

DISCIPLINA CON AMOR

Cómo poner límites
sin ahogarse en la culpa

Guía para padres y maestros

Rosa Barocio



ÍNDICE

Introducción	15
PRIMERA PARTE	
Capítulo 1. La educación autoritaria	27
Mundos separados: el mundo adulto y el mundo infantil	28
El bienestar del niño como prioridad	29
El apoyo familiar, un sostén importante	30
Secuelas emocionales del maltrato	31
Educación autoritaria en las escuelas	32
Capítulo 2. El salto del autoritarismo a la permisividad	35
Mundos integrados: el niño invade el espacio del adulto	36
¿Inteligencia es lo mismo que madurez?	37
¡Peligro! Especie en extinción: el niño inocente	43
¡Apúrate, mi hijita!	45
El tiempo ahorrado	46
El niño paga el precio de la prisa	48
Capítulo 3. ¡Bienvenido el estrés!	53
Adiós a las rutinas	53
El efecto <i>Dr. Jeckyll y Mr. Hyde</i>	55
El niño intelectual con cabeza de champiñón	57
El hijo calificación	60

Capítulo 4. ¡Auxilio, no puedo sacar a mi hijo de mi cama!	65
Padres agotados	65
Tres razones importantes por las cuales el niño necesita su propio espacio	71
Ayudas positivas	74
Capítulo 5. El padre malvavisco	77
Pérdida de la confianza en sí mismo	80
Parálisis de la voluntad	80
Miedo a perder el amor del hijo	82
El nuevo triángulo amoroso: la madre, el padre y la culpa	84
El padre adolescente	86
Capítulo 6. El hijo demandante	89
El síndrome del niño consentido (SNC)	89
Síntomas del niño consentido	91
Tiene todo y nada le interesa	96
Causas de la apatía en el hijo	96
Consecuencias de darle demasiado al hijo	101
¡Que se lo gane con el sudor de la frente!	103
Dar lo justo: ni de más ni de menos	104
La información muerta	104
Indicios de que tu hijo sufre de SNC	105
Capítulo 7. ¡Mi hijo tiene un chip digital!	109
Padres sin ADN digital	109
Nuevamente ¡equilibrio!	111
El uso responsable de la tecnología	113
Pon límites claros	115
Videojuegos	125
El mejor de los regalos: tu tiempo	126

SEGUNDA PARTE

Capítulo 8. Educar se escribe con E de equilibrio	131
Una nueva alternativa: la educación consciente	131
Capítulo 9. Sobreproteger y abandonar	141
Pon tu amor en acción, ¡cuida a tu hijo!	142
Cuando se pierde el equilibrio	143
Hacer de menos: abandonar	144
Hacer de más: sobreproteger	147
Causas de la sobreprotección	152
Sobreprotección y el niño con discapacidad	159
Y tú, ¿qué tanto sobreproteges a tu hijo?	161
Capítulo 10. Habilita, alienta y confía	167
¡Yo solito!	168
Alienta y apoya emocionalmente a tu hijo	172
Reconoce sus logros	173
Siembra la semilla de la confianza	
en sí mismo	177
Ideas equivocadas sobre la confianza	179
Capítulo 11. Expectativas cerradas y abiertas	185
Sueños frustrados	186
¿Por qué tienes expectativas cerradas de tu hijo?	188
De la negación a la frustración	192
¡Estoy defectuoso!	193
Adiós al amor incondicional	194
Ideas y actitudes equivocadas de padres con expectativas cerradas	195
Creencias equivocadas	195
Abre tus expectativas	197
Un regalo para tu vida	198

El plan maestro de la vida de tu hijo	199
Resumiendo	199
Capítulo 12. ¡No me compares!	201
Las comparaciones son juicios que lastiman	201
¡Alto a las comparaciones!	206
Reconoce sus habilidades y fortalezas	207
Reconoce el lugar que tiene en tu corazón	208
Reconoce el lugar que tiene entre sus hermanos	209
El hijo único	211
Reconoce su lugar como hijo	212
Cuidado con tener favoritos	214
Capítulo 13. Disciplina con amor	217
Cultiva su autoestima	217
Una persona con baja autoestima	218
Una persona con alta autoestima	218
Las etiquetas son camisas de fuerza	219
Aplica disciplina con amor	221
Reglas de oro	223
¿Para qué poner límites?	224
¿Qué significa autodisciplina?	224
Cultiva un corazón amoroso	226
Conclusión	227
Cuadro resumen: actitudes que lastiman, actitudes que educan con amor	231
Bibliografía	235

EL SALTO DEL AUTORITARISMO A LA PERMISIVIDAD

No tengo idea de cómo voy a educar a mi hijo: lo único que tengo claro es que no cometeré los mismos errores que mis padres.

