



knowsquare .

PREPARADO POR: JOHN KEATING

23 DE MARZO DE 2008

LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS COMO LOS PIMIENTOS DE PADRÓN

NOTA TÉCNICA
CRÍTICA Y RESUMEN
DEL LIBRO DE EMILIO PINTO

knowsquare .

Privado y Confidencial

Prohibida su Distribución sin Autorización Expresa del Autor

© **KNOW SQUARE, S.L.** SOCIEDAD LEGALMENTE CONSTITUIDA EN
ESPAÑA, CON DOMICILIO EN MADRID, PASEO DE PINTOR ROSALES 2, 6º.
CIF B-85086460. REGISTRADA EN EL REGISTRO MERCANTIL DE MADRID,
TOMO 24.295 FOLIO 82 SECCIÓN: 8 HOJA: 436797 INSCRIPCIÓN: 1.

LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS COMO LOS PIMIENTOS DE PADRÓN

NOTA TÉCNICA - CRÍTICA Y RESUMEN

INTRODUCCIÓN

Libro de Emilio Pinto que enfrenta a los padres y madres, profesionales o no, a lo mejor y lo peor de ellos mismos. Es curioso comprobar cómo altos directivos, que habitualmente gestionan con atrevimiento y generalmente con brillantez complejos problemas empresariales, fusiones, adquisiciones, concursos e incluso crisis hipotecarias, no saben gestionar, o se ven absolutamente abatidos, ante un sencillo problema de educación de sus hijos¹. Pues bien, este libro – francamente recomendable – aporta una semilla que puede ser muy útil también a directivos con poco tiempo para dedicar a su familia: por un lado, prevenir, pensar y encontrar nuevas herramientas para trabajar con nuestros hijos, y por el otro ayudar a los que les ha tocado uno de los que “pican”, aportando ideas y soluciones que han funcionado en casos de chicos complicados que han salido adelante.

UNOS PICAN Y OTROS NO

Lo primero que llama la atención al autor, al observar los primeros meses de vida de su hija, es que traía su propia personalidad “de casa”. Sin embargo, pronto comprende que los hijos podrán cambiar, a mejor se entiende, y que eso depende fundamentalmente de la educación que reciban. Sostiene que la educación de los niños se puede moldear si se conocen las herramientas. Así que debemos recordar que los niños, como los pimientos, pueden picar, que el picor depende del nivel de tolerancia de los padres, y que ese picor se puede producir en casa, en el colegio, en la calle, en todos los sitios o tan sólo en alguno de ellos.

La primera recomendación es que no se pega, que hay que controlar la ira. Padres e hijos no son iguales, y la principal diferencia debería ser la madurez. El control verbal debería ser más que suficiente, incluso si el niño se muestra violento. En todo caso, recomienda pasar a la contención física: no hay que dejarle ni pegar a otros, pero la respuesta no es pegarle a él. Ser padres, sin embargo, no significa aguantarlo todo. Los padres tienen derecho a su propia felicidad: de hecho, unos padres felices son la mejor ayuda para sus hijos que aquellos que agotan su vida en la paternidad.

Si los padres no ponen límites a sus hijos cuando son pequeños, ya no podrán cuando éstos sean adolescentes. Los límites deben ser respetados por todos y los padres deben enseñar a sus hijos a respetar los límites, que viene impuestos por normas que tienen que existir y se tienen que conocer, aunque pueden evolucionar según las edades, las épocas del año, del entorno social, pero sobre todo

¹ Una mañana salía con un conocido de una céntrica cafetería madrileña. El elemento era, y creo que es, esclavo de una vida que no sabe gestionar bien, pero que a base de ordeno y mando trata de aniquilar. Su mujer también trabajaba por aquella época. Pues bien, en un instante se queda mirando fijamente a su blackberry, último modelo, con la cara traspuesta... Le pregunto que qué ha pasado, pensando en alguna situación grave del negocio que se le venía encima. Me contesta: “Este hijo de puta, cada que nos vamos de casa se pone malo”... Hablaba de su hijo.

de la responsabilidad que el hijo vaya adquiriendo, hasta que en un futuro él mismo pueda imponerse sus propias normas. A un niño pequeño hay que imponerle las normas, pero con la educación, los padres deben ayudar a que su hijo entienda y acepte los límites, y así es como le enseñamos que el fije sus propias normas en el futuro.

