

## ESFUERZO PERSONAL.

**Sobreprotección: Amores que asfixian** Padres sobreprotectores piensan que a mayor cantidad de cuidados, mayor es el afecto que entregan a sus hijos. ¡Gran error! El exceso de preocupación les dificulta el desarrollo de su personalidad.

Por instinto los padres tienden a proteger a sus hijos. Los ven pequeños, dependientes e indefensos y sienten la necesidad de abrazarlos cuando lloran, de prevenirlos de los peligros, de mostrarles lo que pueden y no pueden hacer, de atender a sus problemas cuando están tristes.

También se preocupan de que les pueda ocurrir cuando duermen, especialmente si es recién nacido, se acercan a comprobar si respira bien; ante una fiebre, consultan al médico y curan sus heridas cuando caen. Es lo normal de un padre hacia su hijo.

### Proteger más de la cuenta

Muchas veces, sin embargo, la atención normal se transforma en aprensión y algunos padres demuestran una preocupación excesiva, y más que proteger a los hijos los sobreprotegen. ¿Cómo? Cuidándolos más de la cuenta. Viven pendientes minuto a minuto de las necesidades del niño: si tiene hambre, si la temperatura es baja para él, si es hora de vestirse, si se puede caer, si le toca bañarse... Se desvelan al verlo triste o enfermo. No entienden que a veces prefiera estar solo en su cuarto.

**Cuando llega la edad de las obligaciones escolares**, son los primeros en sentarse a hacerle las tareas. **El resultado: niños caprichosos, habituados a una vida hecha, siempre protegidos, llenos de límites y recomendaciones.** No llegan a conocer lo que es frustrarse ni tener contratiempos. Las responsabilidades, si las tienen, son compartidas.

**¿Mal nacional?** Con mayor o menor intensidad es acertado decir que se tiende a sobreproteger a los hijos. "Casi como parte de nuestra idiosincrasia", afirman algunos. Muy distinto a otras culturas, como la norteamericana, donde la educación incentiva en los niños la autonomía desde sus primeros años de vida.

En nuestro país, en cambio, las mamás, exageran las atenciones y mimos, mucho más allá de lo conveniente para el desarrollo de la madurez e independencia de los niños.

"Se puede ver en el colegio: Hay una tendencia generalizada a empequeñecer a los niños. Los padres exigen a sus hijos menos de lo que corresponde a su edad; no los dejan asumir responsabilidades para que vayan adquiriendo autonomía. Y los ven como niños aunque hayan entrado a la universidad".

### Así llegamos a esta realidad:

- Niños de seis años que hay que vestir todas las mañanas para que no lleguen tarde al colegio.
- Algunos, a los siete años todavía toman la leche en biberón.
- Niños que nunca ordenan sus cosas porque "para eso está mamá". .Escolares de diez años que esperan a mamá para hacer juntos las tareas.
- Niños que comen sólo lo que les gusta comer.

"Y los padres contemplan estas situaciones sintiendo que es lo normal en hijos que reciben mucho cariño". "Para ellos, amor y mimo son proporcionales, y a mayor cantidad de cuidados, mayor es el afecto que creen expresar a sus hijos. **No saben que al sobreprotegerlos de esa manera no les están ayudando a ser niños fuertes, seguros e independientes.** Por el contrario, le están impidiendo un desarrollo armónico e ideal de su personalidad".

### Cariño imprudente

Si se analiza las actitudes en que caen los padres sobreprotectores, éstas se pueden resumir en las siguientes premisas:

**- No exigen a sus hijos de acuerdo a la edad que tienen.**

Entre los 0 y los 6 años se deberían vivir una serie de etapas de crecimiento, desde caminar, dejar el chupete, comer solo, quitarse los pañales, hasta pasar de biberón a taza... Son avances que los padres sobreprotectores no alientan a sus hijos, a veces por comodidad, pero también por no exigirles. "Pobrecitos, si son tan iqueños todavía", se les oye decir. Y dejan huella: porque **el niño que no tuvo la necesidad de esforzarse de pequeño tiene dificultades para hacerlo cuando es mayor.**

**- Impiden que los niños asuman sus responsabilidades.**

"Mamá es hora de que me vistas", "hoy me tienes que bañar", "¿quién me va a ordenar mis juguetes?"...

