

**EN FAMILIA**  
Nuevas enfermedades  
sociales

**EN FORMA**  
Cocina en su salsa  
La temporada  
de las cerezas

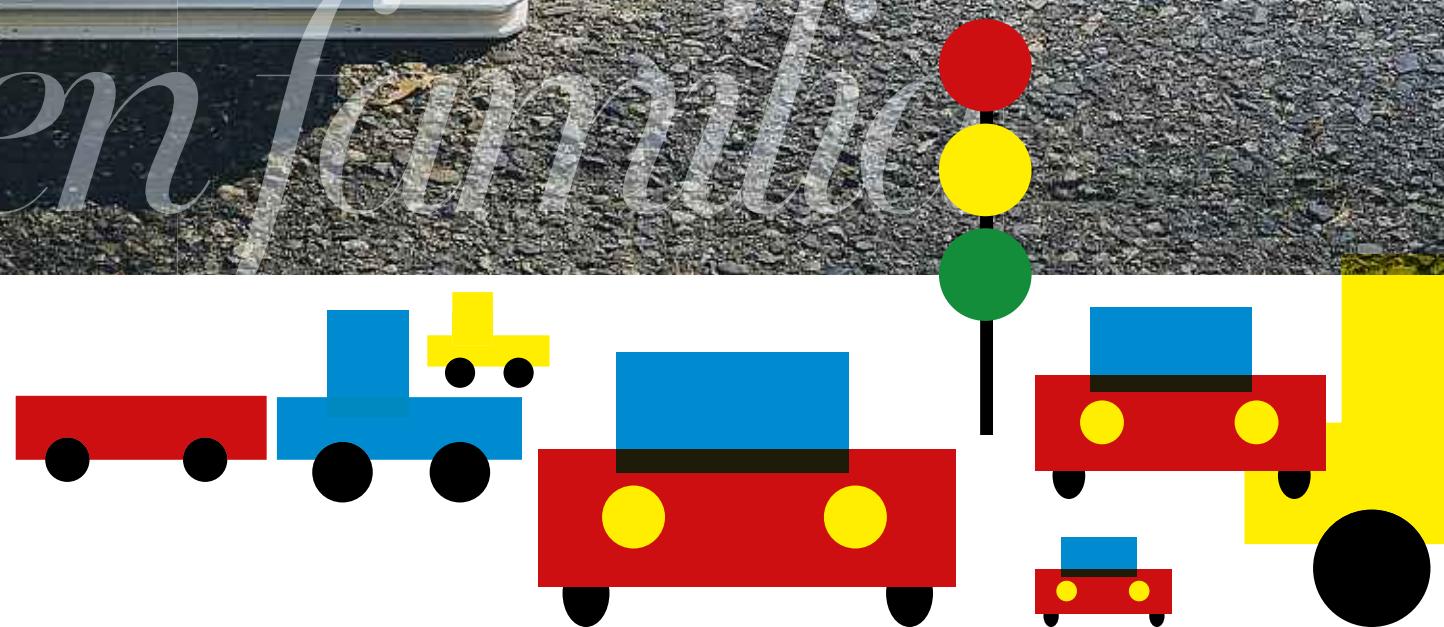
**EN CASA**  
Autoedición: sea  
su propia editorial  
Pasos para acoger  
un animal doméstico