EL SÍNDROME DEL MAYORDOMO

Confundimos a menudo la paternidad con el servilismo hacia nuestros hijos. Servir a los demás, y servir a nuestros hijos, son tareas muy nobles, pero los padres deben seguir creciendo como personas aunque tengan hijos. Cuanto más crezcan los padres, mejor para los hijos. Si sólo somos mayordomos, no tendremos tiempo para crecer, porque se trata de un trabajo a tiempo completo. Creando un mundo perfecto alrededor de nuestros hijos no les ayuda, ya que no les dejamos que aprendan. Por lo tanto, conviene asignar responsabilidades a los niños en la propia casa. Esto no sólo evitará el síndrome de mayordomo, sino que en el fondo refuerza la autoestima de los hijos².

El respeto llega siempre después de un largo recorrido, cuyo primer paso está en que el niño observe cómo se tratan sus padres, cómo se piden las cosas e incluso cómo se enfadan. El segundo, es cómo tratan al resto de los familiares, y el tercero en cómo tratan al resto de la sociedad. El cuarto es cómo tratan los padres a sus propios hijos. En definitiva, lo de siempre, para que los demás nos respeten, los primeros que debemos respetarnos somos nosotros mismos, por dentro y por fuera. El respeto se aprende a través de pequeños detalles, no con esfuerzos sobrehumanos.

BATALLA CONTRA LA MENTIRA

En la etapa infantil los niños no distinguen entre fantasía y realidad, y hay que conseguir que vayan percibiéndola. Una mentira ocasional no es problemática, pero a veces la mentira se convierte en la forma de comunicación habitual, y entonces hay que reaccionar, bien por exceso o bien por defecto, pero en ambos casos se debe intentar que la verdad tenga más refuerzo positivo y hacer ver que la mentira tiene consecuencias negativas. Con los adolescentes las cosas se complican y hay que intentar descubrir las razones que se esconden detrás, si se trata de un problema más grave, de una luz roja de advertencia.

No hay que explicar el por qué de todo. Hay cosas que se deben de hacer porque sí. Y en todo caso sirven para aprender a aprender. Pero también hay que enseñarles a saber esperar: si no se les enseña a tener paciencia, no la tendrá ni consigo mismo ni con los demás. En ningún caso la relación entre padres e hijos es una relación entre iguales: esperar a los padres a comer no puede ser igual que esperar a los hijos. Aprender a esperar tiene mucho que ver con aprender a escuchar, con el control de nuestros instintos e incluso con saber aceptar el fracaso como parte del aprendizaje. Hacer esperar enseña también a reconocer el esfuerzo, el suyo o el de sus padres.

² Recuerdo ahora que cuando tenía diez años, solía pasar largas temporadas de vacaciones de verano en casa de mis primos. Mi tía – menudo General se perdió el Ejército – nos tenía todo el día trabajando, pero lo curioso del caso es que además lo hacíamos encantados. No paraba de ponernos retos, de alabar las tareas que realizábamos, como esfuerzos que superaban con creces nuestro potencial. No sólo trabajó y educó nuestra autoestima, sino que consiguió que la casa de verano estuviera siempre en perfecto estado de revista...

ACTITUD, ESFUERZO, RESPONSABILIDAD... Y SUMAR SÍNTOMAS

La actitud es la que hace a las personas más felices o desgraciadas, y no solo beneficia o perjudica al individuo, sino a todos los que le rodean. A la actitud positiva se debe unir el esfuerzo, y con ambos se puede conseguir casi todo. Quién no sabe valorar lo que ha conseguido con esfuerzo, sea poco o mucho, tampoco sabrá disfrutarlo. Los hijos tienen que aprender a esforzarse y ser constantes, y para aprender hace falta entrenamiento en una doble faceta: enseñarles a resistir, a perseverar, y enseñarles a emprender, a perseguir metas valiosas y a tratar de alcanzarlas. Para ello es necesario cumplir cuatro fases de un proceso, como si fueran eslabones de una cadena: (1) mostrarles metas valiosas (2) lograr acuerdos o compromisos explícitos, (3) ayudarles a perseverar en lo decidido con nuestra exigencia, y (4) mantener nuestra exigencia con constancia.

