

# Disciplina con amor para abuelos

Una segunda oportunidad  
para amar

Rosa Barocio



# ÍNDICE

Introducción	12
Capítulo 1	
Discreción, tolerancia y sentido del humor!	17
Los abuelos metiches	18
Los parientes del control: la arrogancia, la autoimportancia y el perfeccionismo	20
Afirmaciones	21
En boca cerrada no entran moscas	22
Cuando la experiencia no cuenta	25
“En mis tiempos...” ¡Cuidado!	26
¡Despierta tu sentido del humor!	28
Capítulo 2	
Consentir a los nietos	31
Consentir sin límites, ¿es lo mismo que amar?	31
El consentimiento sano	33
Los abuelos Santa Claus	36
¿Ya se te pasó la mano?	37
Elije con cuidado lo que regalas	39
Mantente joven: juega con tus nietos	40
El mejor regalo de todos	46

### Capítulo 3

Disciplina con amor para abuelos	47
Límites sanos en las relaciones	47
22 Consejos prácticos	50
1. Cumple lo que dices	50
2. Aprende a manejar tu enojo	51
3. No alces la voz	51
4. No te repitas, ni sermonees	52
5. Empatiza pero no cedas	53
6. Desaprueba la conducta pero aprueba a la persona	55
7. En vez de “malo o bueno”, di “permitido” o “no permitido”	56
8. Pon límites sin humillar	57
9. ¡No etiquetes!	58
10. Atiende su necesidad	59
11. Ve al nieto como si fuera la primera vez, cada vez	60
12. Habla en positivo	61
13. Alienta a tu nieto	62
14. Responde en vez de reaccionar	63
15. Discúlpate si ofendes	65
16. ¡Cuidado con las confidencias!	66
17. Nunca prometas	66
18. No pierdas tu lugar	67
19. Elimina los castigos, aplica consecuencias	68
20. Ayúdalo a desarrollar la empatía	73
21. Entrégale a tu nieto su responsabilidad	75
22. Sé justo pero flexible	75

### Capítulo 4

Cultivando la conexión con tu nieto	77
Conoce tu temperamento	78
Eres ¿autoritario o permisivo?	83

El temperamento de los nietos	83
El temperamento no es una limitación	88
No trates de cambiar su temperamento	89
El choque de temperamentos	89
¡No los compares!	91
Capítulo 5	
Situaciones que retan	93
¡Estoy agotada! Soy abuela de tiempo completo	93
Si regaño a mi nieto, se molestan sus padres	98
Los abuelos: reyes en su propia casa	100
Cuando los padres abusan del nieto	102
En defensa del nieto	104
Poner límites no es abusar	106
Permite que tu nieto lllore	108
Tengo un nieto difícil	109
No me dejan ver a los nietos	112
Quieren más a la otra abuela	115
Afirmaciones	118
Solo me buscan cuando les convengo	119
Padres paseadores	120
Abuelos de padres separados	121
Los míos, los tuyos y los nuestros	122
Conclusión	125
Bibliografía	127

## DISCRECIÓN, TOLERANCIA Y ¡SENTIDO DEL HUMOR!

“¿Me dejas peinarte, abuelita?”, le dice Daniela de seis años. Después de un rato de cepillarla, le comenta, “sabes abuelita, tienes el pelo como mis muñecas”. La abuela sonríe satisfecha y le da las gracias pensando que es un halago, hasta que la nieta agrega, “igual que mis muñecas, en unas partes tienes pelo, y en otras no”.<sup>1</sup>

Tener nietos es toda una aventura. Es una nueva etapa que nos acerca nuevamente a la frescura y la espontaneidad del niño que dice las cosas como las ve. Que no tiene nada que cuidar porque en su inocencia las cosas son como son. No las juzga ni las contradice, simplemente las acepta. El niño en su candor e ingenuidad es un reflejo de lo que nosotros una vez fuimos. Convivir con él nos permite tocar esa parte que conservamos pero que hemos olvidado. Esa parte que ha quedado recubierta en nuestro afán por sobrevivir, por sobreponernos a las dificultades y retos que la vida nos ha ido presentando. Hemos sacrificado nuestra sencillez, naturalidad y apertura para defendernos y aparentar. Pero el nieto viene a resucitar todo esto nuevamente en nosotros.