**Cuando los padres acostumbran a los hijos a hacerles todo, los niños se acostumbran a no hacer nada.** Para la mamá puede ser más rápido y cómodo porque se asegura que las cosas quedan bien hechas -según ella-, pero es necesario ir traspasando responsabilidades al niño poco a poco, dejarlo que se equivoque. Sólo con la práctica de hacer cosas va a poder desarrollar habilidades y adquirir hábitos.

**- No educan hijos autónomos.**

A los seis años, los niños adquieren sus primeras responsabilidades escolares. Importante es que se involucre, pero hay que enseñarles desde el principio que es su responsabilidad y no de los padres el que lo cumpla.

**Otros errores frecuentes.**

**- Quieren solucionarle todos sus problemas.** Los padres no soportan la idea de que sus hijos sufran o experimenten frustraciones. Y si se les pierde un juguete, la mamá puede pasar la tarde buscándolo, mientras el "pobrecito" pasa la pena viendo televisión. Después, cuando se pelean con algún amigo, es la mamá nuevamente la que hace de árbitro para solucionar la relación.

Así es difícil que el niño aprenda a reaccionar correctamente frente a situaciones de conflicto. Además, hay que recordar que en esta edad son los juguetes y los amigos, pero después los problemas son más complicados.

**- Frenar los ímpetus de independencia.** Para los niños de esta edad sobre todo a los dos años cuando tienen su primera arremetida de independencia. La vida es una aventura y si constantemente se les está mostrando el peligro y los riesgos que supone el salir a explorar, van adquiriendo una actitud temerosa y negativa frente al mundo. "Abrígate, que te puedes resfriar", "cuidado con el perro que te va a morder", "no se subas ahí que te puedes caer". El freno permanente sobre los hijos los lleva a ir perdiendo confianza en sí mismos.

**Causas frecuentes**

Son varias las causas que pueden motivar a los padres sobreprotectores.

- Los padres que han tenido un modelo de padres sobreprotectores, en cierta medida tienden a repetirlo porque es el único que conocen.
- Los padres no quieren repetir la falta de cariño que les tocó experimentar a ellos y se van al extremo opuesto de darlo todo y no exigir nada.
- Padres con alguna experiencia traumática previa que los hace adoptar una actitud sobreprotectora para evitar una repetición.

- El caso de padres adoptivos que buscan compensar la falta de paternidad biológica desviviéndose por el niño.

- Padres mayores que cumplen la tarea de abuelos regaladores más que educadores.

- Padres de un hijo único en quien concentran atenciones, cuidados, mimos, y todo el tiempo del que disponen.

- Padres con sentimiento de culpa: cuando el trabajo los mantiene gran parte del día lejos de la casa, compensan la ausencia con mimos excesivos, "pobrecito cómo le voy a regañar cuando estoy con él, si apenas lo veo".

Todos ellos son malcriadores. No asumen la educación del niño como un hierro que hay que forjar.

### **El otro extremo**

¿Cómo saber cuánto se le puede exigir a los niños y cuándo hacerlo?

Así como se cae en sobreproteger a los hijos y se les asfixia con atenciones, la balanza puede irse al otro extremo donde los padres aceleran el proceso de crecimiento más allá de lo que les corresponde.

Ellos les impulsan a realizar las cosas solos y si los ven tímidos reaccionan de forma inadecuada: "Tienes que aprender a nadar antes que los demás", "vamos, salta sin miedo".

Ni tanto ni tan poco. **Para educar no hay reglas ni recetas.** Todo depende del niño, de su ambiente familiar, su personalidad, si tiene hermanos, su ubicación entre ellos...

Hay que observar... Saber si son felices o no, lo que pueden hacer, qué les cuesta más, qué les gusta. Cada hijo es distinto y por ende hay que exigirle a su medida. Al que es más cómodo y está siempre pidiendo ayuda o que le hagan las cosas, hay que ir enseñándole a hacerlas por sí mismo, poco a poco y con paciencia, para que vaya adquiriendo autonomía.

Al hijo independiente, en cambio, que dice que es mayor y puede hacer sus cosas solo, dejarlo crecer, proporcionándole también la seguridad que siempre necesita