

¿QUÉ PODEMOS HACER NOSOTROS COMO PADRES Y MADRES PARA FAVORECER Y POTENCIAR LAS HABILIDADES DE NUESTROS HIJOS?



Ser padres no es algo complejo, pero ser buenos padres sí lo es. No hay asignaturas en las escuelas, ni en las universidades que preparen a las personas a afrontar la paternidad y maternidad o que al finalizar dichos estudios nos examinen en estas áreas para saber si somos aptos o no para ser padres/madres (sería algo impensable). La maternidad comienza desde el momento en que se confirma que se está embarazada, en la mayoría de los casos la noticia se recibe con ilusión y también con incertidumbre. El momento en que tenemos en nuestros brazos el ser que se ha gestado durante 9 meses dentro de nosotras es un momento mágico y al mismo tiempo aterrador. Vemos a una criatura que esta a nuestra merced y en ese momento te preguntas si podrás estar a la altura de dicha responsabilidad. Durante la gestación, se suele comprar libros y revistas donde te dan consejos y trucos de todo tipo (objetos imprescindibles para la habitación del bebe, posturas adecuadas para la lactancia, qué hacer si tu hijo no duerme..., el mundo de la puericultura es inmenso) pero de manera inconsciente lo que se suele hacer es imitar a nuestros padres; durante la infancia y adolescencia ellos han sido nuestra referencia y modelo a seguir por lo que no es extraño recurrir a ellos para pedir ayuda y guía. Y casi sin apreciarlo te das cuenta que le estás repitiendo a tu hijo exactamente la misma frase que te solía decir tu madre y que tanta rabia te daba.

Autora: **Sunhwa Marchán**. Elaborado con motivo de la mesa redonda "Cómo Educar niños competentes". Espacio Ronda Madrid, 5 de julio 2014. Organiza: Asociación de Mujeres por la Paz Mundial.

No obstante, con las nuevas tecnologías, cada vez se encuentra mas información en las redes donde nos dan consejos y trucos prácticos. Hay manuales, libros, programas televisivos donde enseñan y dan consejos en educación pues cada vez se le da mas importancia a la crianza de los infantes, y de cómo hacerlo correctamente. Existen incluso webs de escuela de padres o universidad de padres muy interesantes.

Todos los consejos que se nos dé pueden ser válidos y útiles, pero es necesario comprender que cada niño/a es un ser individual con su forma de ser, su propio desarrollo y necesidades y que son los padres/madres quienes deben observarlo. Por todo ello, aunque hay patrones y guías generales en la educación, se debe tener en cuenta que lo que a un niño/a le viene bien, a otro puede que no le sirva porque ya haya alcanzado dicha habilidad o precise refuerzos en otras áreas...

En resumen, educar puede ser complicado si no tenemos una mente abierta, flexible y capaz de observar cómo van creciendo nuestros hijos e hijas, pues como propiamente se entiende por crecimiento, se trata de un proceso dinámico y cambiante donde se van superando etapas y donde surgen nuevos desafíos. Los niños/as son personas en desarrollo, indefensos, que precisan de nuestra atención y cuidados para crecer sanos física y mentalmente. El sentimiento de pertenencia a un núcleo de personas al que se le llama familia es vital para todas las personas pero en especial para ellos.

El hogar donde crecen los niños/as debe ser un lugar donde ellos se sientan protegidos y seguros, donde tengan claro que van a encontrar amor, cariño y comprensión; son los pilares necesarios para conseguir que nuestros hijos/as se desarrollen de manera integral.

La vida comprende varias etapas y crisis que deben ser superadas para seguir avanzando hacia la madurez, si no se superan dichas crisis el desarrollo neurológico se verá ralentizado hasta que se consiga.

El primer año de vida se caracteriza por ser una etapa de rápido crecimiento y de cambios en la composición corporal. Es el único periodo de nuestra vida en el que nuestro desarrollo físico y neurológico avanza a pasos tan agigantados. Nuestra labor como padres/madres suele centrarse en mantener las necesidades físicas del pequeño cubiertas: alimentación, higiene, calor, descanso, amor, cariño, seguridad...

En los 2 primeros años de vida los niños/as desarrollan grandes habilidades cognitivas y psicomotoras. Tiene interés en conocerse y autoexplorarse, son capaces de expresar emociones como alegría, miedo, celos, vergüenza, tristeza. El niño/a comienza a imitar sonidos a los que les da sentido, adquiere conciencia de sí mismo, aprende a controlar los esfínteres, establece relaciones con otras personas, en la que juega un papel importante el apego seguro.

