



Hacia la Sociedad del Afecto



Cómo educar a los niños: guía para padres y maestros

Instituto de Higiene No. 56
(junto al Arbol de la Noche "Triste", cerca  Cuitláhuac)
Col. Popotla C.P. 11400 Ciudad de México
Tels. 53 41 80 12 y 53 41 50 39

Cómo educar a los niños: guía para padres y maestros

La forma en que piensa, siente y actúa una persona adulta depende en mucho de cómo se haya relacionado con sus padres durante la infancia y la adolescencia. Las enfermedades psicológicas que padecen los adultos generalmente tienen su origen en conflictos de la etapa infantil, especialmente entre el nacimiento y los siete años de edad. En la relevancia estratégica de ese período han coincidido todos los enfoques psicológicos.

La problemática social tiene mucho que ver con la crianza y la educación en esos primeros años de vida. La violencia, la corrupción, la drogadicción, el egoísmo, la sobrerresponsabilidad y la irresponsabilidad, los roles de masculinidad y femineidad encuentran sus explicaciones más importantes en las vivencias de la primera infancia.

La gran mayoría de padres y madres no tienen la consciencia ni la oportunidad de prepararse para saber cómo tratar a sus hijos y lograr que desarrollen mejores capacidades intelectuales, una personalidad equilibrada y relaciones sociales positivas. No existe una educación formal para ser padres, cada quien realiza esta función de manera intuitiva e improvisada, lo que se combina con las presiones y afectaciones psicológicas que el diseño de la vida social les va imponiendo: deudas y presiones económicas, desgaste y conflictos laborales, dificultades de transporte, efectos de la contaminación ambiental, inseguridad pública, conflictos de pareja.

Muchos niños del Siglo XXI se mantienen encerrados en pequeños espacios supliendo con juegos y entretenimientos electrónicos el tiempo que antes se dedicaba a la convivencia con otros niños, al juego en lugares abiertos y al desarrollo deportivo. De manera general, tanto las madres como los padres tienen una interacción superficial con sus hijos a quienes tratan de brindarles apoyos materiales que compensen sus ausencias físicas y emocionales. Esa creciente superficialidad afectiva y las sensaciones de ansiedad y culpa en los padres, el relativo encierro y la hiperestimulación tecnológica, generan niños inquietos, egoístas, demandantes y, muchas veces, agresivos, por la falta de límites razonables, el abandono y la violencia que también han padecido.

Un reto es poder cambiar las formas de interacción con los niños para construir mejores adultos del futuro, un país mejor, una humanidad nueva: la *Sociedad del Afecto*, en la que cada persona desarrolle actitudes éticas por la vinculación emocional con la familia, con la comunidad y con el medio ambiente. Una sociedad en la que se perciba claramente que la cooperación es lo mejor para todos y para cada persona, en lugar de la obstrucción mutua y la rivalidad, que hasta hoy han predominado.

Se requiere formalizar y hacer obligatoria la educación para padres en todas las escuelas de educación inicial y básica, en las instituciones que atienden embarazos y partos y en instituciones dedicadas a la asesoría prematrimonial y matrimonial. Es necesario que se legisle para que las empresas e instituciones acepten que todos los trabajadores con hijos menores de 15 años puedan acudir a la Escuela para Padres una vez por mes durante cada ciclo escolar. El plan de estudios debe incluir aspectos psicológicos, pedagógicos, nutricionales, médicos y odontológicos.



A continuación presentamos algunos principios generales que pueden servir de guía para padres y maestros en la formación alternativa de los niños.

1. Diálogo sí, imposición no

Algunos padres de familia y algunos maestros piensan que los niños deben obedecer por principio de autoridad, aunque no comprendan el por qué se les dan determinadas indicaciones. Si no obedecen se les castiga, a veces con golpes y otras torturas. Estos padres y maestros no consideran importante atender y comprender los puntos de vista de los niños, piensan que no tienen capacidad. Algunos efectos de esto son: resentimiento, temor, inseguridad y nerviosismo, rebeldía, irracionalidad, apatía, timidez, mentiras frecuentes.

En lugar de esa actitud impositiva es conveniente intentar que los niños comprendan las razones que existen para hacer algo o dejar de hacerlo. Establecer el diálogo con ellos significa fundamentalmente escuchar con atención sus puntos de vista y tomarlos en cuenta para llegar a una conclusión aceptable. Un niño que es educado a través del diálogo receptivo desarrolla confianza en sí mismo y en los demás, aprende a razonar y a ser responsable.