Este se convirtió en el nuevo lema de aquellos adultos que, siendo niños, sufrieron heridas a manos del sistema autoritario. Han decidido que educarán a su hijo de manera diferente y buscan un cambio radical, un camino nuevo.

Con esta sincera resolución han oscilado de un polo al otro. Es así como, de ser autoritarios se han convertido, ahora, en padres permisivos.

Si alguien duda del significado que tiene esta permisividad, solo basta ir a un lugar público y observar a los padres con el hijo:

Eugenia y Alberto van a un restaurante con su hijo Ricardo de tres años. El padre revisa la agenda en busca de una anotación, mientras la madre contesta el celular. Ricardo empieza a jugar con el florero de vidrio. “Déjalo, Ricardito, que lo vas a romper”, le dice el padre mientras saca la cartera. “Déjalo, caramba, que lo vas a romper”. Esta advertencia la repite varias veces, hasta que azota el florero en el piso y se quiebra en mil pedazos. “¡Te dije que lo ibas a romper, qué necio eres!” La madre baja el celular y le dice a su esposo: “Llama a la mesera, dile que nosotros lo pagaremos”.

Ricardito, ahora juega con el salero y el pimentero. Se hinca en la silla, destapa el salero y riega la sal por el piso. “Deja de hacer cochinas”, le dice el padre. La madre apaga el celular y le dice a su esposo: “Ay, déjalo, solo se está entreteniendo. ¿Qué pasó con la comida?”

El padre permisivo está muchas veces presente en cuerpo, pero no en alma. Mira, pero no ve. Se ocupa a medias del niño, quien se sabe en libertad de hacer lo que quiera, sin restricción alguna.

Mundos integrados: el niño invade el espacio del adulto

Hemos iniciado una época de integración en donde queremos unificar todo: a nivel económico le llamamos globalización; a nivel sexual, unisex; a nivel religioso, ecumenismo. Son manifestaciones de la necesidad humana que lleva a buscar la unión con otros, para desaparecer aquellas diferencias que se separan.

Esto se manifiesta claramente en la forma de vestir. La ropa para niños, si no se repara en el tamaño, pareciera que es para jóvenes. Los niños se visten ahora como adolescentes, al igual que los adultos. Las empresas de mercadotecnia intentan, a toda costa, convencernos de que la mejor época de la vida es la juventud, así que debemos anular las otras etapas: la niñez, la madurez y la vejez. Si bien esta tendencia no causa tanto daño en esta última, al niño pequeño sí lo afecta porque al vestirlo como mayor no tomas en consideración su inexperiencia y demandas una madurez, que aún no tiene.

Aunque trates a los niños como jóvenes, la niñez no se elimina, solo se acorta y se distorsiona. El niño interpreta a su manera las situaciones que aún no comprende y crece golpeado por una realidad demasiado cruda para sus escasos años.

Otra interpretación errónea se refiere al concepto de igualdad con relación al niño. El niño y el adulto son iguales en cuanto a que ambos merecen respeto y comparten la misma dignidad, pero no son iguales en madurez y juicio.

Es un error poner decisiones que corresponden al adulto en manos del niño. Un ejemplo de esto es la ley que permite que un niño demande a sus padres por maltrato. Pones en manos de un niño la responsabilidad de un adulto; ¿te imaginas el conflicto interno que le ocasiona pensar que puede disponer de la vida de sus padres? ¿A cuántas manipulaciones se presta? Aunque la intención de evitar el abuso infantil es buena, su implementación es equivocada.

¿Cuántos niños abusan de este nuevo poder para amenazar y manipular a sus padres, si estos los regañan o no complacen sus caprichos? Gracias a esta ley, los papeles se han invertido: el niño controla y el padre se doblega.

¿Inteligencia es lo mismo que madurez?

La línea que delimitaba claramente el mundo del niño y el mundo del adulto se ha borrado. En esta mezcla de universos que lleva a la permisividad, el niño es considerado muy inteligente, maduro y sabio. Capaz de decidir y dirigir su vida. Pero hay que analizar esta nueva perspectiva. ¿El niño es sabio? En algunos aspectos se tiene que aceptar que sí lo es.

Melisa, que aún no cumple cuatro años, le dice a su madre: “Mamá, ¿tú sabes que cuando me gritas me duele mi corazón?”

Sergio, de 13 años, le dice a su madre, que insiste en controlar toda su vida: “Mira mamá, imagínate que es como hacer un edificio; tú ya pusiste los cimientos, y ahora a mí me toca construir lo demás”.

