

Algúnhas recomendacións para evitar os problemas de conduta dos fillos/as

Jose Enrique Abalo Quintela, Psicólogo escolar

A nosa xuventude gusta do luxo e é mal educada, non fai caso ás autoridades e non ten o menor respecto polos de maior idade. Os nosos fillos son uns verdadeiros tiranos. Eles non se poñen de pé cando unha persoa maior entra. Responden ós seus pais e son simplemente malos. (Sócrates 470- 399 A.C).

“Non sabemos que facer con él”, é unha frase frecuente nalgúnhas familias. Actitudes violentas dos/das fillos/as que moitas veces aparecen como insultos e malas contestacións, peches violentos de portas, roturas de obxectos, pelexas cos irmáns, accións destructivas, etc. ¿Que ocorreu para chegar a este punto, a veces sen volta?

Esta violencia nos últimos tempos mostra, entre outros, dous cambios importantes. Por unha parte, está bastante globalizada, no senso de deixar de estar vinculada á marxinalidade social. Hai menores que non obedecen ou golpean os seus pais na clases acomodadas. Por outro lado, o referente de autoridade é moi difuso, o que leva ó menor a transgredir uns límites que, tal vez, non se lle souberon marcar claramente. Falamos de caída de referentes familiares, pero tamén doutras figuras que exercen a autoridade como o profesorado, a policía, etc.

O problema non é só o que estes menores fan, que tamén, senón cal é a súa personalidade. A miúdo posúen graves fallas no desenvolvemento da súa identidade e moralidade. A violencia é un fogo artificial, pero por debaixo, existen máis problemáticas: están acostumados a telo todo, e non saben o que é a frustración.

Segundo Luis Rojas Marcos “ *a semente da violencia sémbrese nos primeiros anos da vida, cultívanse e desenvólvese durante a infancia e comeza a dar os seus froitos na adolescencia*”.

É verdade que ser pai/nai no sentido amplo da palabra é complicado. Por unha parte, porque non recibimos unha formación específica para desenvolver tal misión e pola outra, porque como pai/nai temos que asumir unha serie de responsabilidades, inconvenientes, contratempos, intranquilidades e debemos dicir “non” á comodidade, á despreocupación, a pasar sen máis, en definitiva ser pai/nai require bastante esforzo persoal.

Temos varias referencias que poden orientarnos: o exemplo dos nosos pai/nai, o que vemos que fan os demáis, o noso instinto, pero sobre todo temos o amor que nos impulsa a buscar darlle o mellor os/as nosos/as fillos/as para que poidan medrar sen demasiados problemas. Pero en moitas ocasións, sentímonos desbordados, bloqueados e un amplo abano de cuestións nos invaden *¿como ter certa autoridade, que non autoritarismos, sobre o/a fillo/a? ¿que podemos facer para que nos obedeza? ¿pero, por que é desobediente o/a noso/a fillo/a? ¿que podemos facer ante as reiteradas ou sistemáticas desobediencias? ¿en que nos equivocamos?...*

Estas páxinas pretenden dar pistas e certas orientacións para que a tarefa de ser pai/nai sexa máis eficaz e gratificante. Sempre teremos dúbidas sobre o acertado das nosas decisións, pero a reflexión sobre as bases de como actuar faranos ver o horizonte moito máis limpo, como un amencer claro e soleado despois dunha semana de choivas.

Para comezar existen unha serie de cuestións que quixera compartir e que forma parte desa néboa, a veces moi densa, que nos desacouga:

Algo que convén asumir é que non existen familias perfectas, outra cousa é que intentemos facelo o mellor posible ou, polo menos, transitar por ese camiño, e admitir que en ocasións fallamos. Quero advertir que, posiblemente, vostedes, como todos, eu tamén, nalgunha ocasión cometeu cada un dos erros que vou apuntar a continuación. Non é un desastre, e o normal en calquera persoa que intente facer de pai/nai. Ten a súa parte positiva, quere dicir que intenta educar o cal xa é moito.

