



CONFERENCIA PARA FAMILIAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Neus López Roche. Psicóloga Infanto-Juvenil. Col. 12.143

Educación y obediencia, ¿por dónde empezamos?

“Las palabras mueven, pero el ejemplo arrastra”

- Introducción:

-La desobediencia, las rabietas, el negativismo, etc., constituyen parte de las dificultades de conducta más habituales durante la infancia. Estos problemas pueden resultar muy perturbadores para los padres dado que suelen suponer un desafío a su autoridad y control, llegándose a establecer un vínculo relacional coercitivo con los hijos. Estos problemas, lamentablemente, parecen ir al alza, incrementándose su magnitud, frecuencia y lo que es más significativo: la edad de inicio cada vez es más temprana. El conocido **Síndrome del Emperador** describe aquellos niños que se constituyen como verdaderos tiranos en su relación con los padres. Son exigentes, intolerantes y pueden llegar hasta la agresión si se les contraría en sus demandas. Son niños que no admiten el no.

-Según Javier Urra (Psicólogo de la Fiscalía de Menores de Madrid y autor del libro "El pequeño dictador"), *si tienes un niño pequeño que hace lo que quiere, que piensa que todos a su alrededor son unos satélites, que a los dos años no ayuda a recoger los juguetes, que jamás se pone en el lugar del otro, aprende que la vida es así y la madre es una bayeta que sirve para ir detrás de él. Si eso no se frena, cuando tiene 16 o 17 años se desborda: exige mucho dinero y cuando la madre un día le dice no, no lo tolera. Lleva 17 años oyendo que sí a todo. ¿Cómo que no?, dice. Entonces la empuja contra la pared, le tira la comida a la cara, la amenaza.*

-Muchos padres dan por sentado que su hijo ha nacido así: *"que le vamos a hacer..."* e incluso son capaces de establecer paralelismo con otros miembros de su familia: *"ha salido como su abuelo..."*. Todo ello parece denotar la sensación de impotencia para controlar la conducta por

parte de los padres, situando el origen del problema en factores externos a ellos mismos. Lo que ignoran es que, habitualmente, conductas como la desobediencia están fuertemente controladas por varias variables de las que no son ajenas los propios padres.

- El control de las consecuencias:

Se dedica más atención a las conductas inadecuadas de un hijo que a sus conductas adecuadas. En la base de todo ello está el hecho de que suele esperarse que el niño debe portarse bien siempre y que, por tanto, no debe ser halagado o premiado por ello. El niño puede realizar a lo largo del día muchas conductas correctas pero no recibe a cambio ninguna atención especial por parte de los padres. Por el contrario, dado que un padre no debe consentir que su hijo sea desobediente o se porte de forma incorrecta, es rápidamente advertido o castigado. El niño se da cuenta que con este tipo de comportamiento suele atraer la atención de su padre (a pesar de que es para regañarle) y quizás sea la única forma que conozca de conseguir que le preste algo de atención.

El escaso tiempo de dedicación determina en algunos niños la aparición de conductas no adecuadas, de desobediencia o incluso somáticas (dolores, enfermedades sin causa orgánica aparente). Cada niño es diferente y sus necesidades de atención por parte de los padres pueden variar de unos a otros, es por ello que no pueden establecerse pautas generales para todos. Sin embargo, la aparición de conductas problemáticas es un síntoma inequívoco que debe ponernos en guardia y hacernos más sensibles hacia las posibles demandas afectivas que reclama el niño y no satisfacemos.

- Las características propias de los padres y su interacción con los hijos:

Otro factor importante a tener en cuenta son los **estilos educativos de los padres**. Hoy sabemos que los padres que combinan el afecto emocional alto hacia los hijos, pero también su control, son los que obtienen los mejores resultados en cuanto al funcionamiento afectivo e intelectual de sus hijos con un mínimo de problemas de conducta. Este estilo educativo denominado "democrático" y considerado como el óptimo, según algunos estudios, se caracteriza por que el niño se siente amado y aceptado, pero también comprende la necesidad de las reglas de conducta y las opiniones o creencias que sus padres consideran que han de seguirse. ***Como padres debemos saber ser generosos pero, a la vez, es imprescindible establecer límites claros a las conductas y demandas de nuestros hijos.*** Si así no se hace, las

demandas aumentarán y la percepción del niño será de que tiene el control sobre nosotros y que sus solicitudes son derechos reales a los que no tiene por qué renunciar.

- Sugerencias y pautas de actuación:

Las pautas generales que se sugieren a continuación se exponen a nivel informativo con la única intención de dar algunas orientaciones. En ningún caso pueden sustituir las directrices que le haya podido dar su especialista. Consulte al profesional cuando las conductas presentan unos niveles excesivos en cuanto a magnitud, frecuencia o perseverancia en el tiempo.

- Estas pautas tratan de minimizar, corregir o establecer conductas con niños de forma eficaz. No todas ellas van a funcionar en todos los niños, pero sí pueden aportar una primera orientación a padres y educadores de cómo tratar el problema.

1-LÍMITES: Atrévase a poner límites a sus demandas. Si no lo hace a edades tempranas luego será mucho más difícil establecerlos. Intente explicarle su punto de vista de forma calmada y adecuándola a la edad del niño. No utilice el tono imperativo ni los gritos. Hágale saber más bien que está triste por su comportamiento, que está decepcionado, pero manténgase firme en su posición.