En la etapa de 2 a 6 años se desarrolla la autoestima e inteligencia emocional (que actualmente está de moda escuchar en los colegios y la televisión). Es muy interesante observar los dibujos que

realizan los pequeños de sí mismos, de su entorno o familia, es una radiografía de cómo se ve el niño a sí mismo, además de ser una herramienta muy útil para profesores, psicólogos y médicos. Es una etapa donde los niños/as son egocéntricos y donde comienzan a desarrollar juegos simbólicos con sus amigos.

Los siguientes años que comprenden de los 7 a 11 años, se vuelven cada vez más independientes y autónomos y comienzan a mostrar interés y preocupación por cuestiones morales. Comienzan a tener pensamientos más estructurados y con más lógica.

Y posteriormente viene la época tan temible de la adolescencia.

Se ha observado que la estimulación cognitiva desde edades muy cortas no solo es positiva para la madurez neurológica sino que va a determinar cómo nos vamos desarrollando en nuestra infancia.

Y ¿qué podemos hacer nosotros como padres/madres para favorecer y potenciar las habilidades de nuestros hijos?

Clifford C. Marcussen, un educador americano que ha colaborado como investigador para la revista *The Plain Truth* fundada por el famoso evangelista de radio Herbert W. Armstrong, explica de manera sencilla como educar a los hijos/as para que desde la edad de un año se desarrollen con éxito. A través de un estudio va describiendo pequeñas acciones que realizan las madres con hijos/as exitosos y los compara con aquellos niños/as que han sido educados por madres que no han sabido cubrir sus necesidades cognitivas.

El estudio se desarrolló durante 7 años con una muestra de 400 niños y niñas con edades de 3, 4 y 5 años además de sus respectivas familias. Los investigadores querían determinar qué habilidades permiten a algunos niños/as poder hacer frente de una manera superior cualquier situación del día a día. Descubrieron que la mayoría de las cualidades que distinguen a un niño/a de seis años de edad que se destaca de los demás comienzan a aparecer alrededor de los doce meses. A los tres años, era sorprendentemente evidente, pues se observó que durante el período de 10 a 36 meses los niños/as desarrollaban muchos de los atributos que los bendecirían o maldecirían durante toda la vida.

Desde entonces, se comenzó a estudiar las diferencias entre hogares donde los niños/as de uno a tres años desarrollaban habilidades superiores y los que por el contrario, niños/as normales, se desarrollaban de manera más pobre.

Además el lapso de los 10 a 18 meses demostró ser particularmente crucial, pues varios acontecimientos importantes parecen unirse y demostrar la capacidad de cada familia para criar hijos. La calidad en que los padres crían a sus retoños queda demostrado en cómo consiguen superar la crisis del primer año.

A continuación os comento los desafíos por los que pasan los niños/as y como superándolos de una manera o de otra puede marcar su desarrollo en el futuro.

- Lenguaje

Es una destreza que se aprende de manera natural en los primeros años de vida, pues el bebe empieza a hablar en interacción con su madre y con los adultos. Para el desarrollo del lenguaje existen dos factores necesarios: La maduración biológica y las influencias ambientales.

El primero está referido a los órganos que intervienen en el habla, que nos hacen capaces de emitir sonidos, palabras, frases y comunicarnos oralmente; el segundo se refiere a que los niños/as necesitan de oportunidades que brinda el entorno y de una estimulación adecuada. Al utilizar el lenguaje oral, el niño/a recibirá el afecto y la atención de los padres /madres y se dará cuenta que hablar es necesario para comunicar sus necesidades y deseos.

Los expertos le dan una especial importancia al entendimiento del lenguaje, el cual comienza entre los 8-9 meses.

Aquellas madres con hijos/as destacados se dieron cuenta a esa corta edad del interés que sus hijos/as demostraban cuando ellas les hablaban y no escatimaron en hablarles continuamente para estimularles, a menudo seleccionando las palabras que les despertaban mayor interés. Aprovechaban cualquier momento del día para hablarles: en el baño, al vestirse, con los juegos... Los niños/as, gracias al aprendizaje por modelamiento (por imitación) van copiando palabras sencillas, y con tiempo y constancia forman frases cortas. Los bebes que recibieron mas atención de sus madres lo consiguieron de manera precoz.

En cambio, los niños/as que crecieron sin tantos estímulos para desarrollar su potencial, pasaban más tiempo frente al televisor y desarrollaron el lenguaje mas tarde.

- Desarrollar la curiosidad

Desde el momento en el que nacen, los niños/as tienen curiosidad por conocer el mundo, quieren averiguar qué les rodea, por ello, es fundamental respetar su instinto natural de exploración, de indagación, de preguntar e interesarse por todo.