¿Son inteligentes? Sí, pueden ser muy inteligentes, y a edad muy temprana sus respuestas, muchas veces, te sorprenderán por lo atinadas que son.

Pablo tiene dos años y medio y quiere ponerse los zapatos, pero se frustra ante la dificultad y pide ayuda. La madre, que quiere alentarle, para que se esfuerce y sea independiente, le dice: “Inténtalo, Pablito, inténtalo”. Más tarde el niño quiere treparse a una barda, pero al

darse cuenta de que no alcanza le grita a la madre que lo ayude, ella le repite: “Inténtalo, Pablito, inténtalo”. En la madrugada, Pablo le pide que le lleve una mamila a la cama y la madre le contesta que no puede, que se duerma. Pablo le grita: “Inténtalo, mamá, inténtalo”.

Dos años y medio y el niño ya sabe cómo regresarle a la madre sus propias enseñanzas, entiende el sentido y sabe cómo aprovecharlas para su beneficio.

Otra anécdota simpática:

Fabiola quiere que su hijo de tres años se bañe. “Hijo, deja de jugar, que es hora de bañarse”. Pero como está muy entretenido, Toño ignora la orden de su madre. Después de insistirle varias veces, por fin se acerca molesta y le grita: “Toño, ¡dije que a bañarse! Voy a contar, uuuno, dooos...” El niño corre y obedece.

Una vez bañado, se sienta a cenar. “Quiero leche con chocolate”. La madre lo ignora. El niño repite con el mismo tono de la madre: “Voy a contar, uuuno, dooos. . .”

¿Inteligente? Sí, muy inteligente, ¿pero inteligencia es lo mismo que madurez? Aquí radica la confusión. Puede ser muy inteligente, tener una sabiduría que te asombra, pero eso no quiere decir que pueda manejar su vida o que tenga la madurez para tomar decisiones importantes. Porque la madurez es resultado de la experiencia, es decir, de asociar causa y efecto y recordarlo. El niño todavía no tiene la capacidad para hacer estas asociaciones y, ¿cómo adquirir memoria de situaciones que aún no vive?

Jorge, de nueve meses, está en el tapete con su primo Alejandro de seis. Jorge se acerca gateando, toca el brazo rechonchito de su primo y lo muerde. Alejandro suelta un fuerte alarido de dolor, mientras Jorge lo observa asombrado.

Jorge lo mira sorprendido porque en ningún momento ha asociado que su mordida causó el alarido del otro bebé. Al niño le

¡AUXILIO, NO PUEDO SACAR A MI HIJO DE MI CAMA!

Padres agotados

¿Qué ocurre con estos padres que viven con prisa, tienen tanto que realizar y carecen de rutinas?

Las parejas jóvenes viven bajo una presión social muy alta, y si a ese ritmo de vida le añades un bebé, muchos recurren a la “solución” de integrar al nuevo miembro de la familia al mundo adulto, para continuar en esa carrera autoimpuesta, frenética y absurda. Viven agobiados ya que nunca tienen un verdadero descanso.

Anteriormente, a las 7:00 u 8:00 p. m. podían exhalar un suspiro de alivio: “¡Uf, por fin se durmieron!”, mientras observaban complacidos cómo descansaban los hijos. Entonces tendrían unas horas para recargar baterías y recuperarse del desgaste de ser padres. Eran tres o cuatro horas para relajarse y hacer cosas de adulto, para compartir con la pareja, para hablar con los amigos o simplemente ver un programa en la televisión. “Ah caray, no solo soy madre, ¡también soy una persona que tiene deseos y necesidades propias!” Entraban en contacto consigo mismos. Esas horas también permitían alimentar la relación con la pareja, sin las interrupciones de un niño.

Al eliminarse un esquema de rutinas que implica orden, nada de esto es posible. El niño sigue siempre presente a altas horas de la noche, hasta que todos, por agotamiento, caen dormidos. Y si el niño duerme en la cama de los padres, como es costumbre ahora en muchas familias, el eterno recordatorio de la maternidad y paternidad los perseguirá hasta en sueños. La madre nunca deja de ser madre, y el padre, tampoco.

Muchos padres se quejan de que a pesar de acostar al niño en su recámara, este se pasa a la suya y, con razón, están hartos. Esta situación es generada por ser permisivos e integrar al niño en el mundo del adulto.

¿Por qué se ha convertido esta situación en un dilema? Hace algunas décadas no era un problema común. ¿Qué ha ocurrido para que ahora sea una epidemia?

