde: “No, no lo tengo”. “¿No?”, el profesor simula sorpresa, y concluye dirigiéndose a todos: “Eso significa que los castigos no sirven para nada”. Y comienza a impartir la clase.

El profesor quiso dar una lección a sus alumnos y utilizó a uno de ellos. Quiso mostrarles que algunos castigos no sirven para nada, que son inútiles. El pobre Manuel, aunque no se quejó, se sintió avergonzado y utilizado, pero, tras el experimento, aceptó las disculpas de su profesor.

Muchos de los castigos son sencillamente inútiles, los imponemos por costumbre, por imponernos; por no saber qué hacer, improvisamos cualquier cosa con tal de atajar la situación. El resultado, como era de esperar, no sólo es nulo, sino contraproducente, porque hemos malgastado un instrumento educativo que pierde toda su fuerza por no ser consecuente, no ser educativo y no estar aplicado con sensatez.

Interacciones y precauciones

Los castigos sensatos son compatibles con el cariño, la alegría, el diálogo, la

exigencia, el buen humor. Es más, todas estas actitudes interactúan con ellos para transformarlos en herramientas educativas eficaces. Proponer a un hijo que ha llegado tarde a comer y nos ha hecho esperar a toda la familia que al día siguiente prepare el desayuno para todos es perfectamente conforme a un trato cariñoso, alegre y dialogante, seguimos siendo exigentes y mantenemos e, incluso, enriquecemos el buen humor.

Sin embargo, los castigos mal planteados se convierten en instrumentos antieducativos nada eficaces, que enfrían el cariño, apagan la alegría, bloquean el diálogo, dramatizan la exigencia y enturbian el buen humor. Hacer copiar cien veces “no diré más palabrotas”, no sólo resulta inútil, sino que merma en mayor o menor medida las relaciones familiares. El niño que se ve obligado a perder el tiempo copiando mecánicamente una frase, no se siente, por lo menos mientras lo hace, querido ni alegre, no hay diálogo posible, piensa que se le exige demasiado y el buen humor se va secando como la tinta en el papel.

Los castigos tradicionales son incompatibles con el estilo educativo que estamos defendiendo. Muchos de ellos contienen algún principio activo desaconsejable o una dosis demasiado elevada de improvisación, dureza o simple incoherencia. Veamos algunos ejemplos de estos tipos de castigos:

- *Desproporcionados*: “Por llegar tarde una hora, no sales en todo el verano”. Se nos ha ido la mano. La acción correctora es consecuente, pero desproporcionada.
- *Incongruentes*: darle un cachete a un niño para enseñarle que no hay que pegar. Cuántas veces hemos visto a un padre o una madre decirle a su hijo: “¡No se pega!”, mientras le atiza en el trasero. El niño no entiende nada porque percibe una gran incongruencia entre lo que se dice y lo que se hace.
- *Imposibles de cumplir*: “No verás más la tele”. En un instante se ha impuesto un castigo que no se va a cumplir, simplemente, porque no se puede. Se ha improvisado, se ha dicho lo primero que nos ha venido a la cabeza y el castigo ha perdido toda su posible validez.
- *Humillantes*: “Durante una semana comerás solo en tu habitación”. Es del tipo “fuera de mi vista”, lo peor que se le puede decir a un hijo. Castigos de esta índole hacen que se sienta excluido de la familia.
- *Peligrosos*: “Te vuelves a casa caminando”. A veces, por falta de reflexión, ponemos a nuestros hijos en un peligro innecesario.
- *Injustos para el resto de la familia*: “Anulamos el fin de semana en la montaña por tu suspenso”. Implicar a todos por la falta de uno no es una consecuencia muy sensata ni, por ende, justa. Lógicamente la unidad familiar no se puede quebrar y, por su propia naturaleza, la familia se resiente del comportamiento de todos sus miembros; no obstante, la justicia ha de poner unos límites para que no paguen, como se suele decir, justos por pecadores.
- *Antieducativos*: “A leer toda la tarde por haberte peleado con tu hermano”. Convertimos una cosa buena, leer, en una pena. Lo único que conseguiremos será

que aborrezca la lectura y que siga peleándose con su hermano.

- *Degradantes*: “Diré a todos tus amigos que te has hecho pipí”. Por favor, no lo digamos. Las palabras se las lleva el viento y no sabemos a dónde pueden ir a parar. Algunos comentarios imprudentes o espetados tras un enfado de algunos padres han perseguido a sus hijos durante años y han sido motivo para insultos, bromas pesadas o acoso escolar.
- *Con alevosía*: algunos castigos contienen el agravante de una mala intención, por ejemplo, buscar la venganza, satisfacer el rencor, provocar angustia o hacerlo de manera interesada. Por desgracia, se dan este tipo de situaciones: se castiga para que “se fastidie por lo que me ha hecho”, para que “no se le olvide”, para que “sufra un poco”, para que “me ordene el garaje”. No hay que decir que si la intención no es buena, hasta un beso puede convertirse en “el beso de Judas”.

En nuestra labor educativa debemos tener la precaución de no caer en estos errores. Un mal castigo o una mala aplicación pueden echar por tierra todo nuestro trabajo. Tenemos que establecer límites, tenemos que ser exigentes, pero si lo hacemos mal, lo que podemos conseguir es que se diluyan los límites y que mengüe la exigencia.

¿Y ahora qué?

No vas de campamentos

–Mi hijo de diez años acaba de llegar de los campamentos de verano. No sabes cómo le cuesta volver a la rutina. No consigo que se ponga a hacer los deberes que le faltan antes de que empiece el curso. Ya le he dicho: el próximo año no vas de campamentos.

Recapacitar

- ¿Se ha tenido en cuenta el ritmo de adaptación del niño?
- ¿Es eficaz un castigo a un año vista?
- ¿Resulta educativo privarle de algo positivo como son unos campamentos?

Y proceder

- Evidentemente, el niño necesita un tiempo de adaptación dependiendo de la edad y del cambio de actividad, si ha durado más o menos, dónde ha tenido lugar, etc. No podemos exigirle a un niño que se adapte a la rutina de buenas a primeras.
- Por supuesto, no podemos aplicar un castigo, por muy razonable que sea, con tanta diferencia de tiempo. La misma dilación hace que pierda todo efecto. Además, probablemente no lo lleguemos a aplicar. Pasado tanto tiempo se nos habrá olvidado hasta a nosotros.
- Una amenaza a tan largo plazo no sirve de nada, sólo para amenazar.
- Tampoco podemos privarle a un hijo de algo bueno, de una actividad enriquecedora, como son unos campamentos, que además hemos elegido para él.