2. Juego y convivencia padres-hijos

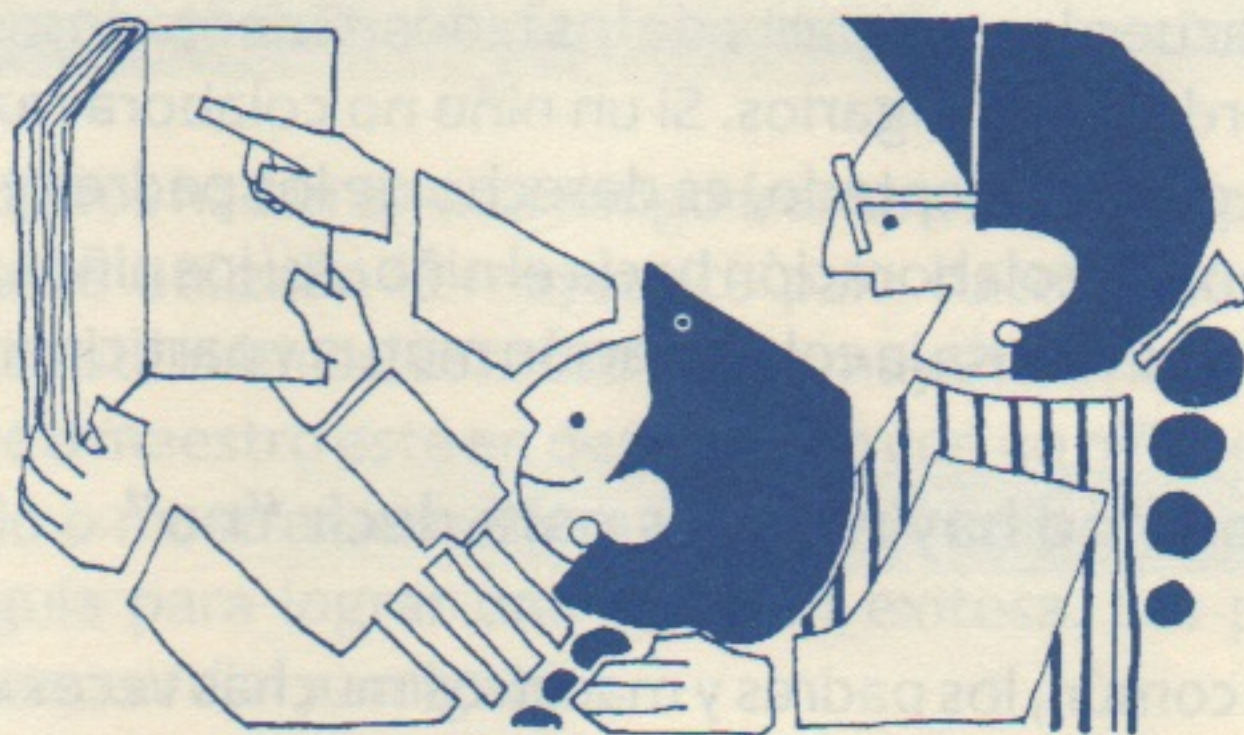
La mayoría de los padres no juega o juega muy poco con sus hijos. Se considera que los adultos no deben intervenir en juegos infantiles o se sienten impropios. En realidad, la interacción entre los padres y los hijos a través del juego y la convivencia divertida es una de las formas de acercamiento afectivo más importantes. El juego entre padres e hijos favorece la confianza, la comprensión y el afecto mutuo, lo cual facilita la convivencia y el apoyo en otras esferas de la vida.

3. Intimidad por diadas

Un niño como un adulto tendrá más motivación e interés en diferentes aspectos de la vida en la medida en que sienta confianza para compartir sus sentimientos, experiencias e ideas con personas cercanas. Puede lograrse mayor profundidad en la comprensión y la confianza a través de la charla y la convivencia entre solamente dos personas. Por ello, además de las convivencias y charlas familiares donde participan varios integrantes de la familia, es importante que los padres procuren los espacios de convivencia diádica, es decir, entre 2 personas; lo que involucra tanto el espacio para la relación de pareja, como momentos en que la interacción es exclusiva y cercana de cada padre con cada uno de los hijos, así como entre hermanos. Esto promoverá una mayor cohesión y un ambiente más armonioso en toda la familia.