<sup>1</sup> Adaptado de *Selecciones*, Niños, Brenda Ramos, Septiembre, 2012, pp. 92, Estados Unidos.

“¿Jugamos?”, me pregunta mi nieto de cuatro años a las 6:30 de la mañana. “¿Jugamos?”, me repite con cara impaciente y dos muñecos en la mano. Con mi cuerpo diciendo no y mi corazón diciendo sí, me arrastro de la cama hasta su recámara donde me coloca uno de los muñecos en la mano y se dispone a jugar. Sorprendida, me percató de que jugar con él es simplemente que lo acompañe, y me doy cuenta ¡qué fácil es quererlo!

Querer a los nietos es fácil. Porque es un amor ligero, sin ataduras, que si lo dejamos fluir, generosamente nos inunda. Es un amor correspondido por el nieto que no pide nada a cambio.

### Los abuelos metiches

Pero este amor puede tener tropiezos y de ellos quiero hablar. Cuando este amor se contamina con nuestro deseo de controlar o arreglar, ya sea al nieto o a sus padres, es cuando tenemos dificultades. Creemos que por ser abuelos nos corresponde imponerles nuestra sabiduría... es ahí donde empiezan los conflictos. Si la familia es sana, nos encontraremos con una resistencia natural que nos pone un alto, que dice claramente, “¡No te metas!”

Pero si bien no queremos *meternos*, sí deseamos ser parte de sus vidas y participar. Porque valoramos lo que esta relación puede significar para nuestra existencia.

Vale entonces revisar la diferencia entre ayudar y apoyar y *meternos* en sus vidas para controlar y dominar. Porque cuando el juez dentro de nosotros dictamina que los padres están equivocados, ¡cuidado! No deja de criticar y juzgar, y como si pusiera velos opacos frente a nuestros ojos, nos ciega para apreciar lo que hacen los padres por educar de la mejor manera a sus hijos. Que no sea a “nuestra manera”, no quiere decir que esté equivocada ni que no estén tratando de hacer su mejor esfuerzo. Creemos equivocadamente que si estuviéramos en su lugar lo haríamos mejor. Y

# CONSENTIR A LOS NIETOS

## Consentir sin límites, ¿es lo mismo que amar?

“Yo a mis nietos todo se los consiento. Para eso soy su abuelo. Mi hijo se enoja, dice que los echo a perder, pero a mí no me importa, mis nietos están felices y es todo lo que cuenta. Si no, ¿para qué tienen padres? ¡Que los eduquen ellos!”

Para muchas personas ser abuelo es sinónimo de consentir. Pien- san que si consienten están amando a sus nietos, pero vale pre- guntarnos, ¿realmente es lo mismo amar que consentir? ¿Qué significa consentir?

El concepto de consentir lo podemos interpretar desde com- prarle un dulce al nieto, hasta dejarlo que haga todo lo que quiera sin limitación alguna. Desde darle gusto y llevarlo al cine, hasta mimarlo permitiéndole ser irrespetuoso y grosero. Consentir, por lo tanto, puede tener connotaciones muy diferentes para las dis- tintas personas.

Cuando su interpretación es darle gusto tomando en cuenta su bienestar y los deseos de los padres, consentir puede ser una expresión muy positiva del cariño que le tenemos. Pero si nos

ubicamos en el extremo en donde consentir es “echarlo a perder”... vale preguntarnos, ¿es esto realmente querer al nieto? ¿Echarlo a perder para que se convierta en un niño demandante, grosero e inadaptado? ¿Para que así como la fruta echada a perder y que todos desdeñan, nadie lo aguante? Porque, ¿quién disfruta estar con un niño chocante y mimado?

Consentir en estos casos es lastimar a este nieto que decimos querer tanto.

Consentir sin consideración para las consecuencias en el niño es un acto sumamente egoísta. Cuando el abuelo disfruta ver al nieto feliz cuando sabe que está contradiciendo a los padres, está saboteando su autoridad. En este afán de querer complacerlo, el abuelo pierde su lugar de adulto responsable frente al nieto y se ubica a su lado como otro niño. Ahora son dos niños desobedeciendo a los padres. ¡Qué divertido!... pero ¡qué irresponsable! Cuando el abuelo consiente de esta manera, no está realmente viendo al nieto, ni lo está tomando en cuenta. Está viendo su placer personal, lo que a ella o a él lo hace sentir bien.