Debemos ser conscientes de que a contorna na que vivimos fai difícil a tarefa de ser pai/nai responsables. Dicar "non" a tempo a veces é complexo eponse costa a arriba. Os medios de comunicación, os amigos, a publicidade tamén educan, mal ou ben, e presionan para que grande cantidade de produtos sexan consumidos polos nenos e adolescentes. É obvio que o ambiente, os amigos, a rúa, etc., non sempre dan o exemplo desexable.

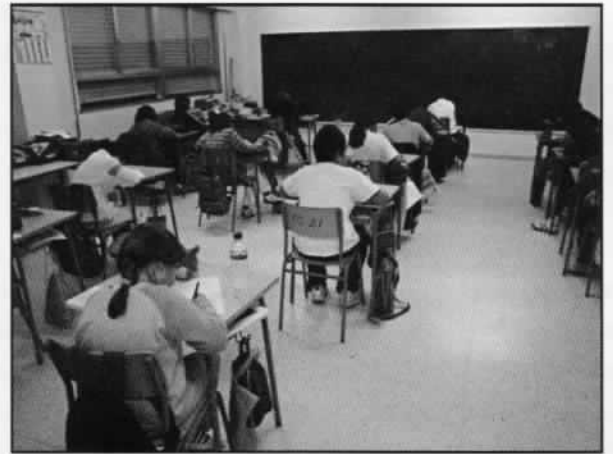
¿Que lle digo eu o/a fillo/a cando me di que quere mercar unha raqueta de *padel* de tal marca porque é a que ten o seu amigo...? Eu sei que non a vai usar máis de dúas ou tres veces, e despois será un cachivache máis na casa. Parece máis lóxico dicirlle que merque unha máis sinxela e barata ou que use unha que lle pode prestar un amigo, que probe, a ver se lle gusta ese deporte e despois xa veremos. Pero di que non, todos os seus amigos teñen esa marca e el non quere facer o ridículo. Neste caso como en moitos outros os pais debemos ser capaces de escoitar o noso sentido común. Podemos propoñerlle que explique as súas razóns con máis criterio propio e pode ser que terminemos cedendo á súa demanda. Pero o argumento de que o meu amigo ten ..., ou que os meus amigos van facer ..., acostuma a ser moi utilizado, pois os/as fillos/as perciben que aí existe unha debilidade por parte do pai/nai.

Frecuentemente nos veñen a cabeza cuestión *¿O/A meu/miña fillo/a vai ser distintos ós demais? ¿E si queda sen amigos?*, pero a nós, pais, tócanos decidir entre se queremos que o/a noso/a fillo/a sexa un máis do seu grupo ou que se convirta nun incipiente compoñente do rabaño, por medo a que non o acepten. Está ben que teña un grupo, unha pandilla, pero con ideas e criterios de seu. O dicir que "non" nestes casos supón atreverse a non caer sempre ben. Así de ingrato é en ocasións o papel de pai/nai. O/a fillo/a seguramente vai a protestar, cando reciba un "non", nestes casos: *Pois a miña amiga deixana sair ata tal hora, pois a todos lle mercaron a raqueta, pois son o único que non pode* Detrás desas frases hai unha acusación: *Ti es unha nai/pai anticuada,*

Hai que aguantar e asumir que, ás veces, non se cae ben ós/ás fillos/as. Máis adiante van agradecerlo ou non, pero un/unha pai/nai debe facer sen esperar a que llo agradezan. O fai porque é pai, así de simple.

De todas formas, e xeral, os/as fillo/as intúen que o pai/nai están aguantando o chaparrón, aínda que non o recoñezan, e iso, sentir esa implicación do/da pai/nai dalle moita seguridade os/os fillos/as.

Por último, dentro deste apartado de dúbidas que nos asaltan continuamente e que nos fan vivir de forma incómoda debemos considerar que ademais de ter presentes varias das recomendacións, que logo detallaremos, hai que destacar dous factores que son fundamentais en calquera actuación humana e na relación cos/cas fillos/as imprescindibles: amor e sentido común.



O amor supón tomar decisións que as veces son dolorosas, a curto prazo, para o/a pai/nai e os/as fillos/as, pero que despois a máis longo prazo, deixan un bo sabor de boca e un benestar interior a uns e os outros.