4. ¿Premios? casi no... más bien aprecio espontáneo

No es conveniente ofrecer continuamente premios a los niños a cambio de que ayuden en alguna actividad o logren una calificación en la escuela. La motivación extrínseca que propician los premios o recompensas continuas hace que las personas solamente estén dispuestas a colaborar a cambio de algo y no por el deseo espontáneo y afectivo de colaborar con la vida familiar. Cuando no hay recompensa inmediata los niños se muestran renuentes.



Es mucho más conveniente dar caricias, palabras positivas, detalles y regalos de una manera espontánea, pero cercana en el tiempo a las acciones colaborativas. Eso sí, es conveniente que los padres y maestros estén atentos y valoren expresamente cada pequeño avance o aportación de los niños, en lugar de atender principalmente a sus acciones destructivas o egoístas, como generalmente se acostumbra.

5. Evitar el castigo, respeto mutuo

Se ha demostrado que el castigo, sea físico o verbal, únicamente produce consecuencias negativas y realmente no es efectivo para lograr algún cambio que mejore las actitudes y las relaciones dentro de la familia y en la comunidad. Es fundamental que los padres y maestros eviten castigar o regañar a los niños, pues estarán logrando lo opuesto de lo que pretenden. Si los castigan, ellos les perderán confianza, sentirán rencor, se volverán rebeldes o tímidos, inseguros, mentirosos, etc.

Experimentos han demostrado que el efecto del castigo leve o moderado suele ser transitorio y luego es contraproducente. Cuando el castigo es muy severo puede hacer que una conducta desaparezca pero deja una huella traumática en los niños que será difícil restaurar con psicoterapia. No obstante, es importante saber que el efecto traumatizante de los castigos disminuye cuando es mayor la proporción de afecto y reconocimiento positivo que se brinda.

6. Manejo de límites

Es muy importante que los padres y maestros sean respetuosos de la integridad de los niños, al mismo tiempo que exigen que ellos les respeten. Los padres y maestros deben mostrar claramente su molestia y desacuerdo con las faltas al respeto y con el

no cumplimiento de acuerdos por parte de los niños. Orientarlos, definir límites claros y mostrar el desacuerdo sin castigarlos. Si un niño no colabora razonablemente, o no cumple los acuerdos que ha aceptado, es derecho de los padres y maestros disminuir de manera proporcional la colaboración hacia el niño. Así los niños aprenden a manejar límites. Entienden que es valiosa la colaboración mutua y participan con gusto.

7. Decir “sí”, cuando no hay razones para decir “no”

Debido a la dinámica común, los padres y maestros muchas veces están predispuestos a negarse a las peticiones que les hacen los niños. Sólo cuando éstos insisten mucho o hacen berrinche, los padres o maestros ceden de mala gana, pero favoreciendo que los chicos aprendan a molestarlos como una manera de lograr lo que quieren. En lugar de esto, es conveniente estar predispuestos a decir que sí a las peticiones de los niños, salvo que haya razones claras y suficientes para decir que no, y en este caso es importante mantenerse firmes y no ceder por la simple presión de los menores. Mantener la firmeza es distinto a dejar de atender y comprender los argumentos razonables que puedan tener los niños.

8. Evitar la sobreprotección: delegar responsabilidades

La sobreprotección destruye la autoestima y la seguridad. Los padres sobreprotectores son ansiosos y se adelantan a tomar la iniciativa para resolver situaciones de los hijos, sin dar el tiempo razonable para que ellos se ocupen de lo que les corresponde. Esos padres no delegan en sus hijos responsabilidades en la medida que crecen, provocando que los niños no desarrollen habilidades y capacidades para manejar por sí mismo las situaciones. Paradójicamente, al ver cómo se vuelven irresponsables e inútiles, esos mismos padres les regañan y reclaman airadamente y con desesperación su falta de voluntad, de compromiso y de desarrollo, con lo cual destruyen aún más su autovaloración. Después de los reclamos, esos padres se encargan de resolver el problema, haciendo un círculo vicioso muy dañino.

Para el fortalecimiento de la autoestima es básico el sentido de responsabilidad y percibirse como alguien útil y capaz de hacer. De allí la importancia de encargar a los niños, desde pequeños, determinadas responsabilidades adecuadas a sus capacidades y favorecer que resuelvan por sí mismos, o con un mínimo apoyo de los adultos, aquellos obstáculos o problemas que estén a su alcance, especialmente si han sido efecto de sus propias acciones.