# OS

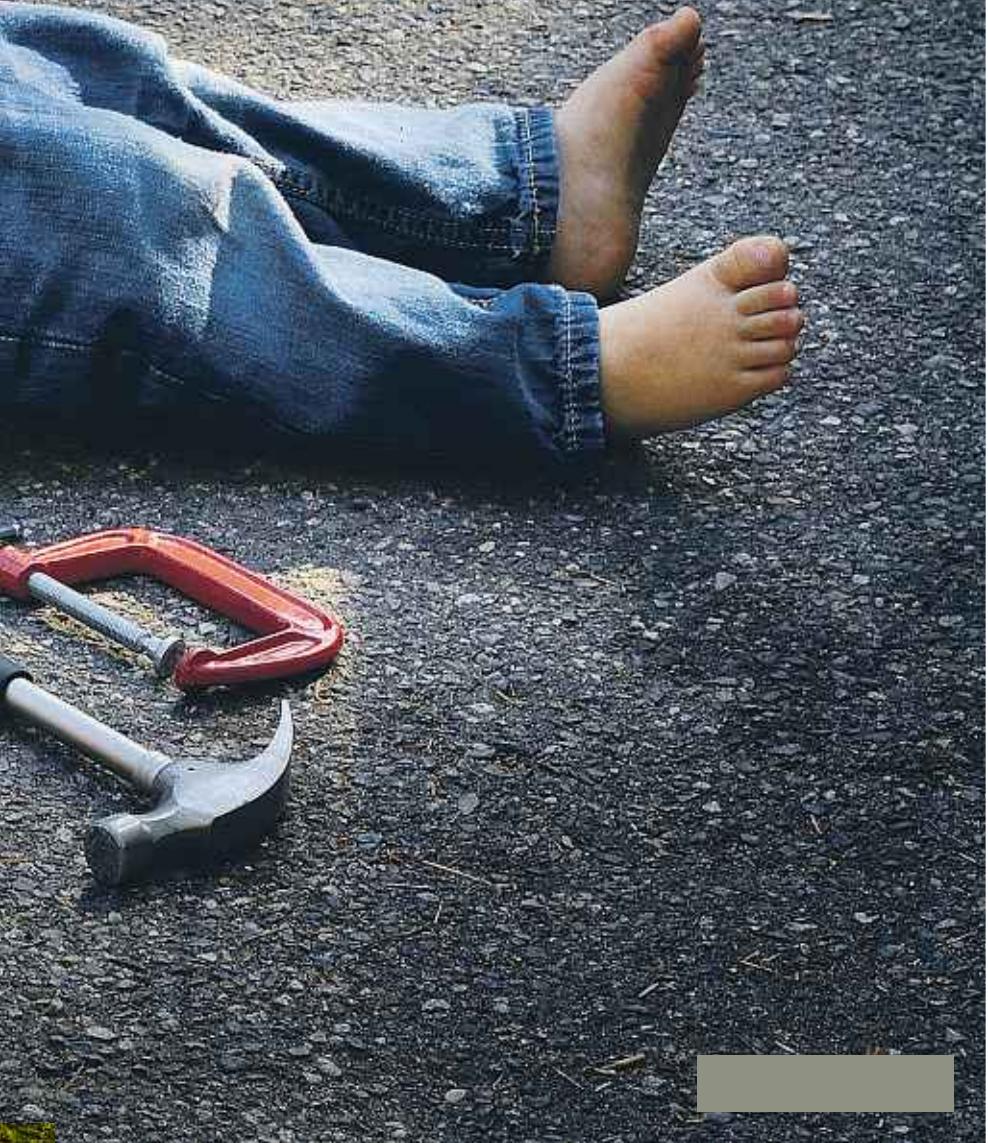
ESTILOS  
DE  
VIDA  
  
NÚMERO 294  
SÁBADO  
18 DE MAYO  
DEL 2013

## ¿Debemos dejarlos en paz?

Presión académica,  
agendas llenas,  
sobreprotección... Qué  
hacer para que los niños  
de hoy sean mañana  
adultos equilibrados



# Haga menos caso a sus hijos



**Texto** Eva Millet

**La hiperpaternidad se ha convertido en un modelo educativo habitual en las sociedades más acomodadas. Sin embargo, son muchos los expertos que creen que es necesario estar menos pendientes de los hijos, por su propio bien**

Hubo un tiempo, no demasiado lejano, en el que a los niños no se les hacía demasiado caso. Sin ir muy lejos, la abuela de quien escribe, cuando un nieto o nieta se ponían pesaditos, recomendaba actuar ante ellos: "Como si fueran muebles". Una mesa, una silla o un armario. Ignorarlos hasta que se les pasara la rabieta o dejaran de dar a lata. El "ya encontrarás algo para hacer" era asimismo otra respuesta habitual al clásico "me aburro". Se consideraba que el distraerse era tarea de los niños, no de los padres, y que uno era capaz de hacerlo solo.

El escritor inglés D.H. Lawrence (1885-1930) también creía que no hacerles mucho caso a los críos era lo más conveniente para su bienestar. Sus tres reglas para empezar a educarlos ("dejarlos en paz, dejarlos en paz y dejarlos en paz"), lo atestiguan. Es una faceta de la respetada educación inglesa, que ha tenido como una de sus bases un cierto desapego con los hijos (no en vano son los inventores de las *nannies* y de los internados). También lo era el no comentar en público las virtudes de un retoño, lo que se consideraba totalmente inadecuado. Algo similar, aunque pasado por el tamiz más cálido del Mediterráneo, sucedía aquí: si en una reunión social alguien preguntaba por los niños, estos estaban "bien" o "muy bien" y punto. También, hasta no hace mucho, los niños tenían tardes libres y agendas con espacios en blanco y con un vago "iros a jugar por ahí" se resolvían muchos sábados y domingos.

