

Hacerse obedecer



Stéphane Clerget
Bernadette Costa-Prades

Hacerse obedecer

Pautas para
madres y padres

Traducción de Sara Lagua Bertran

Octaedro 

Colección Con vivencias

19. Hacerse obedecer

Título original: *Parents, osez vous faire obéir*,
Éditions Albin Michel, 2010

Traducción al castellano de Sara Lagua Bertran

Primera edición: septiembre de 2012

© Éditions Albin Michel, 2010

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

Bailén, 5, pral. - 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02 - Fax: 93 231 18 68

octaedro@octaedro.com

octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra

ISBN: 978-84-9921-295-1

Depósito legal: B.25.007-2012

Diseño de la cubierta: Tomàs Capdevila

Fotografía autores: © Javotte Boutillier - Luce, © Claire Garate

Realización y producción: Editorial Octaedro

Impresión: Liberdúplex, S.L.

Impreso en España - *Printed in Spain*

SUMARIO

Introducción	7
1. ¿Por qué no obedece?	11
2. Para hacerse obedecer	19
3. No ha obedecido...	47
4. Un día corriente	63
5. Situaciones de riesgo	81
Conclusión	91
Sobre los autores	93

INTRODUCCIÓN

Un niño que obedece... ¡es el sueño de toda madre y de todo padre! Pero para muchos este objetivo parece hoy en día muy difícil de conseguir: las normas ya no son válidas para todos, como eran antes, y cada familia debe fijar las suyas.

Ya no existe un solo capitán de a bordo, sino dos. La vida social impone un ritmo que no siempre es conciliable con la paciencia necesaria para educar a los hijos. Por ello no debe sorprendernos demasiado que la autoridad esté en el centro de nuestras preocupaciones. **Muchos padres no confían en sí mismos** y les asaltan las dudas cada vez que deben imponer límites a su hijo. Aunque hacerse obedecer no sea complicado, sí es necesario conocer las competencias de la obediencia y algunos pilares indispensables. Aunque no son muchos, son en cambio ineludibles.

¿Por qué es tan importante que un niño obedezca?

La familia es el primer lugar en el que aprendemos a someternos a las normas. Los niños deben integrar la ley antes de ser capaces de respetarla en la vida civil. Dentro de este marco protector, aprendemos a aceptar las obligaciones, las cuales no son altos muros que nos encierran, sino un camino tranquilizador dentro de un gran bosque oscuro, y son indispensables para avanzar en la vida. **Un niño que sabe obedecer sabrá más tarde obedecerse a sí mismo** y dominar por lo tanto su autocontrol. Un niño que se cree todopoderoso será rechazado por los demás y, por ello, infeliz. Si se considera superior a sus padres, no solo no deseará aprender nada de ellos, ni de nadie, sino que además pensará que ellos son incapaces de protegerle y se angustiará.

¡Cuidado con las reacciones inesperadas!

Atención, no obstante, no hace falta blandir el estandarte de «represor total». Actualmente asistimos a una reacción ridícula que consiste en ver en cualquier niño rebelde a un delincuente en potencia. Se piensa que los padres son demasiado comprensivos, demasiado permisivos... ¿Dónde está escrito que ser comprensivo impida imponerse ante el hijo y tener autoridad? Constatamos más bien lo contrario: cuando respetamos al hijo, cuando sabemos escu-

char sus opiniones, aumentamos en gran medida la probabilidad de ser obedecidos cuando tengamos que exigirle algo. Un niño siempre obedece mejor cuando quiere agradar a sus padres y parecerse a ellos. Y esto solamente puede acontecer en un ambiente familiar cálido: la autoridad no impide ni la ternura ni el amor.

*«Escuchadle, comprended
a vuestro hijo, pero quienes
mandáis sois vosotros.»*

Sin embargo, una madre o un padre no debe sentirse cuestionado cuando su hijo no le obedece. La obediencia se aprende y requiere un seguimiento. Cuando un niño tiene dificultades para hablar bien, ¿no pensamos que lo hace para fastidiarnos! Ser obedecido es un objetivo feliz y ambicioso, no una fórmula mágica para lograr estar tranquilo. ¿Cuál es el beneficio de respetar las normas? Esta es la clave de la obediencia. Si de pequeño aprende a obedecer, cuando sea adulto soportará mejor las obligaciones. No por la amenaza o por miedo, sino por el placer de respetar los códigos que nos permiten convivir mejor. No para que los padres se quiten un peso de encima, sino para que su hijo se convierta en un adulto respetuoso y respetable. Bonito plan.

1. ¿Por qué no obedece?

Un niño puede tener buenas razones para no obedecer... Previamente deberéis llevar a cabo una pequeña encuesta para intentar comprender qué pasa por su cabeza. Y también por la vuestra.

¿Y si tuviera un problema?

Cuando un niño se niega a obedecer, pensamos inmediatamente que lo hace con mala intención. Puede que sea así, pero no siempre...