Se quedaron como estatuas

–Mira que nunca les castigo, pero cuando llegué a casa y vi cómo se peleaban, les di una torta bien dada a cada uno y se quedaron como estatuas. Que yo sepa, no han vuelto a pelearse.

Recapacitar

- ¿Puede una torta estar bien dada?
- ¿No es contradictorio “solucionar” una pelea con un acto de violencia?
- Un cachete puede alterar la conducta, pero ¿incide en la actitud?

Y proceder

- Dentro de la convivencia familiar es normal que haya conflictos. Las peleas entre hermanos son fruto de esa misma convivencia y del hecho de compartir un mismo espacio.
- Tras parar la pelea, debemos preguntar qué ha pasado. Nunca podemos actuar sin habernos hecho cargo de la situación conflictiva.
- No ha de ser deseable que nuestros hijos se queden “como estatuas”. Eso significa, en todo caso, que les ha sorprendido nuestra actitud, pero no de manera positiva, sino negativa: estos hermanos no esperaban que su padre o su madre actuaran con violencia.
- Quizá se ha logrado detener la pelea, pero no se ha solucionado el conflicto porque se ha desterrado el diálogo: con las estatuas no se puede hablar.

Si no quieres taza, taza y media

–Mi hija es muy desordenada. No sé qué hacer con ella. A sus 16 años no sabe ni doblar un jersey. Ayer fui a dejar la ropa limpia en su armario y, al verlo tan desordenado, ¿sabes lo que hice? Saqué toda la ropa y la tiré al suelo. Cuando llegó, se enfadó muchísimo, pero se la hice colocar en el armario. Una vez ordenado volví a tirar todo al suelo. Se puso histérica, pero conseguí que volviera a repetir la operación. Si no quieres taza, taza y media, le dije.

Recapacitar

- ¿Se le ha enseñado a doblar un jersey, a ordenar su ropa?
- ¿Tirando la ropa al suelo se es un ejemplo a seguir?
- ¿Qué valor educativo tiene volver a tirar la ropa al suelo?
- ¿Qué se consigue provocando el histerismo?

Y proceder

- Es evidente que la madre, quien debe ser ejemplo de control, se ha descontrolado.

Ni siquiera para asustar o para “echarle teatro” hemos de parecer o estar descontrolados. Como norma: nunca actuar si hemos perdido el control.

- Tampoco se consigue nada haciendo que pierdan el control nuestros hijos. Lograr que se ponga histérica no es nada positivo, al contrario, hay que conseguir que sea consciente de lo que tenía que haber hecho y cómo lo tenía que haber hecho. Para eso hay que hablar con tranquilidad. No permitir una actitud, no pasar una acción incorrecta, exigir no está reñido, como venimos diciendo, con el cariño y el diálogo.
- No se gana nada con tirar la ropa al suelo, mucho mejor es enseñar a recoger y ordenar, al principio con ella hasta que lo vaya haciendo sola. Hemos de hacer un seguimiento continuado para no acabar con un arrebató que no lleva a ninguna parte.
- Utilizar la motivación positiva: felicitarle por haberlo ordenado. Los resultados son infinitamente mejores que volver a tirarlo todo al suelo.
- Nunca debemos humillar a un hijo. Ningún hijo se merece ser humillado y ningún padre está justificado para humillar. La distancia casi infinita que creamos entre ellos y nosotros hace imposible el acto educativo.

La imaginación educadora

En el proceso madurativo de un niño resulta decisivo que sepa obedecer. Llegará a la madurez cuando se obedezca a sí mismo, pero para conseguirlo tendrá que aprender obedeciendo a sus padres. Los niños desobedientes acaban siendo personas caprichosas porque se han acostumbrado a salirse siempre con la suya pero no han sido capaces de vencerse a sí mismos. Todo esto suena a rigor ascético, pero significa, nada más y nada menos, que uno es dueño de sí, que uno toma sus propias decisiones con libertad y responsabilidad.

La madurez tiene que ver con la toma de conciencia de uno mismo, para lo cual hay que llegar a escucharse a sí mismo. Pero para lograrlo, una persona tiene que aprender a escuchar. Escuchar, prestar oídos, se dice en latín *oboedire*, obedecer.

No se puede llegar a la autodisciplina sin pasar por la disciplina, ni a la autoexigencia sin pasar por la exigencia. Deja que tu hijo haga siempre lo que quiera y en el futuro será incapaz de querer lo que le cuesta hacer, justamente aquello que resulta más valioso. Esa excesiva condescendencia por parte de los padres le quita fortaleza, la cualidad que, según Cicerón, nos ayuda a afrontar los peligros y soportar los trabajos.

Así como para fortalecer el cuerpo necesitamos someterlo a diferentes ejercicios físicos, para fortalecer la voluntad, es decir, para llegar a obedecernos a nosotros mismos, nos tenemos que acostumbrar a obedecer.

Ordeno y mando

Con demasiada frecuencia echamos mano de los castigos porque no hemos acertado en la forma de mandar. No damos órdenes claras o, simplemente, no sabemos cómo queremos que actúen nuestros hijos en las diferentes circunstancias. De esa forma, los confundimos más si cabe y conseguimos lo contrario a lo que pretendemos: que no nos obedezcan.

Por otra parte, hay que tener en cuenta que un niño normal desobedece por lo general una de cada tres veces a sus padres. Debemos pues ser comprensivos y no irritarnos por no poder conseguir una obediencia absoluta, ya que esa actitud indócil por parte de los hijos es la expresión natural de su necesidad de autonomía. Hay que tener en cuenta, además, que la proporción aumenta a dos de cada tres si el pequeño tiene algún tipo de trastorno de conducta.