"La frase de 'hacer como si fueran muebles' era habitual durante mi infancia", recuerda Antonio, un barcelonés de 66 años, abuelo de seis nietos. "Y cuando mis hermanos y yo tuvimos hijos pequeños, la utilizábamos de vez en cuando... En vez de mimarlos y consentirlos, como se hace ahora, se optaba por no hacerles tanto caso a los niños, que se distrajesen solos. No iba tan mal: considero que ahora se les presta demasiada atención".

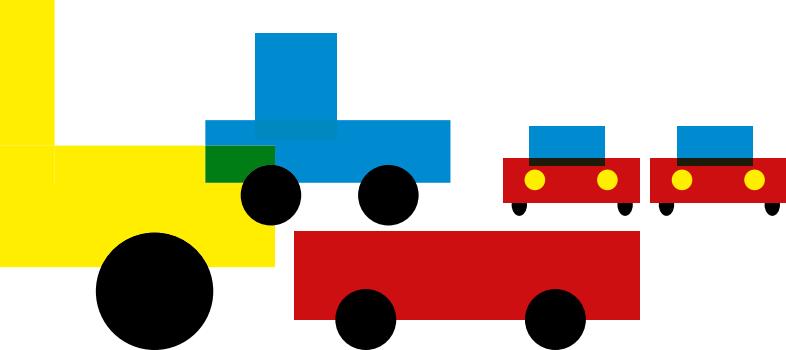
No es el único. Cada vez son más los expertos en educación que creen que se ha evolucionado del modelo *mueble* al modelo *altar* demasiado rápido. En pocos años, los hijos han pasado a convertirse en el centro de la familia y, a menudo, alrededor suyo orbitan los progenitores, dispuestos a ejercer, con la mejor de las intenciones, de superpadres. Su misión es darles el máximo posible a su prole: la mejor educación, las mejores extraescolares, el mayor número de experiencias, viajes, espectáculos, actividades lúdicas y entretenimientos varios. El objetivo: que estén sobradamente preparados para un futuro que, dada tanta inversión de tiempo, dinero y esfuerzo, tiene que ser brillante.

Como tantas otras cosas, este modelo de paternidad a tope o hiperpaternidad, se origina en EE.UU. De este país procede también la psicóloga Madeline Levine, en cuyo libro *El precio del privilegio* (Miguel Ángel Porrua editor), empezó a tocar la cuestión de los niños hiperpaternizados. Su último trabajo, *Teach your children well* (Enseñe bien a sus hijos) ya se centra en los excesos cometidos y llega a la contundente conclusión de que la actual versión norteamericana de lo que supone el éxito es "un fracaso". ▶

## ¿Somos hiperpadres?

La hiperpaternidad tiene muchos rostros, pero para la psicóloga Maribel Martínez las alarmas saltan si los padres hablan en plural refiriéndose a las actividades de sus hijos ("mañana tenemos examen de mates", "el sábado tenemos partido"...), cuando tienden a responder por ellos (imitando, incluso, su voz) o si las agendas de los niños no tienen apenas horas libres. Otros signos de alarma son vestir o darle la comida a un niño de cuatro años; sentarse con uno de ocho a hacer los deberes, prepararle la mochila a uno de nueve, que un niño o niña de diez no sepa gestionar su agenda, con once no haya ido nunca a comprar algo como el pan, con doce no quiera salir solo a la calle o, con trece, no utilice aún el despertador.

MECKY



► Levine lleva 30 años tratando a adolescentes en una de las zonas más ricas de San Francisco. Su experiencia le dice que el modelo de crianza basado en una constante atención y grandes expectativas por lo que los hijos hacen, estudian, llevan, tienen o logran, no funciona. En una cultura tan competitiva como la estadounidense, la paternidad se convierte en una especie de carrera sin descanso, cuya meta es lograr que el hijo o la hija triunfen. Los hiperpadres, destaca Levine, se dan especialmente en las clases más acomodadas y suelen tener un plan trazado para sus retoños desde la cuna. La atención podría acabar cuando los hijos ingresan en la universidad de élite, la soñada por los progenitores, pero incluso en estos lugares que antes solían estar poblados de jóvenes independientes, han entrado los hiperpadres. En los campus norteamericanos cada vez son más comunes los papás y mamás que acompañan a sus hijos a las entrevistas con los profesores o que se ocupan de su intendencia diaria.