Los padres tienen que dar la responsabilidad a sus hijos, transmitiendo con claridad lo que se espera de ellos, y teniendo presente que a cada edad le corresponderán distintas responsabilidades. Lo importante no es cuáles son, sino que las tengan y que las sepan. El cumplimiento de sus tareas hace que aumente la confianza en ellos mismos, además de la satisfacción del deber cumplido. El incumplimiento debe acarrear consecuencias. La responsabilidad crece cuando hay que responder ante más personas.

La crisis es un momento de crecimiento. Los síntomas proporcionan datos que ayudan a actuar. Lo que para los mayores carece de importancia, puede ser lo más importante para un niño, por lo que tendremos que estar atentos a los detalles y sumar todas las pequeñas cosas que pueden contar.

HABILIDADES SOCIALES Y ESTIMA PARA LA AUTOESTIMA

Muchos cambios necesitan del desarrollo de habilidades sociales, que los hijos deben saber, y que por tanto deben aprender: escuchar, pedir un favor, elogiar y disculpar, presentar una queja y recibirla, mostrar desacuerdo, negociar, expresar los propios sentimientos... Tener habilidades sociales es ser persona, y la mejor forma de aprenderlas es que las vean en sus padres, con ejemplos claros y cotidianos, y es que ver es más fácil que escuchar, y hacer más difícil que decir.

La adolescencia es una de las épocas más difíciles del ser humano. En esta etapa es cuando se necesita más que nunca la estima, que se les valore por algo, y si no se les da la oportunidad de ser lo mejor, serán lo peor de ellos mismos. Muchos de los hijos que más pican, al creer que no tienen nada bueno, procuran fomentar lo malo que llevan dentro: se trata de destacar, para bien o para mal. El hijo por tanto necesita una estima que tiene que incluir el reconocimiento, y para ellos los padres deberán ayudar al hijo a que adquiera esa confianza en sí mismo, a conseguir que tenga confianza en la tarea que desempeña, y enseñarle a trabajar en equipo, a dividir la confianza para luego multiplicarla. Y es que sin confianza no hay futuro, ya que uno se vuelve reticente, desconfiado y con ganas de abandonar. De pequeños necesitan muchos empujones, y de mayores necesitan sus propios empujones...

LOS MOMENTOS COMPLICADOS...

Los hijos tienen derecho a enfadarse con sus padres. Los que no soportan ver a sus hijos tristes son los propios padres. Pero es el hijo el que tiene que solucionar sus problemas, no los padres, y la fuerza con que se levante dependerá de las herramientas que haya conseguido desde pequeño. Si el

hijo llora por una buena razón, hay que dejarle llorar, tiene derecho a sufrir. Es todo un reto enseñar que el dolor existe, y que cuando llega hay que saber vivirlo y sacar el mejor provecho de ello. La educación de los hijos debe incluir el enseñar a sufrir, educar es preparar para el futuro, desarrollar los mecanismos de defensa.

Un bajo rendimiento escolar puede menguar la autoestima de un niño, o de un adolescente, hasta repercutir en su personalidad. Los padres pueden actuar en tres ámbitos: como padres, exigiendo al hijo en función de los talentos que tiene; con el hijo, facilitándole un entorno para el estudio, ayudándole en su organización, asignando prioridades (lo más complicado al principio, que es cuando más concentración tenemos), en las formas de estudio (resúmenes, subrayados, cuadros, notas al margen), sabiendo reforzar los buenos resultados; con los profesores, tratándolos como aliados, no como responsables de lo que nosotros no sabemos o no podemos hacer en casa. El conocimiento es asequible a todos, independientemente del nivel de inteligencia, si se encuentra un elemento motivador que anime a nuestro hijo a encontrarlo.

MESA, VESTUARIO, PAGA Y CASTIGOS...