Para que nuestros hijos aprendan a obedecernos, nosotros tenemos que saber mandar, porque no se trata simplemente de dar órdenes, sino de un arte que debe contener estos ingredientes:¹

- *Cariño*. En toda relación con nuestros hijos no podemos prescindir del afecto. La determinación de una orden no tiene por qué estar reñida con el cariño, pues no mandamos porque sí o por capricho, sino por su bien. Debemos conseguir que nuestros hijos cumplan lo que les decimos no por miedo a un castigo, sino porque quieren. Si nos alegramos cuando obedecen, querrán obedecernos para vernos contentos y, cuando se vean obligados a hacer algo, pensarán: “a mamá le gustará”.
- *Claridad*. Es importante que las órdenes que les demos sean pocas y muy claras. Con ese fin, seleccionaremos unas cuantas, las reforzaremos y, cuando ya estén consolidadas, pasaremos a otras. Nunca daremos órdenes vagas o imprecisas, del tipo “ordena la habitación”, “recoge la mesa” o “ven pronto”, sino concretando más: “coloca los juguetes aquí”, “pon los platos en el lavavajillas” o “ven a las siete”.
- *Coherencia*. Hemos de tener en cuenta que mandar supone exigirnos a nosotros mismos. No podemos intentar que nuestros hijos hagan lo que no somos capaces de hacer nosotros.
- *Colaboración*. La obediencia por parte de los hijos es una manera de colaborar en la familia. Si la ven con un modo de colaboración, será para ellos más fácil obedecer. Una forma de motivar es confeccionar un cuadro de control de conducta donde podemos ir anotando sus logros en este aspecto.
- *Conformidad*. Debemos mandar cosas acordes con la edad de cada hijo. No podemos esperar lo mismo de una niña de 5 años que de un chico de 11.
- *Consideración*. Siempre resulta altamente positivo razonar las órdenes al modo que lo puedan entender nuestros hijos. Las cosas no se hacen porque sí, sino por alguna razón conveniente, que hay que explicar adaptándose a la edad. Considerarlo de esa manera ayuda a obedecer.
- *Consistencia*. No debemos repetir las órdenes. La madre o el padre que tiene que repetirlo todo cien veces no suele conseguir que se le obedezca, al contrario, acaba dando gritos y pensando que sólo le hacen caso cuando grita. Ese hijo sabe que cuando le dan una orden le quedan todavía noventa y nueve avisos para ponerse en marcha. Si mandamos a nuestro hijo a la bañera y no nos hace caso, no se le dice una segunda vez, sino que, sin enfados ni malas maneras, se le lleva a la bañera, de esa forma se acostumbrará a que las cosas se dicen una sola vez.
- *Constancia*. La gran aliada de la educación. Si no somos constantes, todo nuestro esfuerzo es en vano. No se trata de hacerlo muy bien de vez en cuando, sino de mantenerse con firmeza cada día.
- *Conveniencia*. Hay que saber encontrar el momento adecuado para mandar. Si lo hacemos, por ejemplo, cuando están jugando con un amigo, será más difícil que

nos hagan caso.

- *Convicción.* Tenemos que estar convencidos de que lo que mandamos es bueno para ellos y hacerlo siempre en positivo, con buena cara, con alegría...
- *Criterio.* Padre y madre deben compartir el mismo criterio, estar de acuerdo y apoyarse mutuamente. Nunca debemos desautorizar al otro ni revocar lo que ha mandado. Si lo hacemos, nuestros hijos se darán cuenta y lo aprovecharán a su conveniencia.

Qué hacer cuando...

Es lo que quieren saber todos los padres: ¿qué hacer cuando mi hijo se porta mal?, ¿cómo actuar?, ¿qué decir?, ¿de qué manera reaccionar? Pero además les interesa que lo que decidan hacer tenga repercusiones educativas positivas, que se corrija el comportamiento incorrecto y se mejore la actitud.

Llegados a este punto, la pregunta que nos queda por responder es cómo aplicar una consecuencia educativa sensata para que no se convierta en un castigo al uso, inconsecuente, antieducativo e insensato.

Teniendo en cuenta todo lo que llevamos dicho, la forma de proceder a la hora de corregir una mala actitud o un comportamiento incorrecto pasa por aplicar la técnica del semáforo, que se reduce a tres actuaciones elementales: parar/pensar/actuar, que se corresponden con los tres colores de un semáforo: rojo/ámbar/verde. Veámoslo:

- **Rojo.** Lo primero que hay que hacer es parar la acción incorrecta. Aquí entra en juego el “no”, el “basta ya”, el “déjalo”... Debemos ser enérgicos y firmes. La situación nos dirá si tenemos que hacer o no uso de la fuerza, no para soltar un cachete, pero sí para detener a un niño que se va a hacer daño, para parar una pelea o inmovilizar a un hijo incontrolado. Que este primer movimiento sea inmediato y enérgico no significa que dure poco, todo depende de las circunstancias. El color rojo sólo pasará a ámbar cuando se haya restablecido la calma, cuando las aguas hayan vuelto a su cauce.
- **Ámbar.** Pasada la tormenta, tanto los padres como los hijos están en condiciones de pensar sobre lo que ha ocurrido. Es el momento del diálogo y la reflexión. Lógicamente analizaremos si el comportamiento de nuestro hijo entra dentro de lo normal; por ejemplo, a los dos años puede que morder a un compañero no tenga tanta importancia, o que a los cuatro sea normal no querer hablar a un familiar. Durante este diálogo preguntaremos por qué ha obrado así, qué le ha llevado a comportarse de esa manera o qué ha querido conseguir con ese comportamiento, de esa forma, nos haremos cargo de los antecedentes, los motivos y las causas (llamar la atención, querer imponerse, búsqueda de venganza, miedo, complejos, inseguridad...). Para facilitarle la toma de conciencia hemos de describir lo más objetivamente posible su acción: “has quitado un juguete a tu hermana”, “la ropa

está fuera de su sitio”, “no has guardado los libros en la mochila”, y cómo debería haber actuado: “si quieres jugar con un juguete que no es tuyo o que lo está utilizando tu hermana, debes pedirselo”, “la ropa se deja aquí”, “cuando acabas los deberes debes meter los libros en la mochila”. Es muy importante ayudarlo a identificar los sentimientos negativos generados por su comportamiento (enfado, rabia, nerviosismo...) y el daño que ha podido hacer a los demás.

- Verde. Ahora toca actuar. Si la acción merece una consecuencia educativa sensata, habrá que proponerla: dejarle uno de sus juguetes a su hermana y/o jugar con ella, recoger la ropa, colocar los libros en la mochila... A partir de los ocho o nueve años, podemos pactar con ellos la CES que nos parezca más adecuada: dedicar la paga a comprar algo que ha roto, escribir una disculpa, colaborar en alguna tarea doméstica, visitar a un familiar... Por supuesto, debemos dejar claro que estamos seguros de que lo cumplirá, que va a ser beneficioso para él y que nosotros le vamos a ayudar a mejorar.

Motivación dialogada

Cuando nuestros hijos son un poco mayores, sobre todo en la adolescencia, las consecuencias educativas sensatas adoptan la estructura de lo que llamamos la *motivación dialogada*. Consiste en corregir una actitud o un comportamiento de una manera cooperativa, implicándonos nosotros en ello, pero haciendo que nuestro hijo sea el auténtico protagonista de la mejora de su conducta.