En un esquema autoritario, los padres tenían muy claro el lugar de los hijos y el suyo. Los espacios físicos estaban claramente delimitados, pues el niño era educado desde pequeño para respetarlos. A un niño no se le ocurría hurgar en la bolsa de su madre como entretenimiento, y si lo hacía, sabía que de ser descubierto, lo reprenderían. El escritorio del padre era un lugar sagrado. El niño solo exploraba a escondidas y a sabiendas de que corría el riesgo de ser sorprendido y castigado. La recámara de los padres pertenecía solo a la pareja y era un espacio vedado para ellos. Los límites para el niño en este sentido eran muy claros; el niño no suplicaba quedarse todas las noches en la cama de los padres, ni ellos se sentían culpables por no complacerlo.

Pero en esta época permisiva esto ha cambiado. Ahora todo es de todos, y el niño se siente con libertad de invadir cualquier espacio sin límite alguno. Es así como el niño termina en la cama de los padres, y ellos se sienten impotentes para corregir esta situación.

Revisemos, pues, algunas *razones equivocadas* por las que se permite que el hijo duerma en la cama de los padres.

Por comodidad

Muchas madres, cuando amamantan al bebé, encuentran muy cómodo que el bebé duerma con ellas. Les evita la molestia de levantarse y la madre disfruta de la cercanía. La simbiosis es absoluta.

Pero ¿qué sucede si con el paso del tiempo los padres se acostumbran a tener al niño en la cama? Al tratar de que duerma por separado encontrarán clara resistencia y será comprensible. Dormir juntos ya se convirtió en un hábito, y todos sabemos cuán difícil es romper un hábito. Esta separación la experimentará el niño como una especie de destete, y a mayor edad, mayor resistencia ofrecerá.

En cambio, si desde bebé duerme en una cuna situada en otra habitación, él aprenderá que ese es su lugar para dormir. Es cierto que implica mayor esfuerzo para la madre, pues deberá ir a otro cuarto cuando el niño la necesite, pero a la larga, se evitará el problema de tener que desterrarlo de su recámara.

Porque te da placer

El placer es una parte importante de la vida, pero nunca deberá ser a expensas del beneficio del niño. Esto significa que, si la elección que produce placer tiene consecuencias negativas, habrá que evitarla. A menudo, los adultos disfrutan de hacer cosas con los niños pequeños sin tomar en cuenta el efecto que tendrá en ellos en el futuro.

Magda Gerber, reconocida educadora en Estados Unidos, proporciona un ejemplo del respeto profundo que merece el niño.¹ Un día se encontró con una madre que traía en brazos a su bebé y que le preguntó si quería cargarlo. Magda le respondió: “No sé, ¿el bebé quiere que yo lo cargue?”

¹ Gerber, Magda y Allison Johnson, *Your Self-Confident Baby*, John Wiley & Sons, E.U.A., 2002.

EL PADRE MALVAVISCO

Al padre permisivo me gusta llamarlo el “padre malvavisco” porque es suave, dulzón y sin consistencia. El hijo sabe que con un dedo lo perfora. En lugar de un adulto guía y educador, el niño tiene por padre una especie de niño crecido, que lo consulta para tomar decisiones y que cede ante todos sus caprichos. El niño pronto se percata de que enfrenta el mundo, solo. A este tipo de padre le falta espina dorsal. Si perteneciera a la clasificación de los moluscos sería un ostión. Aguado, sabroso y disponible a nuestro antojo.

¿Por qué digo que no tiene espina dorsal el padre permisivo? Porque ha recibido tanta información psicológica y educativa sobre el daño emocional que puede causar, que le ha ocasionado una especie de osteoporosis al esqueleto, es decir, al sentido de autoridad. Se siente tan inseguro como educador, temeroso de herir a sus hijos que tiene pavor a tomar decisiones. Ha perdido la autoridad como padre y delega toda la responsabilidad en el hijo.

Fui coordinadora de un colegio durante muchos años y me topé, en varias ocasiones, con situaciones parecidas a la siguiente:

Una pareja de padres de familia quería conocer el colegio, e invité a la hija pequeña a que se meciera en los columpios mientras en-

trevistaba a sus padres. Después de 45 minutos de explicarles sobre el sistema educativo que utilizábamos y de mostrarles las instalaciones, me respondieron: “Señora Barocio, nos encantó el colegio, pero tenemos que consultarlo con nuestra pequeña, ya que ella es quien deberá decidir”. Pensé: “¡Ay, qué tonta fui!, de haber sabido hubiera dejado a los padres en los columpios, ¡y habría entrevistado a la hija!”.