En la mesa, siendo cierto que los padres están obligados a alimentar a sus hijos, también deben hacerles valorar la comida, el trabajo que cuesta obtenerla y las necesidades de otros, sin necesidad de convertir la escena en una batalla campal, sin gritos ni broncas. La comida rápida suele ser un enemigo, y no es que sea mala de por sí, es que como todo, debe incorporarse a la dieta con mesura. Comemos lo que compramos, así que el primer punto de atención debería ir encaminado a tratar de fijar una dieta equilibrada, sin excesos ni carencias. Además de una necesidad, la comida es un excelente momento para aprovecharlo con los hijos. Si comer es importante, el entorno puede ayudar a ensalzarlo todavía más.

En el vestuario, los chicos de ahora se fijan aún más en los detalles, y para algunas familias la partida presupuestaria puede llegar a ser un sacrificio. Si se busca más aparentar que ser, hay que tratar de limitar el presupuesto, incorporar sus pagas en él, haciendo que gaste sólo lo que pueda gastar, y así valorará y cuidará más lo que lleva puesto. Los uniformes de colegio son prácticos, no tanto en cuanto a la elección diaria y coste del vestuario, sino que ayuda a aceptar otras normas en el futuro, y entender que en determinados actos sociales la forma de vestir y relacionarse puede variar.

La paga no es una obligación, es una recompensa por algo extra. No debería ser reflejo de sus obligaciones, ya que pueden negociar con frases del tipo “o me subes la paga o no estudio...”. El premio ha de tener su momento, no pueden ser efectos de frustraciones, no deben ser compras ni chantajes, sino el resultado de su propio esfuerzo, sin confundir el premio del hijo con el del padre, y no deben ser siempre materiales. La mejor recompensa es el resultado del esfuerzo realizado, el amor no debe traducirse en una ecuación de proporcionalidad: “cuanto más regalamos, más les queremos”...Lo que nada cuesta, no se valora. Es más educativo enseñarle a apreciar lo que recibe, y enseñarle a compartir y que administren lo que reciben.

Y respecto al castigo, no hay que imponerlo llevados por la ira, lo mejor es que sea reparador, que tenga un porqué, tiene que cumplirse, que no sea tan largo que se pueda olvidar o que no se pueda cumplir, sin abusar de él, intentando siendo justo y asertivo, no permitiendo que el hijo se acostumbre a vivir en él. No conviene usar los castigos negándole algo que les pueda resultar beneficioso, por ejemplo el relacionarse con los demás, y se puede tratar de incorporar algo, como un reto. Es mejor, naturalmente cuando es posible, construir en positivo, e incluso preguntarle al castigado que castigo merece...

VENTANAS ABIERTAS...

La televisión es como una ventana abierta: si la ven, hay que procurar que no la vean solos, y que tenga un horario limitado. Un televisor por habitación implica incomunicación familiar. Y cada vez hay más ventanas abiertas: Internet, el ordenador, las video consolas, los DVD's...y no todos lo pueden ver todo. Los adultos estamos para aportar juicios de valor sobre lo que está viendo el menor, y la comunicación y el diálogo con los padres es una fuente abundante para enriquecer la educación de los hijos. Lo más importante es mantener vivo el diálogo y saber diferenciar el diálogo familiar de otro tipo de diálogos.

Las salidas, frecuencia y horario, son otra actividad que requiere nuestra atención para el autor: fijar unos límites claros, normas de seguridad, estar listos para el día siguiente aunque se haya dormido poco: si eres mayor para salir, también lo eres para cumplir. Deberíamos orientarles a cumplir mejor con su tiempo de ocio. Sin embargo, lo normal es que se produzcan diferencias de criterio entre los padres, y es que en los hijos es natural buscar el divide y vencerás. La unión de los padres hace más fuerte la educación de los hijos.

A veces los hijos optan por el mutismo electivo, que consiste en la ausencia de lenguaje cuando se conserva la capacidad de hablar. No contar nada a nadie es un problema en sí mismo. A veces esto ocurre porque los padres se precipitan en tratar de solucionar el problema, sin dejar que el hijo lo intente primero, y aprenda de sus errores. El hijo tiene que encontrar en los padres a personas que le hacen pensar.

OTROS PROBLEMAS...