En principio, la motivación dialogada puede ser aplicada en todos los casos, puede sustituir a un castigo sensato o complementarlo. No es una técnica punitiva, ni mucho menos, sino un proceso para cambiar actitudes, corregir comportamientos o mejorar en cualquier aspecto. Como educadores, la iniciativa la tenemos que tomar los padres para conseguir que nuestros hijos quieran mejorar y, como consecuencia, mejoren. Este proceso consta de cuatro pasos:

- Primero: **crear el ambiente para el diálogo**. Debemos buscar el entorno adecuado para que nos escuche. No conseguimos nada hablando cuando está enfadado, o lo estamos nosotros, cuando tiene prisa o está preocupado por otras cosas. Se trata de propiciar el encuentro. De esta manera, facilitaremos que se implique. Los padres sabemos cuál es el momento adecuado, cuándo está más receptivo. No lo intentemos inmediatamente después de una pelea o de una discusión, de un suspenso o de un desengaño amoroso. Dejémoslo para cuando haya un poco de calma.
- Segundo: **provocar la necesidad de cambio**. Hacerle ver la conveniencia de mejorar su actitud o su comportamiento en una cuestión determinada, dándole razones. No atacemos a varios frentes a la vez, sino uno a uno. Por lo general, cuando se prospera en un aspecto, se prospera en otros o se está mejor dispuesto a prosperar. Si, por ejemplo, observamos que trata de manera incorrecta a sus

hermanos o a algún miembro de la familia, le debemos hacer ver que esa actitud le hace arisco o parecer lo que no es y, además, genera mal ambiente. Por su bien y por el del resto de la familia, necesita cambiar la forma de tratar a los demás.

- Tercero: **convencerle de que es capaz de hacerlo**. No es posible cambiar o mejorar si uno mismo no está convencido de que lo puede lograr. Como padres, debemos buscar la forma de hacerle ver que es capaz de conseguirlo. Muchas veces, un hijo no cambia porque no se ve capaz de hacerlo, porque cree que ese comportamiento es fruto de su manera de ser, que su error es invencible. Sin embargo, nosotros debemos hacerle ver que él o ella no es así: “Tú no te comportabas antes de esta manera”, “tú eres un chico o una chica amable, que quieres a tu familia, aunque no sepas demostrarlo”, “tu forma de ser no merece que actúes de esa forma”... Aquí entra la motivación profética: actúas así, pero no eres así.
- Cuarto: **ayudarle**. Demostrarle en todo momento que cuenta con todo nuestro apoyo y darle pautas concretas: no decir tal cosa, hablar en otro tono, pedir de tal manera, saludar de tal forma, evitar tales temas... Según los casos, podemos buscar ayudas concretas: colaboración de algún miembro de la familia, clases particulares si se trata de mejorar académicamente, información precisa sobre un tema, alguna lectura formativa (un buen libro, una novela o una biografía, le aportan a un adolescente un aprendizaje vicario que puede resultar muy valioso), incluso, si se ve necesario, la ayuda de un profesional: médico, psicólogo, entrenador...

Si este procedimiento no surte efecto a la primera, deberemos esperar un tiempo y volver a intentarlo. La motivación dialogada debe ser una rutina en el proceso educativo de nuestros hijos.

Mucha imaginación

La tarea de educar a nuestros hijos requiere de mucha imaginación. No podemos ser robots que repiten un esquema mecánicamente, porque estamos tratando con personas, que son, cada una de ellas, una novedad radical. A cada hijo hay que exigirle de una manera, hay que hablarle de una forma determinada, hay que quererlo como es y hay que querer que sea lo mejor que él puede ser. La imaginación se adelanta al futuro y nos ayuda a actuar en el presente para estirar de él, para obligar a la realidad a dar el brazo a torcer. Sin ella, no se puede educar.

Nuestros propios hijos nos obligan a exprimir al máximo la imaginación para sacar de la chistera lo que haga falta: ese ejemplo casi inverosímil, ese cuento fabuloso, esa historia tan maravillosa que merecería ser real, esa palabra que obra la magia en el momento oportuno.

Todo es posible con un poco de imaginación: jugar sin juguetes, viajar sin salir de casa, convertir un trozo de tela en un disfraz, improvisar un regalo, transformar un fracaso en una oportunidad. Gracias a ella somos capaces de “sacar de la nada un

mundo”, como decía Gustavo Adolfo Bécquer.

En nuestra casa, la imaginación no se puede ir de vacaciones. A cada paso hay que convertir molinos de viento en gigantes, labradoras en Dulcineas y bacías de barbero en yelmos de Mambrino. Lo hacemos cada vez que convencemos al más débil de que es fuerte, cada vez que a nuestra hija le hacemos sentirse una princesa, cada vez que transformamos lo ordinario en extraordinario.

Educar es un acto creativo, quizá el más creativo que hay. La labor del educador se parece a la de un artista, pero mientras él crea cuadros, poemas, esculturas, sinfonías o edificios, los padres formamos personas. La imaginación creadora de los artistas es para nosotros *imaginación educadora*, pues ella nos sirve para sacar de cada hijo lo mejor de sí mismo, eso que sólo ven los ojos de una madre, de una padre.

Los hijos se encargan de despertar cada día nuestra imaginación y avivar nuestra creatividad. No nos permiten adormecernos, sino que nos obligan a estar de continuo despiertos, inventando nuevas posibilidades, abriendo nuevos caminos, creando un mundo que sólo existe para ese nosotros que somos con nuestros hijos.

Los castigos sensatos que propongamos, a parte de imaginativos, hemos de intentar que sean:

- *Originales*. Una consecuencia educativa original siempre será mejor aceptada: “Si te has peleado con un amigo, le puedes regalar una camiseta personalizada que ponga: ¡Cuenta conmigo!, *Amici*, $1+1=1$, etc.”.
- *Proporcionados*. Es de justicia que las correcciones sean proporcionadas a la acción que se pretende corregir, la desproporción se considera un abuso de autoridad y pierde efecto: “Si has llegado una hora más tarde de lo pactado, la próxima vez te comprometes a regresar una hora antes”.
- *Congruentes*. El castigo sensato debe ser adecuado a la acción: “El dinero que cuestan tus clases de repaso por haber suspendido lo ahorramos si ayudas a pintar la casa”.
- *Sanos*. Conseguir que nuestros hijos hagan cosas buenas nunca es un castigo, pero pueden servir para rectificar una falta: “Has estado conectado a Internet más de lo convenido, por lo que durante cierto tiempo no te conectarás y ese tiempo lo dedicarás a practicar deporte, leer, escuchar música, estar con la familia...”.
- *Compensatorios*. Compensar a alguien por el mal que se le ha infligido es una forma de pedir perdón y restablecer una relación: “Si has reñido con tu hermano pequeño, dedicas un rato a jugar a lo que él quiera”.
- *Educativos*. Lo que hagamos hacer a nuestros hijos debe tener siempre un sentido educativo: “Por haberle contestado mal al abuelo, le acompañas en su paseo y verás cómo disfrutas con su compañía”.
- *Formativos*. Nunca debemos perder de vista que nuestros hijos se están formando y que han de realizar actividades con ese fin: “Te quejas a menudo de la comida;

así que ayudarás a hacer la compra y a cocinar para que valores el esfuerzo que supone prepararla”.