“Mi mamá no me deja ver *Maléfica* porque dice que estoy muy chiquito, pero yo la quiero ver, ¿verdad que tú si me llevas, abue? Al cabo no le decimos nada a mi mamá. Tú no eres mala como ella...”

Hay nietos muy manipuladores que encuentran respuesta en abuelos inseguros que se dejan manipular. Jamás podemos culpar al nieto, él solo está tratando de conseguir lo que quiere y se vale de cualquier medio que le funcione. Pero si el abuelo es manipulable es porque está utilizando al nieto para sentirse querido o importante. La astucia del nieto florece ante la debilidad del abuelo.

Si bien el papel del abuelo es amar incondicionalmente al nieto, ese amor conlleva responsabilidad. Porque amar no es complacer, ni dar sin límite alguno, ignorando las consecuencias. El



# DISCIPLINA CON AMOR PARA ABUELOS

## Límites sanos en las relaciones

Los límites sanos protegen sin aislar, contienen sin aprisionar, y conservan la identidad al mismo tiempo que permiten conexiones externas. Buenos límites hacen buenos vecinos.

*Anne Katherine*

Toda relación sana necesita de límites respetuosos, tanto físicos como emocionales. El límite físico de nuestro cuerpo es la piel. Cada persona es responsable del cuidado de su cuerpo y tiene el derecho de decidir quién y cómo es tocado. Nadie tiene derecho a cruzar ese límite si la persona no lo desea. Esto es algo que tenemos que enseñar a los niños repitiéndoles, “tú eres dueño de tu cuerpo. Nadie tiene derecho a tocarte si no lo deseas”.

Si el límite físico es claro, ¿cómo podemos determinar los límites emocionales? Anne Katherine en su libro *Límites, cuando terminas tú y empiezo yo*, explica que los límites emocionales protegen y definen al “ser”, la individualidad, aquello que hace a la persona única como ser humano: sus ideas, sentimientos, preferencias, valores, prioridades, su historia, su personalidad, su tempera-

mento, etcétera. Estos límites emocionales se fortalecen cuando nos valoramos como seres humanos, cuando somos conscientes de nuestra dignidad, de que merecemos respeto y de que tenemos derecho a decir no. Cuando honramos nuestras necesidades, expresamos nuestras emociones y no permitimos el abuso.

Es un arte poner límites, saber cuándo decir sí y cuándo decir no. Para que estos límites personales sean sanos necesitan ser fuertes y resistentes para protegernos y no permitir el abuso y el maltrato, pero también tendrán que ser flexibles y permeables para permitir el contacto y la intimidad.

Si solo son fuertes y resistentes estaremos a salvo pero distantes, aislados, solos.

“¿Por qué es tan serio el abuelo? Nunca nos habla y parece estar siempre enojado. Cuando me le acerco se pone tieso. No me deja besarlo ni acariciarlo. No me quiere, ¿verdad?”

Cuando los límites solo son flexibles y permeables la persona está expuesta, vulnerable, a merced de los demás.

“¿Por qué deja la abuela que el abuelo le grite de esa manera? Le dijo cosas horribles y ella solo se puso a llorar. Conmigo es muy linda pero ¡no entiendo! ¿Por qué no se defiende?”, dice exasperada la nieta adolescente.

Para conseguir que nuestros límites se fortalezcan pero al mismo tiempo se conserven penetrables, hay que saber cuándo decir “¡No! ¡Esto no es admisible! No permito que me trates de esta manera. Me voy a retirar hasta que te calmes”. Y cuándo decir, “Me gustaría compartirte algo íntimo que me está ocurriendo con mi hija. Me siento triste y agobiada...” Saber con quién y cuándo intimar y cuándo cerrarnos y retirarnos si corremos pe-

ligro de ser lastimados, fortalece nuestros límites y, por lo tanto, también fortifica el “Yo”. Porque estos límites definen nuestra identidad, nos dan un sentido claro de quiénes somos y qué necesitamos. Cuando se debilitan estos límites nos perdemos en los demás y vivimos a expensas de lo que otros quieren o necesitan. Un sentido poco claro de nuestra individualidad nos pone en riesgo de ser influibles y manipulables. Nos quedamos como niños indefensos y cualquiera puede aprovecharse de nuestra vulnerabilidad y lastimarnos.