O sentido común é o que fai que se apliquen os límites adecuados, no momento preciso e coa intensidade apropiada, en función do/da neno/a e da situación. Segundo M^a Jesús Álava " *confundir progresismo con ausencia de normas e represión, é tan absurdo como ilóxico sería pretender poñer unha etiqueta ó que debe ser, simplemente unha educación con sentido común*".

¿QUE DEBEMOS EVITAR?

Debemos entender que en educación o que deixa pegadas nos/nas nenos/as non é o que se fai algunha vez, senón o que se fai continuamente, por iso, é importante ter en consideración unha serie de erros que, con frecuencia, debilitan e diminúen a capacidade de educar nas familias.

A permisividade: se queremos educar debemos intervir. O neno cando nace non ten conciencia do que está ben ou está mal e alguén ten que dicirlllo. Deixalo que se poña de pé enriba dunha mesa ou do sofá porque é pequeno, ou por medo a frustralo é o principio da mala educación. Os nenos necesitan referentes e límites para sentirse seguros e felices. Dalgunha forma o pai/nai debemos ser como os rompe-mar que aguantan o empuxe descontrolado dos/das fillos/as. O rompe-mar ben a ser como un "non" que marca o correcto e o inadecuado fronte as condutas, que as veces disparatadas ou descontroladas dos/das fillos/as.

O autoritarismo: sería o outro extremo da permisividade. Consiste en intentar que o/a fillo/a faga todo o que o pai/nai quere anulándolle a súa personalidade. O autoritarismo só persigue a obediencia pola obediencia.

Ceder despois de dicir "non": Se dicimos non, a regra de ouro é non ceder. O non é innegociable, e o erro máis frecuente e o que máis dano fai. Por iso, hai que pensalo ben pois non debe haber marcha atrás. Seguindo coa metáfora do rompe-mar supón asentarse ben na área para aguantar as protestas, rabechas e pataletas dos fillos que poden vir a continuación.

A falta de coherencia entre pai e nai: cando se producen desacordos entre a forma de educalo, nunca se debe discutir diante deles. Evitar centrar a autoridade nun só membro da parella. Non delegar a autoridade no outro nin desautorizarse, é fundamental unificar pautas e normas entre o/a pai/nai. Así mesmo por coherencia entendemos que os estados de ánimo deben de influír o menos posible na importancia que se dá ós feitos. Se hoxe comer só diante da TV está mal, mañá, tamén.

Perder os estribos: debemos procurar manter a calma, ton de voz, non gritar, etc. Perder os estribos supón, por unha parte, un abuso de poder e un deterioro da autoestima do/da fillo/a; e polo outro debemos ter en conta que a todo se acostuma un. O neno tamén ós gritos, ós que cada vez fará menos caso.

Non cumprir as promesas nin as ameazas: as promesas e as ameazas deben cumprirse, para iso, é importante que sexan realistas, é dicir fáciles de aplicar.

Manexos inadecuados nos premios e castigos: os premios deben estar relacionados coa súa conduta, ser algo desexado polo/a rapaz/a, non teñen por que ser caros, deben darse de forma inmediata canto máis pequeno sexa o neno. Por outra banda, hai que ter en conta que os castigos son un sinal para que o rapaz se dea conta de que saltou un límite na súa conduta. Pero para que sexan eficaces educativa-mente é necesario ter en conta algunhas condicións como as que se mencionan a continuación:

Que sexan poucos, cando sancionamos continuamente igual que cando se grita por todo, este medio educativo perde a súa eficacia, polo que é mellor non abusar deles.

Curtos, un castigo curto é moito máis eficaz que un longo. O importante é que o/a fillo/a saiba que pola súa mala actuación merece un castigo, e que o teña. Non fai falla que estea en penitencia durante semanas.

Proporcionados, debe impoñerse en función da falta cometida. A desproporción, que acostuma a ser a causa de que despois non se esixa cumprilo, vén motivada con frecuencia polo irritados que esteamos no momento de impoñelo.

Educativos, por iso os mellores castigos son os que favorecen o hábito contrario. Por exemplo, se o/a fillo/a deixou os xoguetes desparramados pola habitación, un bo castigo sería recollelos, para que sexan o máis adecuados, de pouco vale deixalos sen postre.