Oponerse es uno de los medios más simples de los que dispone para expresar que hay algo que no funciona pero que no tiene palabras para expresarlo. ¿Tiene problemas en la escuela, un disgusto con algún amigo, su cuidadora es simpática con él? **Atención, un niño deprimido no es forzosamente un niño abatido:** al contrario, puede mostrarse excitado y luchar contra su depresión mediante la agresividad. También puede que tenga una mala imagen de sí mismo. Cuantos más reproches hacemos a un niño (y cuando no obedece el ambiente en casa

suele ser tenso), menos va a considerarse un «buen chico», y va a modelarse ante ese espejo de niño desobediente que le presentamos varias veces al día.

Rivalidad en el aire

También puede estar resentido con sus padres porque piensa que tienen todos los poderes: ¿por qué no le facilitan los medios para ser una buena persona y no alguien a quien regañar de la mañana a la noche? Es particularmente evidente cuando, entre hermanos, uno se porta bien, y el otro no. El niño puede pensar que el primero es más querido, que sus padres le han ofrecido algo más.

Por último, no debemos descuidar tampoco un eventual trastorno auditivo: ¿vuestro hijo oye bien? ¿Entiende bien lo que le pedís? También puede tener un problema de comunicación. No es frecuente, pero también debe considerarse para descartar cualquier fuente de malentendido.

¿Respetamos su ritmo?

Un niño pequeño necesita tranquilidad y regularidad. El trío ganador comprende: una buena alimentación, suficientes horas de sueño y mucho cariño. A priori, quizá os encogéis de hombros: ¡evidentemente que come, duerme y que le quiero! Aun así, más vale pasar revista a estos pilares fundamentales.

Una alimentación desequilibrada, demasiado cargada de azúcares y de comidas al vuelo, es fuente de estrés y, por lo tanto, de nerviosismo.

¿Realmente dispone de su cupo de horas de sueño? Entre los 3 y los 5 años, los niños necesitan doce horas y media de sueño diarias, después el cupo disminuye progresivamente hasta llegar a las nueve horas y media entre los 6 y los 10 años.

Pequeño o gran dormilón

Debajo de esta media, el niño tiene una carencia de sueño. Es cierto que existen variaciones individuales y que algunos niños son menos dormilones que otros. Si vuestro hijo duerme menos, pero no presenta síntomas de somnolencia durante el día, pertenece seguramente a la primera categoría. Para estar seguros, observad la duración espontánea de su sueño durante las vacaciones.

Tiempo exclusivo para él

En cuanto al cariño, es seguramente aún más importante que las dos necesidades precedentes: no hablamos del besito de las buenas noches y de los buenos días. Hablamos de un auténtico tiempo dedicado cada día a cada hijo, ya sea con mimos o conversaciones, según la edad. Un tiempo irreducible de al menos treinta minutos si realmente no podemos hacer más (multiplicado por ambos pa-

dres, esto da al menos una hora). Es un momento de disponibilidad, en el cual estamos a su escucha, un tiempo sin exigencias.

*«Un niño necesita la
atención de sus padres.
Es su sol para crecer.»*

Aquel que provoca no obedeciendo puede que simplemente intente llamar la atención que no logra obtener de otra manera. Quiere que el tren se detenga para respirar un poco, ¡aunque sea discutiendo! Además, el niño es un gran imitador: si ve que sus padres son incapaces de detenerse, podemos apostar que él tendrá las mismas dificultades para hacer los deberes o terminar un rompecabezas sin agitarse a diestro y siniestro...

¿Y qué pensáis, vosotros, de la autoridad?

Un niño desobediente cansa en seguida. De acuerdo. Pero vosotros, ¿os acordáis de vuestra propia infancia? ¿Erais obedientes cuando erais pequeños? ¿Eran muy severos vuestros padres o, al contrario, demasiado laxos? Cuando algo se bloquea en la vida familiar, **no debemos dudar en hacer un pequeño trabajo de introspección sobre nosotros mismos.** De esta manera, si antes considerabais –o conside-

ráis todavía- la obediencia como una sumisión, una derrota, una capitulación, no debe sorprenderos que vuestro hijo os imite, aunque nunca le hayáis dicho nada al respecto. Los niños tienen unas antenas muy perfeccionadas para captar este tipo de ambivalencias de sus padres en casa y recuperar la antorcha de vuestra lucha infantil.

El niño que lleváis dentro

¿Habéis padecido demasiada rigidez? Si es así, cuando dais una orden a vuestro hijo, puede que penséis en vuestro padre, y esta comparación, por decirlo suavemente, no os alegra en absoluto. Obedecer por miedo, sin comprender verdaderamente por qué debemos hacerlo, es insoportable. A menos que no sea lo contrario: vuestro hogar era siempre una olla de grillos y aspirabais a tener una familia bien ordenada, en la que los niños obedecieran puntualmente. Puede que sea demasiado, ¿no?

Y vosotros, ¿cómo estáis?

Después de haber comprobado que vuestro hijo no tiene problemas, es importante preguntaros si vosotros tampoco, si estáis bien, o al menos no demasiado mal. De hecho, si un niño percibe que su madre o su padre está deprimido intentará a su manera sacarle de la tristeza y de su abatimiento multiplicando las tonterías para crear una especie de electrochoque:

¡al menos, cuando grita parece que esté vivo! Actualmente, ¿estáis desbordados, nerviosos, preocupados? Educar a un hijo requiere una inmensa paciencia y una gran disponibilidad que en según qué períodos de la vida no siempre tenemos, y es lógico.