- *Emotivos*. Aprovechemos las CES para remover sus sentimientos y para que se den cuenta de que es mayor el bien que el mal: “Como has tratado mal a tu hermana, escribes diez cosas que te gustan de ella”.
- *Reflexivos*. Del mismo modo, hemos de aprovechar las correcciones para hacer reflexionar a nuestros hijos, para que adquieran conciencia del valor de las cosas y de las personas: “Has gastado todos tus ahorros en un capricho, por lo que vas a ayudar en un comedor social y verás qué es no tener lo necesario”.
- *Pactados*. Dentro de lo posible, hemos de procurar que nuestros hijos asuman la sanción educativa o incluso que la propongan ellos: “Me comprometo a ayudar a papá por haberle hecho enfadar”.

Por supuesto, los castigos sensatos han de ser *realistas*. Nunca hay que mandar o exigir algo que no se pueda cumplir o que no podamos hacer cumplir. La imaginación ensancha la realidad, pero no va contra ella.

¿Y ahora qué?

Ya saben cómo se tienen que comportar

–Se han portado fatal en la comida familiar. Les he castigado sin el cuento de buenas noches. Me suplicaban que les cambiara el castigo. Pero yo me he mantenido firme. Ellos ya saben cómo se tienen que comportar.

Recapacitar

- ¿Qué significa portarse “fatal” en una comida familiar? ¿Se puede exigir el mismo nivel de “buenas formas” a un niño que a un adulto?
- ¿Qué relación tiene el castigo con la conducta a corregir?
- ¿Es positivo mantenerse firme en un error?
- ¿Seguro que “saben cómo se tienen que comportar”? ¿Se les ha explicado?

Y proceder

- Los niños no nacen aprendidos. Por eso, les tenemos que explicar muy bien el comportamiento que esperamos de ellos en una comida familiar, una visita o una excursión. Antes de salir de casa, debemos reforzarlo y recordarles que vamos a tal sitio y vamos a hacer tal y tal cosa y esperamos que ellos actúen de esta o esta forma.
- Mejor que castigarles sin cuento sería contarles uno que les sirva para ejemplificar cómo deberían haberse comportado. Inventemos un cuento en que se saque la conclusión de que un comportamiento correcto hace que todo salga bien. Ese lenguaje de los cuentos les llega mucho mejor que cualquier razonamiento.

- Consecuencia lógica sería, en todo caso, que comieran a parte de los demás. Armados de paciencia, serios, pero tranquilos, les pondremos en otra habitación para que coman separados del resto. Les diremos que esperamos que la próxima vez puedan comer con todos.

Salen de casa gritados

–A primera hora de la mañana, mi casa, con mis tres hijos de 12, 10 y 5 años, parece un aeropuerto en hora punta. Vamos todos de bólido: lavabo, camas, vestirse, desayuno, música, tele, peleas, almuerzo, “ahora voy”, “dónde están las llaves”, “no te dejes la mochila”, “me olvidaba el libro”... Siempre deprisa y a gritos. Salgo de casa histérica y ellos salen ya gritados para todo el día. Llegan al cole enfadados.

Recapacitar

- ¿Nos levantamos con tiempo suficiente para organizar la salida de casa?
- ¿Hay un reparto de tareas preestablecido? ¿Cada uno sabe lo que tiene que hacer?
- ¿Es el mejor momento para oír música o ver la tele?
- ¿Es la mejor manera de comenzar el día salir de casa “histérica” y llegar al cole “enfadados”?

Y proceder

- Preparar por la noche todo aquello que se pueda preparar: ropas, mochilas, bolsa de deporte, material necesario,...
- Levantarse con tiempo suficiente. Cinco minutos más de cama pueden generar el caos.
- Reparto de tareas y responsabilidades. No todo lo tiene que hacer papá o mamá. Cada uno debe saber qué tiene que hacer y en qué momento: lavabo, vestirse, desayunar...
- No poner la tele bajo ningún pretexto. Si sobra tiempo, aprovecharlo para repasar algo del cole.
- Despedirnos siempre con una sonrisa y desearnos buenos días, de esa manera, comenzamos la jornada con una buena dosis de optimismo, que nos ayudará a enfrentarnos con éxito a los avatares del día.

Se siguen portando mal

–No tenemos el mismo criterio. Mi marido es muy duro y yo, muy blanda. Él les castiga por nada, y yo, como me dan pena, les levanto el castigo cuando su padre no está. Los niños se siguen portando mal.

Recapacitar

- ¿Se puede educar sin una unidad de criterio?
- ¿Es educativo que los niños vean que la madre desautoriza al padre?
- ¿Por qué los niños se siguen portando mal?

Y proceder

- Para la educación de nuestros hijos resulta decisiva la unidad de criterio entre los padres o los que intervienen en su formación. Si ven una fisura en nuestras convicciones, por pequeña que sea, intentarán aprovecharla para su beneficio o comodidad.
- Delante de los hijos siempre tenemos que mostrar unidad, para ello, tendremos que haber llegado, mediante el diálogo, a un consenso sobre criterios generales, estrategias y actuaciones concretas.
- No jugar al papi bueno y la mami mala (o al papi malo y la mami buena), sino ejercer de padres que están de acuerdo entre sí y que se complementan.

[1](#) . Véase nuestro libro *Porque te quiero*, pp. 95-96.

Epílogo: Educar sin castigar

El estilo educativo punitivo, que, como ha quedado claro, no compartimos, intenta cambiar la conducta aplicando sanciones conductuales. Pero, justamente por incidir sólo en la conducta, los castigos tradicionales no consiguen cambiarla, a lo sumo logran lavar la cara, pero no penetran en el fondo del comportamiento.

La pedagogía del corregir a base de castigar nace de una concepción conductista, es decir, trata el comportamiento pero no su origen. Pero toda conducta surge de una actitud, y toda actitud se nutre de unos valores, por tanto las correcciones de nuestro estilo educativo han de llegar a estos últimos.