El "bullying" es un anglicismo que designa de forma genérica el fenómeno de la intimidación o maltrato entre iguales, que lleva a cabo un "verdugo" con el beneplácito o la indiferencia de un grupo de espectadores. El colegio, la sociedad y los padres deben ser intolerantes con este tipo de actitudes violentas, pero al mismo tiempo, sobre todo si los "verdugos" son nuestros hijos, entender que hay trastornos que pueden ser graves, pero recuperables, y actuar con diligencia para comprobar bien los hechos, y sobre todo, no llegar tarde. Los padres deben dejar de defender a su hijo para intentar ayudarlo. Los hijos que son víctimas tienen que encontrar apoyo en sus padres, pero en casos extremos, deberemos de tomar la iniciativa, cambiando incluso al niño de colegio aunque nos pueda parecer injusto. Lo más importante es reaccionar antes de que la víctima comience a sentirse culpable, y pueda pensar por sí mismo en salidas más drásticas.

Hay hijos que maltratan a los padres de forma física o psicológica, en un proceso en el que las relaciones personales se van deteriorando progresivamente. No es bueno acostumbrarse, ya que sólo el paso del tiempo no cura a los maltratadores. Si es físico, requiere denunciar los hechos. Si es psicológico, debemos de prestarle atención, porque puede ser el germen de un maltrato físico posterior. La unidad de los padres, una vez más, es clave, y la alineación del hijo con uno de los cónyuges, un peligro a evitar. En caso de provocación de los hijos (1) no utilizar nunca el sarcasmo como arma defensiva (2) controlar la expresión facial y el lenguaje corporal (3) ignorar las reacciones no verbales (4) tratar de que expresen sus razones, forzarles a ser reflexivos y coherentes (5) no dejarse influir por el estrés emocional. Hay que pensar que a veces es mejor una buena discusión que un silencio lleno de resentimiento, por miedo a las represalias.

Los niños “sillón” no suelen preocupar a nadie, con ellos parece no haber problemas, son extremadamente callados, no tienen muchos amigos, no salen de casa, cumplen con sus obligaciones, nunca les pasa nada, pero están como tristes. Debemos comprender que no dar problemas no significa que el niño no los tenga, y aunque hablan poco y de ellos se habla muy poco, necesitan ayuda como el que más para “levantarse”.

SER PADRES

Para poder atender mejor a los hijos que “pican” hace falta vocación (querer ser), profesionalidad (saber ser) y pasión (querer saber y saber querer). El trabajo de los padres tiene que resolver problemas, elegir opciones, ofrecer oportunidades que ayuden al crecimiento y desarrollo de los hijos. Para ello deberemos de tomar decisiones, y por tanto (1) hacer un diagnóstico adecuado (2) identificar alternativas válidas (3) prever las consecuencias, y (4) ponerse en lugar del hijo, con perspectiva.

Sin embargo, los padres deben quitarse de encima esa mala conciencia de estar poco tiempo con los hijos; sea mucho o poco, lo conveniente para el hijo es que sea un tiempo para educar, donde debe haber hueco para la diversión, pero también para la exigencia. Para aprovechar el tiempo que estemos con ellos, hay que administrarlo en dosis, cuantas más mejor, no podemos darles todo de golpe, hay que aprovechar para conocerse (en ambas direcciones, no sólo contar nuestras batallitas que les terminarán por aburrir), sin inundar la agenda de actividades o exceso de ansiedad por hacer cosas, lo importante es hacerlas juntos. Debemos recordar que la molestia de los padres suele ser aprendizaje de los hijos, y que a la larga, no merece la pena cambiar tiempo por dinero.

Hay momentos en el que algunos padres sienten vergüenza de sus hijos, por cómo visten, cómo hablan, aspectos de su carácter, etc. El sentimiento es más habitual de lo que se piensa, y normalmente los propios padres tratan de evitar trabajar sobre este sentimiento. Creen que lo que le dicen a su hijo lo hacen por su bien, aunque en realidad pueden hacerlo sólo porque no les cause vergüenza ante la familia o amigos. Sentir vergüenza es en realidad equivalente a decir: no he cumplido mis expectativas. Y ante el problema, unos lo tratan de ocultar y otros se quejan en silencio. Probablemente lo mejor sea revisar las expectativas, pensar que los padres son responsables, pero no culpables y estar más atentos, pero en último extremo, el que ha de asumir las consecuencias de sus actos son los hijos, no los padres.