¡Por supuesto! Ofrécele a la niña unos caramelos, dale una caja de lápices de colores y quedará convencida de que es el mejor colegio del mundo. ¿Con base en esto se decidirá su educación? Ninguna niña tiene la madurez ni el juicio para decidir qué le conviene. ¿Por qué dejar tan importante decisión en manos de un niño? ¡Por miedo a equivocarse! El padre podrá lavarse las manos y, si al niño no le gustara la escuela, en unos meses podrá argumentar: “Ni modo hijo, tú escogiste ese colegio y ahora te aguantas”.

Otra característica del padre permisivo es la cobardía. He aquí otro ejemplo:

Oliver exige que le dejen ver una película de terror. “No hijo, esa película es muy violenta y es para adolescentes, tu solo tienes nueve años”. Oliver empieza a gritar que todos sus amigos ya la vieron y que nunca lo dejan ver nada. La madre intenta apaciguarlo: “Está bien, pero ¡ay de ti donde después tengas miedo y no puedas dormir!” Esa noche, Oliver insiste en que dejen la luz encendida y tarda mucho en conciliar el sueño. A las 3:00 a. m. despierta llorando y se dirige al cuarto de los padres. “Te lo advertí, pero ¡eres un necio!”, le reclama la madre al tiempo que se arrima para que se acueste con ellos.

Los padres han decidido ser permisivos porque no quieren ser autoritarios. Quieren que el hijo crezca con libertad de elegir y piensan entonces, que contradecirlo, es dañino. Delegan en el niño decisiones que no corresponden a su edad, puesto que no tiene el criterio para hacer la elección correcta. Piensan que su

EL HIJO DEMANDANTE

Veamos ahora a los hijos de los padres permisivos. Uno pensaría que estos niños que reciben todo, que se les consiente en todo, serían niños contentos, satisfechos y agradecidos. Sin embargo, nos encontramos ante la triste realidad de que no es así. Los hijos de los padres permisivos crecen sin estructura, son caprichosos, demandantes e insatisfechos. Tienen un nivel muy bajo de tolerancia a la frustración, pues no soportan una negación o una contradicción. Pretenden siempre salirse con la suya y no tienen ninguna consideración por los demás. Para ellos, el mundo gira alrededor de sus deseos e intereses. En resumen: son niños inmaduros, inadaptables, egocéntricos y ¡muy poco simpáticos!

El síndrome del niño consentido (SNC)

Hay niños que sufren de lo que llamo “síndrome del niño consentido”, al cual le llamaremos SNC. Este síndrome es una enfermedad cuyos síntomas son difíciles de reconocer por los padres del niño afectado, pero ¡es muy fácil detectarlo en niños ajenos! Como me gusta explicar en mis conferencias: imagina que te colocan, con los ojos vendados, a diez centímetros de distancia de una fotografía que mide 3×3 metros. Si te quitan la venda y te preguntan sobre su contenido, tendrías que decir que solo ves

puntitos pues no reconocerás ninguna imagen. Pero si das unos pasos hacia atrás, con toda facilidad distinguirás el paisaje y sus detalles: con la distancia obtuviste perspectiva.

A tu hijo lo tienes tan cerca que no puedes, muchas veces, saber cuáles son ni de dónde provienen sus dificultades o problemas. Pero el vecino, que no tiene la misma conexión emocional que tú y está a cierta “distancia”, tiene mayor perspectiva y lo puede apreciar con objetividad.

Como escuché una vez decir en broma:

La solución para que no hubiera niños malcriados en el mundo sería que intercambiáramos hijos. Todos sabemos cómo deberíamos educar al hijo del vecino.

A continuación les presento varios ejemplos:

“Oye comadre, ya no sé qué hacer con Blanca. No tenía con quién dejarla hoy en casa y la llevé al banco, hubieras visto el berrinche que me hizo. Después fui al supermercado, le compré un helado y unos lápices de colores, pero se puso como loca porque quería la caja de 36 colores”. “Comadre, lo que pasa es que la tienes muy consentida”. La madre de Blanca la mira sorprendida: “¿Consentida, comadre? ¿De veras crees que la tengo muy consentida?”.

La madre de Blanca no finge su sorpresa. Verdaderamente no se le ha ocurrido que su hija pueda tener SNC. Reconocer que nuestros hijos sufren de este síndrome, para muchos padres significa que han fallado como educadores. Aunque hay que agregar que, para otros, puede ser motivo de orgullo.

Samantha ha invitado a dos amigas a tomar un café a su casa. Cuando están a punto de servir el pastel aparece Tamara, de cuatro años, entra del jardín corriendo y casi tira el pastel. Las amigas ven con horror cómo Tamara mete los dedos sucios en la crema del pastel. “No, Tamara, el pastel es para las visitas”.