Digámoslo al revés: unos valores generan unas actitudes y esas actitudes unos comportamientos o una conducta determinada. Para un adolescente que valora la justicia su actitud ante un caso de acoso escolar será muy diferente de la de aquel otro que valora más la comodidad. Como consecuencia, se comportarán de manera diferente: el primero denunciará el maltrato mientras que el otro preferirá no complicarse la vida.

Es más fácil que un niño diga la verdad si tiene como valor la veracidad y lo vive en su casa. Podrá mentir en alguna ocasión, es inevitable, pero la corrección por nuestra parte será más sencilla y coherente. Verá con mayor naturalidad que su conducta no se corresponde con aquello que tiene valor para él o con aquello que él quiere que tenga valor.

Digámoslo a la inversa. Nos resultará mucho más difícil corregir a un niño que miente si en nuestra casa no hemos fomentado el valor de la veracidad. En todo caso, estaremos incurriendo en contradicción castigando a nuestro hijo por mentiroso cuando no nos hemos ocupado de que no lo sea. Por desgracia, no es un caso demasiado excepcional. Si ante una llamada telefónica que no nos viene bien atender tenemos por costumbre decir aquello de “dile que no estoy”, estamos, inconscientemente, transmitiendo el contravalor de la veracidad: el disimulo y la hipocresía. Si, después, nos enfadamos con nuestro hijo por habernos mentido y le castigamos, no sólo estaremos contradiciéndonos a nosotros mismos, sino también confundiendo a quien debemos educar.

Educar sin castigar es posible si incidimos desde el principio en los valores y también en las actitudes, esas disposiciones que manifiestan lo que de verdad valoramos. Así como se recomienda enseñar a pescar en vez de dar un pez, de la misma manera es más rentable invertir en valores que gastar energía en corregir comportamientos. Se

suele decir que el que siembra vientos recoge tempestades: sembremos valores positivos, como la laboriosidad, la honradez, la generosidad, la veracidad, la justicia, la responsabilidad, el afán de superación, la amistad..., formemos actitudes que los acojan y tendremos muchos menos temporales que aplacar.

Pero, ¿cómo sembrar valores? Del mismo modo que se siembra el trigo: esparciendo trigo. Para que nuestros hijos sean laboriosos o generosos, lo tenemos que ser nosotros. Nadie da lo que no tiene, y los valores se dan, no se pueden vender ni intercambiar, se contagian, entran en cada uno por transpiración, por imitación. Por eso, resulta crucial el ejemplo. Pero, en este tema, no valen las interpretaciones: una persona egoísta puede, a los ojos de la sociedad, comportarse como si fuera generosa, pero a los ojos de sus hijos su ficción no cuela.

No se trata de ser padres perfectos, nadie lo es, sino de que nuestros hijos perciban que luchamos por serlo. Los valores son ideales a alcanzar, metas que nos proponemos y que nos ayudan a vivir en una tensión continua hacia la felicidad. Para transmitirlos a nuestros hijos debemos hacer tres cosas: explicarlos, expresarlos y experimentarlos.

- Acomodándonos a su edad les tenemos que **explicar** qué es o en qué consiste, por ejemplo, la honradez: “es la integridad en el obrar que se manifiesta cuando cumplimos lo prometido, no engañamos aunque podamos, o mantenemos nuestra palabra”.
- Después, hemos de **expresar** con nuestras obras lo que hemos explicado, es decir, daremos ejemplo de honradez cumpliendo una promesa que les hicimos, devolviendo el cambio en el supermercado si nos han dado de más o acudiendo a aquella cita a la que habíamos dicho que iríamos aunque no nos venga bien.
- Por último, hemos de procurar que nuestros hijos **experimenten** los valores, que sean ellos protagonistas de actos honrosos, como ayudar a papá si se habían comprometido a hacerlo, no quedarse con el juguete que se ha olvidado un niño en el parque o no cambiar de opinión caprichosamente. Y que experimenten la alegría de hacer las cosas bien.

Los valores nos exigen que los realicemos, nos exigen una actitud ante la vida y una conducta acorde con ellos. Si los hemos elegido bien, si hemos sabido explicarlos, expresarlos y hacer que nuestros hijos los experimenten, estaremos formando en ellos una actitud que les permitirá realizar acciones coherentes. Dentro de esta dinámica será posible educar sin castigar.

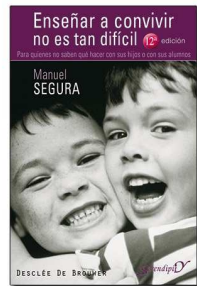
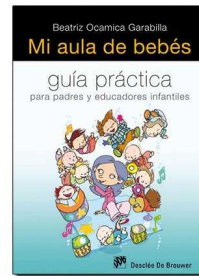
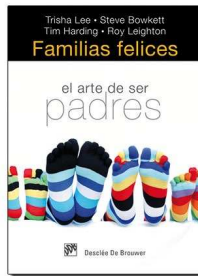
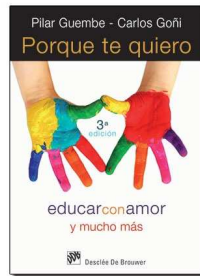
La misión que nos corresponde como padres tiene un alcance inconmensurable. Somos, parafraseando a George Steiner, “cómplices de una posibilidad trascendente”, pues en nuestras manos está lo que serán nuestros hijos, y de cómo los eduquemos dependerá en gran medida qué tipo de personas llegarán a ser.

Acerca de los autores

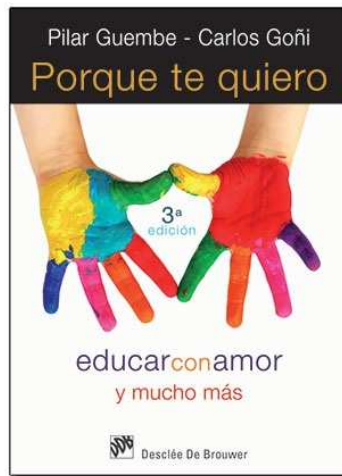


Pilar Guembe y Carlos Goñi (Pamplona, 1963) están casados y son padres de Adrián y Paula. Llevan 25 años dedicados a la enseñanza, durante los cuales han acumulado mucha experiencia tanto en el trato con padres como con alumnos. Pilar es pedagoga y trabaja como profesora y orientadora. Carlos es doctor en filosofía y escritor. Juntos imparten conferencias y asesoran en temas educativos. Escriben artículos en diferentes medios y son autores de *Aprender de los hijos*, dedicado a la maravillosa experiencia de ser padres, "Porque te quiero", sobre la etapa más decisiva en la educación de los hijos (desde los 0 a los 12 años), "No se lo digas a mis padres" y "No me ralles", donde afrontan los conflictos más comunes en la adolescencia.