LA SAL

Un alimento en su punto de sal, no recibe quejas de nadie, pero si está soso, todo el mundo se queja. Con la espiritualidad pasa igual: no sólo existe la razón y el corazón, el alma también existe. No está de moda hablar de religión, ni declararse católico, apostólico y romano, pero no importa: la experiencia proporciona muchas evidencias de que la espiritualidad ha supuesto un gran apoyo para muchas familias. La frase “cuanto se puede cuando no se puede más” representa la fuerza que llevamos dentro, casi sin saberlo, que nos ayuda en momentos difíciles a enfrentarnos a problemas que en frío no pensábamos que fuéramos capaces de resolver.

Hoy en día es muy difícil hablar de Dios, y más aún a los jóvenes, pero la obligación de los padres es ofrecer a sus hijos alternativas, para que sean ellos luego los que elijan y decidan que aprovechar. Muchos sólo se agarran al consumo, al placer o al poder, pero cuando estos desaparecen, se puede entrar en un vacío indescriptible, y hay que aportar herramientas que les ayuden en ese caso.

Para que la persona crezca en toda su amplitud necesita ser ella misma, no la extensión de nadie. Hay padres que tienen miedo de que sus hijos crezcan, de que cometan errores y de que corran riesgos, pero la realidad es que deben ser ellos mismos. Los hijos no son la vida de los padres, son su propia vida, y deben tener sus propios sueños, ya que la alegría de conseguirlos es la que proporciona el éxito (no en el sentido que le vienen dando nuestra sociedad actual, sino entendido como sentirse orgulloso de uno mismo).

IR MÁS DESPACIO...

El mundo en el que nos movemos va cargado de dosis de urgencia, inmediatez y ansiedad. Todo tiene que ser para ayer, y la cadena de frustraciones y desilusiones no hace sino aumentar. Y lo normal es que como una responsabilidad más, imprimamos a la educación de nuestros hijos esta energía, sin entender que a veces la persona necesita tiempo libre, para pensar, para escribir, o para no hacer nada. No es imprescindible estar todo el día haciendo cosas. Pero la realidad es que los niños están más acelerados que nunca, saltando de un curso a otro, de una actividad a otra, casi como preparándoles para “sufrir” una vida similar a la que llevamos nosotros.

Debemos tener cuidado también con la economía próspera. El último ciclo benigno de más de 15 años de crecimiento económico y bienestar tiene muchas cosas buenas, pero acarrea alguna carencia. Si todo es tan fácil de conseguir por parte de los padres, a los hijos les faltará creer en ellos mismos y en todas sus posibilidades.

En definitiva, los padres deben ser cimientos, no paredes, creando relaciones de ayuda, no de esclavitud. Querer a la familia debería convertir cualquier deber en algo que se quiera hacer: conseguir unir el deber y el querer, esta unión, hace que los sacrificios más grandes se transformen en satisfacciones infinitas. La herencia es responsable de una considerable proporción de variaciones en la personalidad del individuo, aunque algún aspecto negativo, como el temperamento, puede ser anulado por la inteligencia, y es que el entorno es tan importante como la herencia.

Respecto a los consejos, los padres pueden y deben darlos, pero mejor varios que uno solo, y abiertos en varias direcciones, a modo de sugerencia; pueden también dar opiniones, pero hay que evitar hacer juicios, ya que a lo único que conducen es a evitar el diálogo. Es vital elegir adecuadamente momento y lugar.

En definitiva, la “resiliencia” es la capacidad de una persona para desarrollarse de forma positiva y construir algo bueno, a pesar de las dificultades que se encuentre en los comienzos, y la labor de los padres es clave en conseguir el desarrollo de los hijos. Se puede ser un buen padre aprovechando la experiencia de otros, no dándose por vencido, conociendo la motivación de los hijos, destacando lo positivo y trabajando en lo negativo, aprovechando cada oportunidad que se presenta sin agobiar, entendiendo que no hay una única solución, sin tener miedo al error, dando ejemplo, yendo por delante, siendo sincero, no prometiendo lo que no se pueda cumplir, hablando claro y siendo generoso en el esfuerzo, buscando las críticas que ayudan a mejorar. Para ser un buen padre sólo hace falta ser una buena persona, tener una meta y querer llegar a ella.