Por otro lado, cuando estos límites se vuelven duros e impenetrables, nos perdemos la oportunidad de enriquecer nuestra existencia a través del intercambio con otros. Vivimos protegidos pero nuestra vida es desabrida, insípida. Por el miedo a ser heridos, nos quedamos contracturados. Si bien hay momentos para estar a la defensiva, hay otros donde necesitamos bajar la guardia para mostrarnos, para compartir nuestro amor, nuestra alegría, nuestra gratitud, así como nuestras penas e inquietudes.

Es en la niñez cuando vamos desarrollando estos límites emocionales a través del trato que recibimos de los adultos significativos que nos rodean, principalmente de los padres, los maestros y... los abuelos. Y de ahí la gran responsabilidad que tenemos al criar a los hijos y a los nietos. El afecto, la atención, el interés, el cuidado y el contacto físico sano llevan al niño a valorarse y se fortalecen sus límites.

¿Qué lastima los límites emocionales del niño? El abuso en cualquiera de sus formas: las humillaciones, los insultos, el ridículo, las burlas, el sarcasmo, la represión de las emociones, el conformismo, los juicios y la crítica, el abandono, el rechazo, la sumisión. Cuando sus límites emocionales son débiles permite el abuso y se convierte en víctima. Se convence de que no merece algo mejor y de que la vida está para lastimarlo.

Cuanto más significativa es la persona, mayor es el efecto que

## CULTIVANDO LA CONEXIÓN CON TU NIETO

Nada es más importante que cultivar la relación con tu nieto. Y digo cultivar porque no es algo dado, es algo que se va alimentando con nuestra atención, nuestra presencia, nuestro interés. Se nutre de los detalles que le confirman que tiene un lugar en nuestra vida y que cuenta. Que le asegura que nuestro amor es incondicional y que está siempre a su disposición para sostenerlo cuando lo necesite. Es esta conexión la que nos une de corazón a corazón.

Y este corazón se nutre con el amor que busca lo mejor para el nieto. Ese amor que sabe cuándo decir sí y cuándo decir no. Que se detiene y reflexiona para no dejarse llevar por el primer impulso. Que es generoso y se sabe dejar ir, pero también sabe cuándo retirarse. Es el amor que llora ante la injusticia y se conmueve ante la menor muestra de compasión. Que se regocija ante la ternura, y se entristece ante el sufrimiento.

Estamos aquí para amar, de esto no me cabe la menor duda, con un amor cada vez más puro, más ligero, más expansivo. Y es con los nietos que tenemos una oportunidad única para continuar desarrollándolo.

Pero aterricemos estos conceptos.

## Conoce tu temperamento

“Mis nietos son tan diferentes que a veces me cuesta trabajo pensar que son de la misma familia. Con unos llevo una relación fácil y cercana, pero con otros me cuesta trabajo acercarme o caemos en altercados tontos. Me gustaría entender qué pasa”.

Conocer sobre temperamentos te puede ayudar a entender estas diferencias. Cuando doy mis conferencias y les recomiendo a los padres que no tengan favoritos, veo como se incomodan en sus asientos. Pero después aclaro, que esto no quiere decir que con algún hijo no puedan tener una relación más fácil, más fluida que con otro.

Que esto no significa que con todos tienen que tener el mismo tipo de relación. En lo que sí hago hincapié es que, independientemente del tipo de relación que tengan con cada nieto, tienen que asegurarle su cariño y su apoyo incondicional a todos.

Los seres humanos somos muy complejos. Y aunque me resisto a clasificarlos, les comparto algo del conocimiento de los temperamentos que me fue de gran ayuda como maestra para comprender las diferencias entre mis alumnos. Me permitió dejar de tratar de *homogeneizarlos* para tratarlos como los seres únicos que son. Me ayudó también a conocer mejor a mi familia y mis amistades. Esta información, originalmente legada por el Dr. Rudolf Steiner, ha sido invaluable en mi aprendizaje, y por eso la comparto.

Para la información más completa los remito a mi libro, “Disciplina con amor tu temperamento”, de Editorial Pax.

A continuación te describiré los diferentes temperamentos para que empieces a identificarte.

