



PUEDEN TENER IMPACTOS EN EL DESARROLLO:

Especialistas infantojuveniles destacan los errores más comunes que cometen los padres en la crianza



No preguntarles su opinión respecto a decisiones que se toman sobre ellos, no dejarlos escoger o resolver ciertos problemas por sí solos —acorde a su edad—, así como tener exigencias desproporcionadas, son algunas de las equivocaciones.

ANNA NADOR

Criar a un niño o adolescente es difícil: compatibilizar los distintos estilos de crianza de los padres, las diversas presiones —internas y externas—, educar en un contexto cambiante y tener poco tiempo para los hijos por las obligaciones del trabajo son algunos de los problemas, reconocen especialistas locales.

"Hay muchas ansiedades y presiones puestas en la crianza. Eso hace que la labor sea más difícil. Parte de la crianza normal es que haya errores. A veces, lo que hace más daño es la ansiedad por ser perfecto como padre. En la medida en que uno acepta que tiene errores, también es más humilde al ejercer la labor y está más dispuesto a aprender y a pedir ayuda", considera Alfonso Correa, psiquiatra, jefe de la Unidad de Psiquiatría Infantil de la Clínica Alemana y editor del libro "Acompañando en el Camino de la Crianza de 0 a 10 Años".

De hecho, es común que se cometan errores, aun cuando se intente no hacerlo. "Es imposible que los padres no cometan errores. Pero el error en la crianza uno también lo puede ver como una oportunidad: lo importante es que el padre sea capaz de reconocer ese error frente a los hijos y que de esa manera les en-

señe a los hijos que en la vida se cometen errores y que uno los repara", dice Cecilia Besser, psicóloga infantojuvenil y directora de la Clínica Psicológica de la U. Diego Portales.

Aquí tres especialistas señalan cuáles son los errores más comunes en la crianza y qué hacer ante ellos, ya que estos pueden tener impacto en el desarrollo de los hijos.

No escucharlos

Correa explica que "un error frecuente es sentir que el niño es parte de uno y que es un ser que solo recibe información y no que da información. Desde recién nacidos, tienen características de temperamento, sus ritmos de sueño y de alimentación, que se van construyendo en el camino, en conjunto. No es algo que viene solo desde el adulto, ni solo desde el niño. Entonces, hay que estar atento a las necesidades del que nace, a su estilo de ser".

También, cuando son más grandes, concuerda Besser, "los padres tienden a no preguntarles a los niños sobre las decisiones que se toman sobre ellos y hacer lo que los padres, desde su visión de adultos, creen que es mejor para el hijo. No estoy diciendo que los hijos deben tomar sus propias decisiones, sino que tienen el derecho a opinar: decir qué es lo que quieren y necesitan. Debemos escu-

char la voz de los niños y, de esa manera, vamos a cometer muchos menos errores de los que cometemos normalmente siendo padres".

Evitar los límites

"Los límites son tan necesarios como los abrazos", asegura Besser. "Todavía hay padres que tienden a asociar que los límites con los hijos son castigos. Hoy día tenemos padres que son mucho más permisivos, que tienden a evitar bastante los límites con los niños, y no entienden que eso genera mucha ansiedad a los niños".

De hecho, poner límites ayudaría a evitar peleas y a la regulación emocional de los hijos. "En realidad, los límites que se les pongan a los niños es lo que les entrega un contexto de seguridad. Cuando los hijos saben exactamente lo que ellos no pueden hacer y también lo que se espera de ellos, tenemos niños que son mucho más regulados", añade.

La clave está en poner el límite; por ejemplo, que el niño se tiene que dormir a cierta hora, incluso se puede explicar el razonamiento detrás de esta decisión, y mantener ese límite de forma intransigente, solamente flexibilizándolo en situaciones excepcionales, aconseja la psicóloga.

Exigirles demasiado

Gustavo Valderrama, pediatra y jefe de Servicios Pediátricos de la Clínica RedSalud Santiago, señala que "hay padres que tienen una exigencia descontrolada, que buscan que sus hijos obtengan resultados inmediatos, y que sean el número uno".

En cambio, el llamado es a potenciar sus habilidades, sin exigirles demasiado, sugiere. "Hay que buscar en cada niño cuáles son sus virtudes y habilidades. Hay niños que en matemáticas nunca van a ser buenos, pero pueden ser brillantes en arte, deporte o lenguaje. Entonces hay que buscar hacia dónde van las habilidades de cada niño, y esas habilidades tratar de ir potenciándolas en un marco de valor, respeto, paciencia y perseverancia".

Excesivo asistencialismo

"El error que tienen los padres hoy día es un excesivo asistencialismo", considera Besser. "Si el niño está almorzando y dice, 'mamá, ¿me traes agua?', la mamá se para y busca el agua. En vez de decirle, 'párate tú y busca el agua', o 'anda tú y saca tu ropa para mañana'. Eso les da mucha seguridad a los niños. Un niño que es capaz de elegir, que es capaz de ser autónomo y que se le reconoce esa autonomía, es un niño que va a ser mucho más seguro de sí mismo".

En ese sentido, apunta que hay que ir dejando a los niños escoger, por ejemplo, la ropa que se pondrán

o intentar resolver un conflicto con un par por sí solos e intervenir solo cuando se observa que el menor no fue capaz de resolver el problema.

"Hay que irles dando espacio para que vayan avanzando en su autonomía. Toda persona necesita irse sintiendo útil, competente y capaz de tomar decisiones. La única forma de que uno llegue a ser un adulto responsable es que, paso a paso, desde la niñez vaya avanzando en ese aspecto, en ir dándose cuenta de que es el gestor de su propia vida", coincide Correa.

Darles poco tiempo

Entregarles poco tiempo y de mala calidad a los hijos es otro error frecuente, consideran los expertos. "Jugar poco con los hijos, creer que solo necesitan que les compremos cosas y no que les entreguemos afecto y tiempo, y eso es a todas las edades", afirma Correa.

"El compartir espacios conjuntos es a través de lo que más se aprende, no solo sobre cómo llevar su propia vida y sus decisiones, sino que se recibe afecto, por el hecho de que estén atentos a mí y para eso se necesita tiempo. Si uno no está atento al otro, la persona no se siente querida, importante o valiosa", explica el psiquiatra.

La idea, señala Besser, "es escucharlos, jugar con ellos, saber qué es lo que está pasando en su vida, es decir, que sea un tiempo de mayor calidad".

"Los tiempos de compartir en conjunto son claves en la crianza de los niños. No es solo ir al mall o ir al cine, sino que a veces simplemente estar: poder contemplar una puesta de sol, poder jugar sin una finalidad determinada", dice el psiquiatra Alfonso Correa.

ISTOCK