



Cuatro formas desastrosas de ejercer la autoridad con los hijos

Diego Velicia

Psicólogo del COF diocesano

A los padres en general nos preocupan nuestros hijos. Los queremos. Queremos que sean responsables. Sabemos que tenemos el deber de educarlos para ello. Muchas veces tropezamos en el cómo. Porque en ocasiones, utilizamos algunos métodos que consiguen justo el efecto contrario al pretendido. Vamos a detenernos en cuatro de ellos:

1.- Criticar sistemáticamente: poner el foco en lo negativo del hijo de forma permanente. Subrayar sus fallos. Pasarse la vida señalando errores y cosas a corregir. Dar por descontados los logros y progresos, sin valorarlos ni apreciarlos. Hay quien piensa que hay que ayudar al hijo a darse cuenta de sus errores. Y para eso los señala sistemáticamente.

Lógicamente, el hijo que es criticado sistemáticamente termina por no sentirse aceptado, valorado ni querido. Y reacciona mal. Y el padre que ve que reacciona mal, trata

de corregir esa mala reacción, con lo cual agrava el problema.

Forma parte de la tarea de los padres corregir los errores de nuestros hijos. Pero no puede ser lo que ocupe más tiempo de nuestra tarea, porque el hijo se acaba alejando afectivamente.

2.- Ridiculizar: consiste en exponer de forma burlona o despectiva los fallos del hijo, independientemente de si se hace con razón o no, o si se hace en público o en privado. Algunos padres intentan, de este modo, "hacer reaccionar" al hijo. Algo así como ponerle las banderillas al toro para estimularlo y que actúe de una forma diferente.

Pero cuando se ridiculiza un hijo se transmite un mensaje de desprecio. Algo así como "no vales la pena". Y lo habitual es que ese mensaje provoque una reacción negativa en forma de rebeldía o depresión. Rara vez produce una reacción positiva.

Corregir a nuestros hijos debe hacerse sin



transmitir un mensaje tan destructivo. Desde la confianza en sus capacidades y sin humillarlo.

3.- Culpabilizar: "si te portas así, papa y mamá van a acabar separándose", "por tu culpa me va a entrar un cáncer", son maneras de intentar que el hijo se sienta culpable por posibles consecuencias de sus actos e intentar que cambie de conducta. Existe la errónea creencia de que, si el hijo se siente mal por algo, dejará de hacerlo y por eso algunos padres intentan agudizar el sentimiento de culpa en el hijo.

De esa manera se pone una losa enorme sobre las espaldas del hijo, que le impide crecer con libertad.

Porque una cosa es sentirse mal por algo que he hecho y otra aprender a hacer las cosas de otra manera. Experimentar un sen-

timiento dura un instante, aprender a comportarme de otra forma es un proceso.

4.- Descalificar globalmente: consiste en calificar la conducta de nuestro hijo con un adjetivo que describe por completo a su persona. Por ejemplo, cuando llamo cerdo a mi hijo por tener la habitación desordenada. A veces usamos estas expresiones de una manera inconsciente en medio de una bronca o regañina, sin darnos cuenta que un cerdo lo es desde que nace hasta que muere. Y lo es en cualquier lugar y situación, no cambia.

El problema de esto es que, aunque tenga una parte de verdad, la descalificación global es injusta y ante un mensaje así de injusto el hijo tiene dos opciones: si acepta el

mensaje, se desanima. Si lo rechaza se ve obligado a pelear contra quien se lo lanza, con lo que, además de no corregir nada, hemos generado otro problema.

Si lo que queremos precisamente es que nuestro hijo cambie, es preferible señalar la conducta a corregir y aplicar una consecuencia, pero no convertir esa conducta en el elemento que describe toda la persona del hijo.

Si queremos que nuestro hijo cambie es preferible señalar la conducta a corregir y aplicar la consecuencia