Otros libros



Adquiera todos nuestros ebooks en
www.ebooks.edescllee.com



Porque te quiero

Educar con amor y mucho más

Pilar Guembe - Carlos Goñi

ISBN: 978-84-330-3572-1

www.ebooks.edesclee.com

Todos los padres quieren a sus hijos, pero **no todos saben quererlos**. Hay que saber administrar el amor: amar con cabeza, que no significa quererlos menos, sino al contrario, supone un plus afectivo por nuestra parte. En esta tarea no se puede ir con tiento sino que hay que derrochar cariño por los cuatro costados, pero sin malgastarlo, o lo que es lo mismo, sin gastarlo mal.

Malgastar el amor que damos a nuestros hijos significa no invertirlo adecuadamente, canjearlo por un activo atractivo pero ineficaz. Quererlos es fácil, lo hacemos de forma natural, pero lo que ellos necesitan es **que se les quiera bien**, que se invierta ese capital inmenso en una cuenta a largo plazo que reporte los intereses no en los padres sino en los hijos.

El libro de Pilar y Carlos da muchas pistas para afrontar los pequeños retos cotidianos tan decisivos en la **educación de los hijos**. Estructurado en cuatro partes (Porque quiero que seas independiente, Porque quiero que seas capaz, Porque quiero que seas tú, Porque quiero que seas feliz), aporta ideas muy prácticas para que los padres no caigamos en errores tan inconscientes como habituales (Situaciones a evitar).



Enseñar a convivir no es tan difícil

Para quienes no saben qué hacer con sus hijos o con sus alumnos

Manuel Segura

ISBN: 978-84-330-3305-5

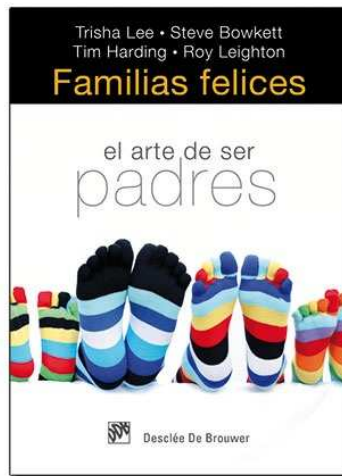
www.ebooks.edesclée.com

Aunque, a primera vista, el calificativo parezca inapropiado para un libro de estudio, podemos decir, con toda verdad, que tienes en tus manos un libro delicioso.

Manuel Segura condensa aquí los principales hallazgos educativos de los últimos años: los programas para enseñar a pensar y desarrollar la inteligencia; los métodos para facilitar el crecimiento moral y las propuestas de educación emocional. Todo ello para llegar a las habilidades sociales, entendidas como una relación interpersonal asertiva, es decir, justa y eficaz.

La exposición de esas ideas es diáfana y está salpicada de anécdotas que demuestran que cuanto se dice en el libro ha sido vivido por el autor y que no se trata de una obra elaborada solamente en una biblioteca o en un despacho de la universidad. Las actividades que se proponen han sido contrastadas durante varios años en la práctica escolar y familiar: es un libro que se ha acabado de escribir “en el campo de batalla”. Los consejos que se dan han demostrado ser eficaces, de modo duradero, tanto con adolescentes difíciles como con adultos conflictivos.

En definitiva, un libro para ser leído por padres y profesores en tardes de lluvia o en mañanas soleadas y serenas, sin muchas interrupciones. Un libro para aprender y disfrutar.



Familias felices

El arte de ser padres

Trisha Lee
Steve Bowkett
Tim Harding
Roy Leighton

ISBN: 978-84-330-2485-5

www.edesclee.com

Hoy se espera que los jóvenes no solo tengan un expediente brillante, sino que también sean equilibrados, que desarrollen inteligencias múltiples, que sean individuos creativos y maduros que puedan afrontar el cambio y la complejidad en un abrir y cerrar de ojos.

Este libro, informativo y entretenido, proporciona a los padres **herramientas prácticas** para que sus hijos empiecen con buen pie. Basado en una investigación sólida, los autores reúnen diferentes experiencias personales de la vida familiar y también distintas aproximaciones a la creatividad, inspirándose en el teatro-fórum, el arte de contar, la música, la dinámica espiral (ds)... Que nos ayudarán no solo a ver cómo podemos desarrollarnos como seres humanos maduros y cariñosos, sino también a comprender el acto de **equilibrio entre nuestro pensamiento y el ambiente que nos rodea**, y cómo pueden influirse mutuamente.

Familias felices se centra en la actividad que constituye el mayor desafío: ser madre o padre de niños pequeños y adolescentes. No hay un manual de paternidad, pero sí que hay muchas ideas e indicadores buenos, y esta obra contiene numerosas fuentes con esa inspiración. Los autores de este libro son padres, de modo que conocen todos los problemas y las dificultades, pero tienen además la ventaja de que han trabajado con niños durante muchos años y ofrecen a los padres confianza, aliento,

perspectiva filos3fica y abundantes consejos pr3cticos para formar a **niños felices y equilibrados**.



Mi alula de bebés

Guía práctica para padres y educadores infantiles

Beatriz Ocamica

ISBN: 978-84-330-2499-5

www.edesclee.com

¿Qué ocurre tras las puertas de un aula de bebés? ¿Cómo podemos organizar la dinámica para mantener el clima de bienestar con todos los peques? ¿Cómo evoluciona las relaciones interpersonales?...

Cada niño es un mundo pero las dificultades al **trabajar con un grupo de bebés** son universales: el periodo de adaptación, las dificultades para dormir a todo un grupo, los malos comedores... Hablo de los problemas cotidianos, el día a día en el aula, así como las herramientas que he ido adquiriendo para solventarlos y organizar bien la clase.

Es la experiencia la que aporta los recursos necesarios para hacer frente a las dificultades con resuelta eficacia, y es éste precisamente el objetivo del libro, poner a vuestra disposición los conocimientos adquiridos tras veinticinco años trabajando con numerosos grupos. Aprendiendo con la observación sistemática de los bebés, tanto en relación a la evolución del aula en general como de cada bebé en particular.

El libro es una **guía práctica** dirigida especialmente a **educadores infantiles**, pero su lenguaje cercano y asequible puede resultar útil para cualquier padre o persona que por circunstancias de la vida, sin muchos conocimientos sobre educación infantil, deba afrontar el cuidado y la atención de varios niños a la vez y se siente desbordado o inseguro.