Así, después de muchos años escuchando en su consulta a chicos y chicas que objetivamente lo tienen todo, pero que se sienten frustrados e infelices e instan a sus padres “a tener una vida” fuera de la suya, Levine se ha convertido en una de las abanderadas del *underparenting*, que reivindica ejercer de padres de forma menos intensa, cambiando las prioridades. “En la paternidad se llega a un punto en el cual debemos decidir si mantener el statu quo, el modelo vigente, o, con nueva información, elegir otra vía”, escribe. Para ella, el escoger la otra vía es algo urgente porque “no hay duda de que nuestros hijos están viviendo un mundo que no sólo no es consciente de sus necesidades sino que, de hecho, los está dañando”.

La hiperpaternidad tiene distintas formas y grados, aunque el fondo (los hijos como el eje sobre el que giran las vidas de los padres), es el mismo. Encuentramos figuras como la de los padres-helicóptero (sobrevolando sin descanso las vidas de sus retoños), los padres-apisonadora (quienes allanan sus caminos para que no se topen con ninguna dificultad), los chófer (que pasan los días llevando a sus hijos de extraescolar en extraescolar), los hiperprotectores (cuyo fin es evitar cualquier accidente, por lo que algo antes natural para un niño, como subirse a un árbol, resulta impensable), los muy españoles padres-bocadillo (quienes persiguen a sus hijos o hijas en el parque con la merienda en la mano) y las más novedosas madres-tigre, representadas por la china-estadounidense Amy Chua, quien dirige de forma implacable las existencias de sus dos hijas. Su sistema está descrito con todo detalle en el libro *Madre tigre, hijos leones* (Temas de Hoy), que se ha convertido en un desconcertante superventas.

La hiperpaternidad puede llegar a ser agotadora para los hijos, porque en general implica agendas frenéticas. También lo es para los padres y madres, porque son ellos y ellas quienes los llevan de una actividad a otra, hablan con frecuencia con sus maestros (llegando al enfrentamiento si fuera necesario), supervisan sus deberes y, a menudo, los hacen junto a ellos. Recogen sus cuartos, preparan su ropa y

mochilas, meriendas, cenas y desayunos y ponen y quitan mesas (porque los niños van tan cansados que no tienen tiempo para este tipo de tareas). También son los que planifican sus agendas e, incluso, sus amistades, interviniendo ante el menor conflicto con ellas... La hiperpaternidad es un traje que puede durar muchos años y que, en opinión de los expertos, coarta en los hijos algo tan vital como es la independencia. También impide el aprender a partir de los errores cometidos, algo clave en el desarrollo personal. Con todo esto y si los padres siempre quieren lo mejor para sus hijos, la pregunta es: ¿cómo se ha llegado hasta aquí?

“Creo que es debido a que los objetivos de los padres han evolucionado”, explica la psicóloga barcelonesa Maribel Martínez. “En tiempos de nuestros abuelos, el objetivo era que los hijos sobrevivieran a la guerra y a la posguerra, no pasaran hambre y, cuanto antes, se pusieran a trabajar para ayudar a la familia, que solía ser numerosa. En los de nuestros padres, lo que ya se quería era asegurar que sus hijos pudieran estudiar y que tuvieran mejores posibilidades laborales... En la actual generación de padres con hijos pequeños –prosigue esta experta en psicología familiar–, las prioridades son otras: que los hijos sean brillantes, triunfen y que tengan de todo. Parece que su éxito y su fracaso sean nuestros y que para ello, tengamos que ser los mejores padres del mundo”.

Martínez cree que este afán por el éxito de los hijos es el resultado de las nuevas presiones sociales. “Hay mucha competencia entre padres y muchísima información y esto crea inseguridad, pero no sólo a los padres”, matiza. “Nuestros hijos –añade– también viven con ansiedad, angustia incluso, tanta presión, tanta actividad, a todos los niveles”. Al igual que la doctora Levine, esta terapeuta cree que estar tan encima no es bueno para nadie: “La crianza empieza con los bebés quienes, obviamente, necesitan atención 24 horas... Pero los niños crecen y los padres, parece que no. Así, siguen ayudándolos a vestirse, a comer y a organizarse sus cosas. No se dan cuenta de que hay que dejarlos ir, dándoles responsabilidades, espacio propio y capacidad para tomar decisiones”.

