

emociones: desde la ira hasta la decepción, pasando por el miedo, la alegría o la tristeza. “Es importante contribuir a su desarrollo emocional; si el profesor le dice a un niño que tiene mala letra y, en lugar de esforzarse por mejorarla, se lo cuenta a su mamá como una agresión y esta va a protestar al profesor, el niño confundirá la frustración con la agresión; en lugar de eso, se trata de enseñarle a aceptar que hay cosas que se dicen que te hacen daño, de ayudarles a etiquetar e interpretar sus emociones, a saber si están tristes, enfadados o tienen miedo, y explicarles que es normal sentirse mal de vez en cuando pero luego se pasa, y que lo que hay que hacer es esforzarse por mejorar”, explica Sierra.

Álava apunta que en ese camino de aprendizaje emocional, los padres han de correr con ellos pero no por ellos, estar a su lado para dirigirles y darles herramientas que les faciliten el camino, pero no quitarles todas las piedras de en medio. “Es como si al gusano no le dejas romper por sí mismo el capullo para que salga la mariposa; si con la excusa de ayudar lo rompes tú, no permitirás que esa mariposa llegue nunca a volar”, ejemplifica. Meritxell Pacheco llama la atención también sobre lo peligroso del “que sean felices ahora que pueden” que rige la actuación de muchas familias. “Lo importante es que lo sean también en el futuro, y no será así si educamos personas que no sabrán gestionar sus vidas”, advierte.

Porque las consecuencias de criarlos en una burbuja de mundo feliz es que los niños no aprenden a trabajar su frustración, no aprenden a organizarse emocionalmente ni a luchar para superar esa frustración, se vuelven insatisfechos permanentes porque se creen con derecho a conseguirlo todo y no soportarán que nadie les rechace en una relación personal o laboral, tienen una mala autoestima porque nunca se han enfrentado a dificultades que hayan tenido que superar por sí mismos y no relacionan el esfuerzo y el trabajo con el resultado, no saben gestionar la ira, la rabia o el miedo y, de adultos, cualquier situación estresante los desbordará. “Son chavales con potencial para estudiar, pero incapaces de organizarse porque siempre se lo han resuelto todo, y que fracasan a nivel laboral y personal, que caen en la ansiedad y en el estrés en cuanto una chica les dice que no quiere salir con ellos; no entienden cómo puede ser”, relata Montenegro.

Y ojo que, según los psicólogos, la situación también se vuelve en contra de los padres. “Los padres acaban asfixiados porque los hijos no son responsables de nada: si no hacen los deberes es porque no se han sentado a hacerlos con ellos; si no llevan la ropa de deporte limpia, es porque no se la han preparado... la culpa siempre es de los demás”, comenta Purificación Sierra. También es frecuente que al llegar a la adolescencia tengan peores relaciones con sus padres, porque se dan cuenta de que les han criado en un ambiente falso y se toman la revancha. ■

CRASO ERROR

“Tenemos que hacer algo: tu hijo le ha llamado tonto y dice que ya no es su amigo, y Marcos está muy triste”

Los padres no han de intervenir, sino dar a su hijo las pautas para relativizar las palabras del amigo —“seguro que estaba enfadado, ya verás como mañana se le habrá olvidado, puedes jugar con otros niños, ahora estás triste pero se te pasará...”—, dejarle que se le pase el disgusto y luego, decirle lo contentos que estamos de que lo haya resuelto solo. Si el conflicto con el amigo lo solventa él, crecerá su autoestima. Si lo resuelven los padres, el niño se llena de inseguridad porque no puede solventar las dificultades del día a día y no será un adulto feliz.

“Pues claro que eres bueno al fútbol, no les hagas caso, ¡tú eres el mejor, lo que ocurre es que no te dan buenos pases!”

Si a un niño se le da mal un deporte y se le engaña con excusas, se le hace creer lo que no es y no se crea una identidad sólida. Debe saber que hay cosas que se le dan mejor y peor, y que si se esfuerza podrá mejorar en las últimas, pero que ha de querer por todas.

“Tendrá 15 años, pero si no le ordenara yo su ropa y le preparara la bolsa de gimnasia, iría con el mismo chándal y la toalla sucia una semana tras otra. ¡Imagínate qué imagen!”

Más importante que la imagen social es que el hijo aprenda que si no se ocupa de sus cosas, no las tendrá arregladas porque nadie lo hará por él. Atribuirse la responsabilidad sobre cómo van o lo que hacen los hijos les vuelve más irresponsables y propicia que culpen a los demás de sus errores y fracasos.

“¡Cómo puede decirle a mi hijo que está en la inopia y que no sabe colocar ni un acento, delante de toda la clase!”

Si en lugar de hacer al hijo reflexionar sobre las críticas del profesor e instarle a esforzarse por mejorar su ortografía el padre acude al colegio a protestar al profesor, el chaval no aprende la emoción de la frustración, la confunde con una agresión. Si los padres no enseñan a identificar correctamente las emociones, luego no sabrán qué les pasa ni cómo actuar cuando sientan ira, miedo o rabia.



**DE LOS
FRACASOS
SE APRENDE;
NO HAY QUE
PRIVARLES
DE ELLOS**