2-CLARIDAD: Sea claro en las instrucciones. Si queremos establecer límites, el niño debe saber exactamente qué le pedimos. Si le decimos "*pórtate bien*" esto puede suponer diferentes cosas en diferentes situaciones. Es más eficaz concretar la demanda en una situación concreta. Por ejemplo en una situación de paseo por la calle le diremos "*no cruces hasta que esté el semáforo verde*", en la casa en situación de juego "*no tires los juguetes*".

3-ATENCIÓN: Préstele atención cuando realice las conductas deseadas en caso contrario retíresela. El halago verbal y sincero funciona muy bien como apoyo de otros refuerzos. En caso de aparición de una conducta disruptiva (rabieta...) retire la atención sobre el niño (Tiempo Fuera). Un premio no esperado y contingente a la realización de alguna conducta deseada aumentan la probabilidad de que vuelvan a ocurrir.

4-COMPLICIDAD: Cuando se establecen unos límites o normas, estos deben ser respetados por todos los miembros de la familia. Padres, hermanos o abuelos deben actuar de igual modo ante las conductas problema del niño. Si sólo es el padre o la madre la que exige ciertos requisitos al niño, el avance es mucho más complicado sino imposible.

5-MINIMIZAR: Cuando dé instrucciones minimice el NO. Con niños es más efectivo el decirle lo que debe hacer que lo que no debe hacer. Por ejemplo es más conveniente decirle: "habla bajito" que "No chilles". La primera la experimenta como una sugerencia la segunda como una imposición.

- Debemos siempre desaprobar las conductas (morder, desobedecer, gritar....) nunca al niño (eres un desastre, eres muy malo, eres...).

6-ELECCIÓN: Que elija él. A la hora de darle instrucciones podemos minimizar la probabilidad de desobediencia si proporcionamos al niño varias opciones para que él elija. Por ejemplo en lugar de decirle sólo: "*recoge los juguetes*", podemos añadir: "*mamá va a ayudarte a recoger los juguetes, ¿dime cuales prefieres guardar tu?*" Al niño se le recuerda que la responsabilidad de guardar los juguetes es suya, pero, a la vez, tiene cierta sensación de control sobre la situación y tolera mejor la demanda del adulto. Una vez establecido el hábito de recoger probablemente lo haga sin demasiadas quejas y ayudas.

7-EXPLICACIÓN: Acompañe la demanda con una explicación. Si damos una explicación a una instrucción dada podemos ayudar a que interioricen valores de conducta. Por ejemplo podemos decirle: "*si pegas a tu hermanito se pondrá triste y no querrá jugar más contigo*". Se trata de que entienda que nuestra demanda no es por capricho o por llevarle la contraria, sino por que tiene unos efectos molestos sobre nosotros u otras personas y que esto comporta consecuencias.

8-ALTERNATIVA: Una alternativa cuando tengamos que decir NO. Cuando tengamos que pronunciar un NO es importante minimizar su efecto con una alternativa: "*NO te puedo comprar una pasta antes de comer, pero sí te daré después el helado que te gusta*"

9-FLEXIBILIDAD: Debemos crear límites y normas pero a la vez hay que saber ser flexibles en situaciones especiales a valorar por los padres. Los niños crecen y los problemas y sus circunstancias cambian. Debemos estar abiertos a revisar y modificar el sistema de contingencias cuando sea necesario. Una rigidez extrema en la configuración del sistema y sus normas es la mejor invitación a su incumplimiento.

10-COHERENCIA: Tiene que haber coherencia entre lo que se le exige al niño y lo que él observa en su entorno más inmediato. No podemos pedirle obediencia y respeto hacia la madre a un niño que vive en un entorno de menosprecio o maltrato familiar.

11-CONTROL: Controle sus emociones. Cuando estalla el problema. Cuando su hijo ha repetido la conducta que no deseamos, cuando nos llaman del colegio, cuando todo parece hundirse... tómese un tiempo antes de responder. Sabemos que es complicado y que si no se lanza un grito algo parece romperse en nuestras entrañas. Es fundamental el control de las emociones. Nuestro objetivo es educar al niño. Si somos demasiado emocionales no estamos en condiciones de ofrecer el mejor modelo de nosotros mismos. Proporciónese un tiempo de respiro, retire la atención al niño de la forma que permitan las circunstancias, hágale saber inmediatamente su disgusto y luego en frío analice la situación y tome las decisiones oportunas.

- No caiga en la trampa de enzarzarse en un diálogo de recriminaciones con su hijo. Es la mejor forma de acabar estableciendo un tipo de relación conflictiva o coercitiva que no le va a llevar a ninguna parte. Esto no quiere decir que la mala conducta no deba tener sus consecuencias para el niño, sino que éstas deben ser pensadas en frío aunque aplicadas lo antes posible para que sean efectivas.

12-CONSTANCIA: Es básico ser constante en la aplicación de cualquier estrategia que quiera modificar o establecer conductas. No se desanime a la primera de cambio. Suele ocurrir que cuando se aplican límites o normas por primera vez se produzca una reacción negativa. Esto es especialmente notable en aquellos casos en los que el niño percibe que se le van a retirar ciertos privilegios. Ello puede provocar, de inicio, un aumento de la frecuencia y magnitud de los episodios problemáticos que luego, en la mayoría de casos, remiten y se corrigen.

Y SI TODO FALLA: Ya se ha dicho que cada niño es un mundo y cada conducta problemática es fruto de multiplicidad de factores externos e internos. Cuando el comportamiento se hace incontrolable, pese a la dedicación y esfuerzo de los padres o tutores, busque ayuda en algún profesional de la salud infantil (psicólogo infantil, pediatra...). El peor aliado es dejar pasar el tiempo sin actuar.