**El abuelo sanguíneo:** es simpático, inquieto y parlanchín. Generalmente está de buen humor y es ligero y divertido. Todo le parece fácil, no toma nada en serio y es juvenil. No le gusta que le digan abuelo porque lo hace sentirse viejo. Se viste de manera jovial y cuida mucho su apariencia. Es vanidoso y prefiere que no sepan su verdadera edad, admitiendo con dificultad que es de la tercera edad. Coqueto y seductor, tratará de ser el centro de las reuniones familiares con sus chistes y su plática amena. Es muy popular y divierte mucho a los nietos pues los apoya en todas sus diversiones. Es olvidadizo y promete cosas que después olvida y no cumple, pero su simpatía facilita que todo se le perdone.

“Raquel, ¡no seas exagerada! ¿Cómo no vas a dejar ir a mi nieta a la fiesta solo porque reprobó? ¿Ya se te olvidó o nunca fuiste joven? Ya perdónala y ¡dale permiso de ir!”, aboga insistentemente el abuelo.

La vida es para disfrutarse y para el abuelo sanguíneo ¡esto es lo más importante!

“¡Madre mía!”, exclama la abuela, “¡se me olvidó que me iban a traer a los nietos! Tomando el teléfono, llama a su amiga. “Comadre, te puedes quedar en la tarde con mis nietos... sí los tres, es que se me olvidó que quedé en cuidarlos y tengo algo muy importante...”

Tiene buen corazón pero pésima memoria y ¡muchos compromisos sociales!

**El abuelo melancólico:** Es tierno y cariñoso. Le gusta que lo abracen y habla con una voz suave y pausada. Tiene la cara

## SITUACIONES QUE RETAN

### ¡Estoy agotada! Soy abuela de tiempo completo

“Mi hija está divorciada, entra muy temprano a trabajar y sale muy tarde. Para apoyarla me fui a vivir a su casa y me encargo de los nietos. Los despierto, les doy de desayunar, llevo al colegio a los grandes y me quedo con el chiquito. Siempre me siento cansada, nunca me imaginé que a mi edad ¡iba a estar criando otra vez niños!”

Definitivamente no es lo mismo ser abuela de “a ratitos” o de fin de semana, a ser abuela de tiempo completo. Si estás ocupándote todos los días de tus nietos por las razones que sean, juegas un papel muy distinto al de la abuela que solo es una visita. Estás sustituyendo a la madre y cargas con la responsabilidad de educarlos. Y por supuesto que ¡esto es para asustar a cualquiera!

En beneficio del respeto que te tienes a ti misma, y de la relación que tienes con la madre, o los padres de esos nietos, hay varias cosas que tienes que considerar:

1. Estos niños *no son tus hijos*, son tus nietos y tú les estás *haciendo el favor* de apoyarlos. Esto lo tienes que tener muy

claro para que te des tu lugar. He observado situaciones en que los padres exigen de la abuela y la regañan como si fuera su obligación hacerse cargo de los nietos. Se convierte en su empleada que ¡ni siquiera pagan!

Desde el momento en que tus hijos se convirtieron en adultos y se independizaron, tú dejaste de ser responsable de sus vidas. Quiere decir que solo ellos son responsables de las consecuencias de sus acciones. Por lo tanto, si tu hija se embaraza sin estar casada, o se divorcia, o está casada pero muy restringida económicamente y quiere o tiene que trabajar de tiempo completo, esa es su realidad y su responsabilidad. No la tuya.

Así que repito: *no es tu obligación hacerte cargo de los nietos*. Los hijos son obligación de los padres, no de los abuelos.

2. Si te piden ayuda, antes de aceptar toma en cuenta lo siguiente:
  - Mide tus fuerzas. Si tratas de hacer más de lo que puedes, te agotarás y terminarás enferma. Solo tú eres responsable de cuidar tu salud. Cuidar niños es muy desgastante y los abuelos no tienen la misma energía que los padres, así que comprométete solo a lo que puedas realizar sin convertirte en una *mártir*, sufrida y resentida.

“Yo me puedo encargar del desayuno y la comida mientras trabajas, pero de la cena incluyendo la lavada de los platos les toca a ustedes”.

“Hija, del chiquito hazte cargo tú. Yo estoy cansada y solo puedo ocuparme de los grandes”.

- ¡Tú pones las condiciones! Como no estás firmando un contrato ni estás recibiendo un sueldo, puedes cambiarlas en el momento que dejen de convenirte o te sientas