El acoso escolar en la infancia

Cómo comprender las cuestiones implicadas y afrontar el problema

Christine Macintyre

ISBN: 978-84-330-3602-5

www.ebooks.edesclee.com

¿Qué es lo que hace que algunos niños sean acosadores y otros víctimas?, ¿qué puedes hacer si, a pesar de tus mejores esfuerzos, un menor sigue molestando a otro?, ¿qué pasos puedes dar antes de entrar en contacto con los padres y qué les dirás? La práctica del **acoso** se mantiene en todos los centros escolares. A pesar de la aplicación de las políticas anti-acoso, padres y profesores se sienten igualmente perplejos porque no entienden qué han hecho o qué han dejado de hacer para permitir que esto suceda.

Christine Macintyre explora este tema tan sensible, respondiendo a muchas de las preguntas planteadas y analizando por qué uno de cada doce niños en edad escolar es víctima de acoso. Este libro, sumamente práctico, examina las raíces del problema y muestra a los profesionales lo que pueden hacer para ayudar a los menores y para mejorar su propia práctica, proporcionándoles apoyo y guía acerca de cómo: fomentar la autoestima de los niños afectados, mostrando cómo la confianza recién adquirida les permitirá contrarrestar los efectos del acoso sufrido o del hecho de ser acosadores; decir a los padres que su hijo es agresor, o víctima de acoso, y establecer con ellos relaciones de apoyo mutuo; crear un entorno de aprendizaje que impida el deseo de intimidar por parte de los menores.

Basado en **casos reales** y en evaluaciones de estrategias que han sido ensayadas con éxito, este libro sugiere formas novedosas e inspiradoras de afrontar un problema al que muchos profesionales se enfrentan actualmente.



Primeros auxilios para niños traumatizados

Andreas Krüger

ISBN: 978-84-330-3617-9

www.ebooks.edesclee.com

Los niños son seres muy vulnerables y necesitan **protección**. Cuando algo malo les sucede necesitan una ayuda adecuada. Es importante comprender que los traumas anímicos deben ser objeto de cuidado y que no basta con tomar conocimiento de ellos. Peor aun es pasarlos por alto. En efecto, todo **niño traumatizado** que no reciba los cuidados adecuados puede experimentar **múltiples daños** tanto de forma inmediata como posteriormente. Hoy sabemos que los traumas sufridos en edad temprana pueden tener **repercusiones a lo largo de toda la vida**. Gracias al desarrollo actual de la investigación, puede establecerse la relación directa que existe entre muchas patologías de la edad adulta y lesiones traumáticas sufridas en la fase temprana de la vida.

Pero los niños son también resistentes. Andreas Krüger describe una suerte de *principio del diente de león*. Al igual que esta planta, que se abre camino incluso a través del grueso asfalto, también los niños pueden encontrar una y otra vez caminos de salida ante una gran dificultad. A menudo tienen a su disposición, de forma más inmediata que los adultos, las fuerzas que se nos han dado a todos para resistir a las dificultades. Por eso mismo es tan importante para un niño recibir una ayuda temprana y adecuada.

Este libro resume de forma comprensible los conocimientos alcanzados en la actualidad por la **psicotraumatología**, la disciplina que estudia los traumas psíquicos, de tal modo que padres, educadores, docentes y otros agentes que tienen que ver con los niños, dispongan de una guía acerca de lo que pueden y deben hacer si el niño ha sufrido un trauma anímico.

AMAE

Directora: Loretta Cornejo Parolini

Adolescencia: la revuelta filosófica, por Ani Bustamante (2ª ed.)

El síndrome de Salomón. El niño partido en dos, por María Barbero de Granda y María Bilbao Maté (2ª ed.)

La adopción: Un viaje de ida y vuelta, por Alfonso Colodrón Gómez-Roxas

Esto, eso, aquello... también pueden ser malos tratos, por Ángela Tormo Abad

La adolescencia adelantada. El drama de la niñez perdida, por Fernando Maestre Pagaza (2ª ed.)

Riqueza aprendida. Aprender a aprender de la A a la Z, por Roz Townsend

Los padres, primero. Cómo padres e hijos aprenden juntos, por Garry Burnett y Kay Jarvis

PNL para profesores. Cómo ser un profesor altamente eficaz, por Richard Churches y Roger Terry (2ª ed.)

EmocionArte con los niños. El arte de acompañar a los niños en su emoción, por Macarena Chías y José Zurita (2ª ed.)

Muñecos, metáforas y soluciones. Constelaciones Familiares en sesión individual y otros usos terapéuticos, por María Colodrón (2ª ed.)

Madre separada. Cómo superan las mujeres con hijos la separación, por Katharina Martin y Barbara Schervier-Legewie (2ª ed.)

Rebelión en el aula. Claves para manejar a los alumnos conflictivos, por Sue Cowley

¿Hay algún hombre en casa? Tratado para el hombre ausente, por Aquilino Polaino

Cyber Bullying. El acoso escolar en la era digital, por Robin Kowalski, Susan Limber y Patricia Agatston

222 preguntas al pediatra, por Gloria Cabezuelo y Pedro Frontera

Borrando la "J" de Jaula. Cómo mejorar el funcionamiento del aula. La educación desde una perspectiva humanista, por Isabel Cazenave Cantón y Rosa Mª Barbero Jiménez

Porque te quiero. Educar con amor... y mucho más, por Pilar Guembe y Carlos Goñi (3ª ed.)

Focusing con niños. El arte de comunicarse con los niños y los adolescentes en el colegio y en casa, por Marta Stapert y Eric Verliefde

Los cuentos de Luca. Un modelo de acompañamiento para niñas y niños en cuidados paliativos, por Carlo Clerico Medina

Familias felices. El arte de ser padres, por Trisha Lee, Steve Bowkett, Tim Harding y Roy Leighton

Mi aula de bebés. Guía práctica para padres y educadores infantiles, por Beatriz Ocamica Garabilla

Los niños, el miedo y los cuentos. Cómo contar cuentos que curan, por Ana Gutiérrez y Pedro Moreno

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo? Guía para padres adoptivos con hijos con trastornos del apego, por José Luis Gonzalo Marrodán y Óscar Pérez-Muga

El acoso escolar en la infancia. Cómo comprender las cuestiones implicadas y afrontar el problema, por Christine Macintyre

El espacio común. Nuevas aportaciones a la terapia gestáltica aplicada a la infancia y la adolescencia, por Loretta Zaira Cornejo Parolini

Primeros auxilios para niños traumatizados, por Andreas Krüger

Construyendo puentes. La técnica de la caja de arena (*sandtray*), por José Luis Gonzalo Marrodán

Educar sin castigar. Qué hacer cuando un hijo se porta mal, por Pilar Guembe - Carlos Goñi