Para ello van a ir adquiriendo habilidades con su cuerpo. Se dice que el desarrollo neurológico del bebe se produce en sentido céfalo-caudal, es decir, lo primero que se aprende a controlar es todo aquello relacionado con la cabeza (hacia los 3 meses el bebe controla su cuello y es capaz de mantenerse erguido) posteriormente es capaz de sujetar el tronco y mantenerse sentado (5-6 meses), a continuación el bebe comienza a coger fuerza en miembros superiores e inferiores y son capaces de gatear gracias a la gran coordinación cerebral que van adquiriendo, y posteriormente se produce el aprendizaje de la marcha (entre los 10-12 meses). Todo se produce de manera esperable y natural en el niño/a; de hecho, tienen periódicamente revisiones con su pediatra quien valora, entre muchas cosas, el desarrollo psicomotor del bebe.

En el estudio, se observó una diferencia entre los dos estilos de educación en la etapa de gateo: en algunos hogares la curiosidad por gatear era motivada y en otros era frustrada.

La etapa de gatear es vital para el desarrollo neurológico y es necesario pasar por ella antes de aprender a andar. En dicha etapa confluyen varias situaciones en el niño/a: se desarrolla la motricidad, tienen una intensa curiosidad, un pobre control del cuerpo, ignorancia del peligro, ignorancia del valor de los objetos...

Aquellos que somos padres/madres sabemos que la época de gatear y aprender a caminar entraña peligros, se pueden caer y hacer daño, se dan golpes con los muebles, las puertas pueden pillarles... La manera en que las madres "excelentes" solucionaban estas situaciones era adaptando su hogar a las necesidades del pequeño y aceptando un nivel tolerable de desorden producido por el niño/a. Las madres animaban a sus hijos/hijas a explorar y experimentar sensaciones con juguetes, materiales, sonidos, colores; y en muy pocas ocasiones usaban el parquecito infantil. Estas madres incluso permitieron a sus hijos/as correr pequeños riesgos (pero seguros) en lugar de sobreprotegerlos e interferir con su curiosidad. Con cuidado, adaptaban sus hogares colocando objetos de valor o peligrosos fuera de su alcance, tapando enchufes, colocando seguros a las puertas...

En cambio, se producía lo contrario en los hogares con madres que apenas estimulaban a sus hijos/as. Éstos pasaban muchas horas en el parquecito infantil, con pocos estímulos y con la intención de que estorbasen lo menos posible a sus madres.

- Socialización.

La socialización es el proceso mediante el cual el ser humano aprende e interioriza, en el transcurso de su vida, los elementos socioculturales de su medioambiente, los integra a la estructura de su personalidad, bajo la influencia de experiencias y de agentes sociales significativos, y se adapta así al entorno social en cuyo seno debe vivir.

Los agentes sociales más representativos son la familia, porque posee un rol primordial ya que es el primer nivel social al que tenemos acceso y la escuela.

Alrededor del año de edad comienzan a revelar un creciente sentido de individualidad y va floreciendo su personalidad. La disciplina es necesaria tanto para obtener una correcta dinámica familiar, como para que los hijos/as aprendan a controlarse y puedan convertirse en un adulto/a integrado/a socialmente, sin problemas de adaptación y en consecuencia de autoestima.

Los niños/as están constantemente poniendo a prueba sus límites descubriendo así que comportamiento es aceptable y cual no.

Muchas de las acciones que realizan obtienen la palabra NO como respuesta de los padres/madres y la gran mayoría de las veces parecen hacer caso omiso a la orden y continúan con su voluntad de hacer lo que se les ha prohibido.

Sin embargo, los niños/as que desarrollaron sus capacidades con más excelencia tuvieron una madre que era hábil a la hora de fomentar una educación más positiva, donde la mayoría de las

órdenes estaban realizadas de manera positiva (ejemplo: la orden "no grites" cambiarlo a "habla mas bajo", "no juegues a la pelota dentro de casa" se puede decir: "juega a la pelota en el jardín")

En estos casos, la madre tampoco les imponía las cosas que le interesaban a ella, sino que permitía al niño/a explorar aquellas cosas que más le estimulaban y entusiasmaban.

Pero esas madres también prohibían algunas actividades, mostrándose constantes y firmes con las normas. Muy al contrario de lo que les pasaba a las madres con niños/as con menor desarrollo, pues fracasaban a la hora de ponerles límites.

Los psicólogos se dieron cuenta que los niños/as probaban a sus padres/madres constantemente, también eran capaces de aceptar rápidamente las normas que se les daban si ellos se mostraban firmes. Si las normas están claras y son sencillas de entender aprenden rápido a obedecerlas y cooperar.

Si los padres/madres no son constantes ni consistentes, los niños/as intentarán ir más lejos y aprenderán que la beligerancia y permisibilidad, les permiten hacer lo que a ellos más les plazca sin tener consecuencias, llegando a producirse situaciones frustrantes y desagradables para ambos, padres e hijos. Eso dificulta no sólo el crecimiento psicosocial del niño/a, sino también sus habilidades para autolimitarse, al no tener autocontrol.