Una de las consecuencias más comunes de la hiperpaternidad es que los niños, al estar tan estructurados y sobreestimulados ya desde pequeñitos, se aburren muy fácilmente. En un programa de la BBC sobre este tema, Lorraine Candy, directora de *Elle* Gran Bretaña y exhipermadre, comparó las dinámicas de sus primeros dos hijos con el tercero, a quien dejó más a su libre albedrío: “Con los dos mayores, de 9 y 8 años, fui una madre a tope, totalmente influida por las corrientes de estimulación imperantes: los ocupaba toda la semana en actividades educativas, les compraba todo tipo de *baby einsteins*, *mozarts* y similares, nos íbamos mucho de viaje, siempre arriba y abajo...”. El punto de inflexión llegó cuando, un domingo, después de haber estado dando vueltas todo el fin de semana, la familia llegó a casa agotada y el mayor, al poco de entrar, le dijo: “¿Y ahora, mamá, qué más hacemos?”. La periodista vio que algo no iba bien. “Con mi tercer hijo, que tiene cinco años,





EN MUY  
POCO  
TIEMPO SE  
HA PASADO  
DE IGNORAR  
A ADORAR A  
LOS NIÑOS

EL ANTÍDOTO  
AL EXCESO DE  
PATERNIDAD  
ES EL  
MÉTODO DE  
OBSERVAR, SIN  
INTERVENIR



**Cuando no todo está bien**  
El refuerzo positivo, que se ha extendido en los últimos años, a veces se lleva demasiado lejos. Hay que tener en cuenta que adular no equivale a querer. Así, no hay que sentirse mal por decirle a un hijo que algo no lo está haciendo bien... cuando no lo está haciendo bien. Aprender a escribir bien, por ejemplo, cuesta, y si el primer día que uno hace una A sus papás ya le dicen "fantástico, estupendo...", ¿por qué va a seguir esforzándose? Crecer creyendo que todo se hace bien no es sano porque, entre otras cosas, impide que el individuo no alcance un nivel de esfuerzo necesario para superarse

JAMES ROSS

decidí bajar totalmente el ritmo. Es un niño mucho más relajado, mucho más seguro de sí mismo, juega muchísimo más solo... ¡Nada que ver!".

Relajarse un poco es el primer paso para salir de la espiral de la hiperpaternidad. Madeline Levine, madre de tres hijos, recomienda darles a los niños "mucho tiempo de juego sin estructurar" para que, además de aprender a entretenerte, aprendan a gestionar sus horas. El juego es vital en su buen desarrollo. Irónicamente, con tanta actividad no se les da espacio para algo tan fundamental.

La facilidad para el aburrimiento, sin embargo, no es el único resultado de una atención excesiva hacia los hijos. "Pueden haber también consecuencias psicológicas importantes –advierte Maribel Martínez– porque, con tanto control y seguimiento, el mensaje que acabamos dándoles a los hijos es que 'me pongo aquí contigo, sistemáticamente, a hacer los deberes o a organizar tus tareas, porque tú solo no puedes'. Entre líneas, se les dice que no son capaces". Martínez insiste en que no hay que intervenir siempre en las vidas de los hijos, aunque sea con las mejores de las intenciones. Por ejemplo, si al niño le asustan los perros, no hay que cruzar de inmediato la calle cada vez que aparezca uno de estos animales en el horizonte ("es la mejor manera de potenciar el miedo, incluso, la fobia"). Si los padres están preocupados por el tema de la comida, el seguirlos por el parque con un bocadillo en mano o estar permanentemente encima de ellos cuando comen puede acabar "con un niño agobiado que puede o dejar de comer para llamar la atención o desarrollar un trastorno alimentario".

Mientras algunos terapeutas anglosajones reivindican una "sana desatención", como remedio a la hiperpaternidad, Martínez, es más partidaria de "observar sin intervenir". "Es un concepto clave en los niños más pequeños, porque observar implica hacer activamente algo: mirar cómo tu hijo evoluciona y es capaz de superar las dificultades sin necesidad de la intervención constante de los padres". Para ella, esta atención desde la barrera conseguirá que los niños puedan crecer, superarse y esforzarse: caerse y volverse a levantar: "Eso es lo que queremos, porque si han crecido entre algodones, si nunca han tenido que responsabilizarse de una mínima gestión de su vida, cuando llegan a la adolescencia se sienten incapaces, viven con mucho más miedo y los cambios les suponen un gran problema".

"Los niños no quieren unos superpapis o supermamis –añade la psicóloga– sino que se les quiera y que pasemos ratos gratificantes con ellos pero, a la vez, respetemos sus espacios". Para ella, la clave es dejarlos más tranquilos y confiar en ellos porque, asegura, "son muy capaces" y es esa capacidad lo que hay que reforzar. "Los padres hemos de aprender a inmiscuirnos menos, dejarnos llevar un poco por nuestro instinto y observar cómo se espabilan, se desarrollan, buscan sus recursos y aprenden y, finalmente, reforzar ese esfuerzo, felicitarles. Este es el antídoto para este modelo de hiperparternidad". ■