Comprendidos, o/a fillo/a debe saber polas nosas palabras por que se queda sen ver a televisión ou por que ten que pedir perdón cando molestou a alguén.

Inmediatos, cos máis pequenos, o castigo debe ir precedido inmediatamente dunha mala acción. Resulta pouco eficaz poñer un castigo ó día seguinte.

Avisados con antelación. É máis eficaz que a primeira vez se razoe por que iso está mal e se advirta que á seguinte vez haberá un castigo. Evidentemente cando as faltas son graves ou en cuestións obvias, non é preciso que o/a fillo/a estea advertido.

¿QUE DEBEMOS PROCURAR FACER?

Ter obxectivos claros: esta é a primeira condición sen a cal podemos dar moitos paus de cego. Coidar que eses obxectivos sexan poucos, formulados e compartidos pola parella, e concretos o que significa dicir ós nenos exactamente o que deben facer.

Dar exemplo: Sen coherencia entre o que dicimos e facemos, xamáis conseguiremos nada dos fillos. Ó contrario, confundiremos e defraudaremos. Un/unha pai/nai non pode pedirlle ó fillo/a o que el nunca fai.

Confiar no noso/a fillo/a: a confianza é unha palabra clave. A autoridade positiva supón que o neno teña confianza nos pais. É moi difícil que isto ocorra se o/a pai/na, non da exemplo da confianza no/a fillo/a.

Actuar e escapar dos discursos: unha vez que o neno teña claro como debe actuar, é contraproducente invertir tempo en discursos para convencelo. Os sermóns teñen pouco valor para convencelo. Unha vez que o neno xa sabe o que debe facer, e non o fai, actúese consecuentemente e aumentará a súa autoridade.

Mellorar a comunicación, sobre todo, cos adolescentes. Os adolescentes son moi susceptibles. Pode que o/a pai/nai que lle pregunta o/a fillo/a ó chegar pola noite media hora máis tarde do acordado. "¿Onde estiveches? Sexa interpretado polo/a fillo/a como: "Quen sabe onde estiveches, con quen, seguro que bebiches de máis." Por iso, cun/cunha fillo/a adolescente é moi importante practicar a escoita activa. Iso supón falar con el no momento oportuno, ou calar mantendo un silencio próximo. Unha boa pregunta para facer pode ser: ¿Como estás? Nada máis; a pregunta é aberta para que a resposte brevemente ou se estenda.

Unha escoita activa supón poñerse no lugar da outra persoa para poder comprender o que está dicindo ou o que está sentindo. É importante controlar aspectos, por parte do que escoita, como: o tono de voz, a expresión facial, uns xestos acolledores, o contacto visual, A miúdo caemos moi pronto en ameazas, sermóns, consellos, ironías,

desaprobacións, etc. É moi importante que cando dialoguemos cos adolescentes utilizemos algunhas das seguintes estratexias:

Mostrar interese: podémolo mostrar de forma non verbal, por exemplo movendo afirmativamente a cabeza, ou de forma verbal. Neste caso é importante utilizar palabras neutras, *por exemplo:* ¿Podes contar máis sobre iso?.

Clarificar: intentando obter máis información ou aclarar o dito. Neste caso o procedemento é pedir que aclaren algo que non entedemos, *por exemplo:* ¿E ti que fíxeches a continuación?

Parafrasear: consistiría en demostrarlle que estamos comprendendo o que lle pasa, *por exemplo:* ¿Entón, o que me estás dicindo é que ...?

Resumir: consiste en resumirlle a información que nos acaba de transmitir, para que teña a opción de corrixir ou engadir algo, *por exemplo:* Entón, si entendin ben o que che pasou foi que ...

Recoñecer os erros propios. Ninguén é perfecto, o/a pai/nai tampouco. O recoñecemento dun erro por parte dos pais dá seguridade e tranquilidade ó neno e ánimo a tomar decisións aínda que poida equivocarse, porque os erros non son fracasos, senón equivocacións que nos forman e nos din o que debemos evitar.