9. La mayéutica para el manejo de desacuerdos o acciones destructivas

Comúnmente los adultos hacen un monólogo frente a los niños para explicarles lo que deben hacer. Sócrates utilizaba la mayéutica para hacer razonar a su interlocutor mediante preguntas sistemáticas. Esta técnica es muy útil en la educación de los niños.

Cuando un padre o maestro esté en desacuerdo con un niño, en lugar de castigarlo, reprimirlo, regañarlo o mostrarse indiferente, puede aplicar la mayéutica a través de cuatro preguntas guía para lograr una solución exitosa. Las preguntas deben ser expresadas de manera cordial y amigable.

- a) ¿Qué ocurre o qué ocurrió? Es necesario escuchar con calma la versión del niño o adolescente, apoyarlo para que exprese completo su punto de vista, aunque no se esté de acuerdo con él. Los padres o maestros pueden usar varias preguntas para entender con claridad y precisión lo que el niño expresa.
- b) ¿Qué opinas de lo que hiciste o estás haciendo? (Valoración). Es indispensable que el niño reconozca sin presiones que su actuación NO ha sido la mejor posible. A través de preguntas sucesivas se puede lograr que razone y vea algunas consecuencias negativas o absurdos derivados de lo que ha hecho. Dos preguntas clave son: ¿Recomendarías que lo que tu hiciste o has estado haciendo lo hicieran todas las personas en situaciones similares? ¿Qué sucedería si todos actuaran así?
- c) ¿Qué propones o qué podrías hacer? (Alternativas). Aún niños pequeños, de 2 o 3 años, son capaces de proponer opciones razonables para hacer frente a las situaciones que han causado conflicto. Un secreto psicológico fundamental es que un niño, como un adulto, se compromete mucho más con lo que él mismo dice y no tanto con lo que otra persona le indica. Sus propuestas pueden ser complementadas o retocadas por el adulto para hacerlas más efectivas.
- d) ¿Podrás lograrlo?... ¿seguro? (Desafío y mentalización). Este tipo de pregunta provoca que el niño reitere una o dos veces su convicción de cumplir con lo que ha propuesto, lo cual aumenta la probabilidad de que lo haga. Es lo que llamamos mentalización: la creación de un circuito mental para que ante la ocurrencia de una situación determinada la propuesta generada aparezca de inmediato como forma de reaccionar, logrando su efectividad.

La aplicación por una vez de esta técnica no produce un cambio para siempre. Es necesario volver a los cuatro pasos mencionados si no hay cumplimiento o se falla, analizando con precisión los motivos por los cuales no se cumplió con lo propuesto.

10. Cuento o guiñol mayéutico

El cuento o guiñol mayéutico es muy importante usarlo con niños entre 1 y 4 años de edad, pero podría ser útil también con niños mayores, adolescentes y adultos.

El padre o maestro puede inventar un cuento con varios personajes y situaciones como las que están siendo un problema: niños que no quieren comer, o que rechazan ser inyectados ante una enfermedad, etc. Los personajes tienen nombres chistosos, llamativos e ilustrativos de su actitud. Cada personaje representa una posible actitud o manera de actuar ante la situación. El cuento transcurre narrando la acción de cada personaje y las consecuencias lógicas o naturales de sus acciones. Alguno de los personajes tiene resultados muy negativos con sus acciones, otro tiene resultados regulares, otro tiene resultados buenos y otro más puede tener resultados excelentes. Los personajes que lograron resultados menos buenos aprenden del ejemplo del que tuvo mejores resultados y al final todos logran éxito.

Para ser efectivo el cuento debe, además, tener los siguientes ingredientes: fantasía, misterio, cambios emocionales, sorpresa y magia. Además de que la narración debe ser muy descriptiva y amena para mantener la atención de los niños.

Orientación profesional de un psicólogo

La aplicación continua de estos principios generales generalmente favorecerá la formación de una personalidad ecuánime, libre, autónoma y satisfactoria en los niños actuales que serán adultos del futuro. Los padres lograrán una relación positiva y constructiva con sus hijos, así como los maestros con sus alumnos.

Cuando ya existan afectaciones psicológicas importantes, por las cuales un niño no responda favorablemente a la aplicación de estos principios en el hogar o en la escuela, debe recurrirse a un psicólogo especializado para recibir orientación.

Si requiere mayor información llame al

5341-80-12

Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología (AMAPSI)

www.amapsi.org info@amapsi.org

Consejo de Transformación Educativa (CTE)

www.transformacion-educativa.com info@transformacion-educativa.com