«Mantened las normas en los períodos difíciles. Sobre todo en los períodos difíciles.»

Si acabamos de divorciarnos, si estamos en el paro, podemos dejarnos desbordar rápidamente por las emociones. En este caso no debemos dudar en dejar que nos ayuden: el cónyuge, los amigos, los vecinos, la familia. Saber delegar la autoridad y la presencia es hacer prueba de responsabilidad con respecto al hijo. Antes, los niños se educaban en el seno de una gran familia, con la ayuda de abuelos, de tíos y tías... Hoy en día ya no es así y de todas maneras debemos saber pedir ayuda en caso de necesidad, sin sentirnos culpables.

«¡Pensamos con demasiada frecuencia que una madre o un padre debe estar siempre a la altura!»

Sus primeros modelos, sin saberlo nosotros

El niño nos imita. Representamos sus primeros modelos. ¿Normalmente somos agresivos con él? Probablemente él lo sea a su vez con nosotros. También observa cómo nos comportamos en pareja: si nuestras relaciones son siempre tensas, si en una discusión, ninguno de los dos quiere ceder nunca, el niño reproducirá esos mismos comportamientos. Si le pedimos no poner los pies encima de la mesa cuando su padre lo hace, el mensaje no es coherente. Igualmente, si ve que cruzamos la calle fuera de los pasos de peatones, que intentamos colarnos en las filas de espera, que mentimos o que nos jactamos incluso de estafar impuestos, no debe sorprendernos que él no respete después las normas que le marcamos...

Explicad las normas

Un niño que no obedece cuestiona las normas en general: no ha comprendido su pertinencia. ¿Por falta de explicaciones? Es una buena pregunta sobre el cuándo, cómo, por qué... **No podemos responder como antes: «es así y basta...».** Porque ya no estamos en una época en la que las normas eran prácticamente las mismas en todos los hogares: nos remitíamos a unos códigos comunes de buena conducta, con los que todo el mundo estaba de acuerdo. Ya no es el caso de hoy en día. Y tampoco es que sea peor.

2. Para hacerse obedecer

Un reglamento claro, una manera de hablar adecuada, unas autorizaciones que permitan aceptar mejor las normas: ¡tenéis tantas bazas en la manga para que os obedezcan!

Un calendario de normas claras y precisas

Es necesario que el niño sepa exactamente lo que le está permitido y lo que no, si no es así, es inútil hablar de desobediencia. ¡No vamos a castigar a un niño que hace una tontería sin saberlo! Empecemos por las prohibiciones fundamentales, aquellas que no se discuten de un hogar a otro, sino que dependen de la ley general de los seres humanos.

- **Recordad las prohibiciones sexuales.** A menudo, una conducta muy excitada por parte de un niño responde a cuestiones acerca de la sexualidad que no han encontrado respuesta. Hay que subrayar lo elemental: las relaciones sexuales solo están permitidas a partir de los 15 años,

con un compañero que esté de acuerdo y que no sea de la familia. Estas explicaciones tienen un efecto calmante porque ponen un marco y se abren hacia el futuro: él también tendrá una vida sexual más adelante, pero no por ahora... Es importante en nuestra época en la que las imágenes sexuales están en todos lados, sin control, sometiendo a los niños a una excitación precoz. Por parte de los padres, también es importante disminuir las causas de excitación. En algunas familias, el pudor es un elemento esencial para el equilibrio de los hijos.

- **No hacemos daño físico a nadie, igual que no nos lo hacemos a nosotros mismos.** Los padres son los responsables de la salud de su hijo ante la ley. Hay que decírselo a los hijos con palabras claras: «Soy responsable de ti y de tu salud.»
- No robamos, no insultamos a los demás, respetamos sus asuntos...

Aparte de estas prohibiciones válidas para todos, luego están las normas de casa, de la familia.

Normas internas variables

Estas merecen ser discutidas porque pueden cambiar en función del lugar y del momento. Como las leyes que rigen los países: algunas son válidas en todo el mundo («no se roba», «no se mata...»); y otras

varían: en Francia se conduce por la derecha y en Inglaterra, por la izquierda.

«No confundáis tontería con error, torpeza o ignorancia.»

Estableced una jerarquía

A menudo, los niños no obedecen porque no sienten que sus padres estén realmente convencidos de lo que les piden. ¡Aprovechan el resquicio! Un padre que duda tiene dificultades para imponer una prohibición. De ahí viene la necesidad de establecer una jerarquía en lo que exigimos al hijo. Y solo la podéis establecer vosotros, pues es diferente de una familia a otra. Para vuestro vecino, la habitación de vuestro hijo tiene un desorden escandaloso, mientras que vosotros solo veis algunos objetos fuera de su sitio... ¡Si no establecéis un baremo entre pequeñas y grandes tonterías, os arriesgáis a ceder en puntos importantes!

«Aprovechad los momentos tranquilos para enseñar las reglas.»