Los niños/as, durante el periodo de dos años parecen aprender mucho sobre su madre y sus reacciones. La estudia y se relaciona con ella de una manera muy íntima llegando a desarrollarse un fuerte vínculo entre ambos.

Como resumen final del estudio, los resultados concretan que las madres excelentes obtenían un gran placer en educar a sus hijos/as y con los éxitos que ellos conseguían, y eran capaces de mantenerse muy interesadas en su desarrollo y sus intereses. Ellas se sentían felices con tener a sus hijos/as jugando cerca, apesar de las interrupciones que ello suponían. Atendían sus demandas y preguntas, animaban sus logros y elogiaban sus avances. Pero también, si el niño/a demandaba la atención de sus padres en momentos inoportunos, estas madres les decían que debían esperar porque ellas también estaban ocupadas. De esa manera iban aprendiendo a autocontrolarse y tener paciencia.

Por último añadir que las personas somos seres sociales y necesitamos relacionarnos entre nosotros. Formar a nuestros hijos/as en la afectividad es ayudarlos a desarrollar su capacidad de amar. El amor se transmite principalmente en la familia.

Es en el seno familiar donde cultivamos lo humano del hombre y la mujer, se enseña a pensar, a profundizar, a reflexionar. Es en el ámbito de la familia donde las personas aprendemos el cultivo de las virtudes, el respeto, la honradez, la generosidad, la responsabilidad, el amor al trabajo, la gratitud, etc. La familia nos invita a ser creativos en el cultivo de la inteligencia, la voluntad y el

corazón, para poder contribuir y abrirnos a la sociedad preparados e íntegros.

“El amor es una fuerza emocional que une al sujeto amante con el objeto amado para hacerle crecer respetando su propia naturaleza” Por sujeto amante se entendería a los progenitores y objeto amado a los hijos/hijas. Esta definición nos permite aplicar la idea de amar verdaderamente en cualquier contexto, es decir, siempre es el sujeto el que toma la iniciativa de amar al objeto amado, y si lo hace lo hace para ayudarle a crecer, respetando su propia naturaleza (entendiendo lo que esa persona necesita para desarrollar sus potenciales). No se trata de educarles para que alcancen la perfección (es un concepto utópico) sino que consigan habilidades mentales y sociales que les permitan tener una vida mas plena y feliz, porque, al fin y al cabo, el mayor deseo de los padres es ver a sus hijos/as felices.

Educar a nuestros hijos/as para que aprendan a dar valor a algunas conductas y comportamientos les ayudará a convivir de mejor manera y a sentirse bien en el ambiente en que se encuentren. Los valores son las reglas de conducta y actitudes según las cuales nos comportamos y que están de acuerdo con aquello que consideramos correcto. Al nacer, los niños/as no son ni buenos ni malos. Con la ayuda de sus padres/madres, educadores y de los que conviven con ellos, aprenderán lo que está bien y lo que está mal decir, hacer, actuar, vivir.

Valores como la amistad, la comprensión, la tolerancia, la paciencia, la sinceridad, la solidaridad y el respeto, son esenciales para un sano desarrollo de los niños/as. Un niño/a que conoce el límite del otro, podrá vivir una vida sana y saludable, sea en su entorno familiar o escolar. Un niño/a que sabe respetar a los demás, será más fácilmente respetado.

Los niños/as aprenden con el ejemplo. El ejemplo que dan sus padres/madres en su forma de relacionarse con los demás, de pedir las cosas, de compartir mesa, asiento, de cooperar, de ayudar a los demás, de defender, de reclamar, de tolerar y aceptar. Si los progenitores no tienen paciencia con su hijo/a, ¿qué es lo que el niño/a va a aprender? La responsabilidad que tienen los padres/madres en la transmisión de los valores a sus hijos/as es crucial.

La paternidad es algo muy satisfactorio. No hay mayor alegría que ver a tu hijo crecer feliz y sano, que se levante cada mañana con la mirada curiosa y vivaz, que se quiera comer el mundo con los ojos, que se sorprenda con lo que aprende. Los niños son auténticas esponjas y como se mencionó antes, en toda nuestra vida no se volverá a repetir la capacidad de aprendizaje en los 6 primeros años de vida.

Muchas gracias por vuestra atención.

Sunhwa Marchán

Enfermera, Depto. Joven de la Fundación para la Paz Universal

Autora: **Sunhwa Marchán**. Elaborado con motivo de la mesa redonda “Cómo Educar niños competentes”. Espacio Ronda Madrid, 5 de julio 2014. Organiza: Asociación de Mujeres por la Paz Mundial.