

## MADRES Y PADRES

# LOS LÍMITES Y LA SOBREPOTECCIÓN

Pepe López Sánchez

Durante los últimos años se escucha, con bastante frecuencia, a los padres y a las madres muchas quejas y comentan tener bastantes problemas para educar y relacionarse, de manera adecuada, con sus hijos e hijas.

Recojo las dificultades más significativas que manifiestan, ordenadas de mayor a menor, según los resultados de una serie de encuestas realizadas: no obedecen, son poco responsables, la tozudez, celos y peleas entre hermanos y/o compañeros de clase, con los estudios, el desorden, con las comidas, falta de respeto, poca confianza en sí mismos, no escuchan, se enfadan o cogen rabietas, con la TV y los videojuegos, son contestones/rebeldes, impacientes, exigentes/egoistas, tienen mucha dependencia.

Varias de las dificultades nombradas están relacionadas con LOS LÍMITES Y LA SOBREPOTECCIÓN: la falta de responsabilidad, los problemas con los estudios, el desorden, las peleas con las comidas, el excesivo tiempo delante de la televisión o con los videojuegos.

Para que los chicos y las chicas puedan hacer un proceso educativo y de madurez óptimo, necesitan incorporar una serie de límites y de normas. La responsabilidad de establecer dichos límites corresponde, en casa, a los cuidadores: madre, padre, abuelos... Sin embargo, observamos que, a veces, no hay criterios comunes entre todos ellos sobre los límites adecuados para cada situación, ni en la forma más adecuada de establecerlos. Esto, lógicamente, tiene sus consecuencias negativas:

### LA SOBREPOTECCIÓN Y EL EXCESO DE CONSENTIMIENTO (Niños/as mimados/as)

La sobreprotección y el excesivo consentimiento (niños/as mimados/as), se presentan como dos problemas importantes en la educación. Ambas formas coinciden

en que hay dificultades, por parte de los cuidadores, en el establecimiento de los límites, sin embargo, presentan rasgos diferenciados que conviene matizar:

### LA SOBREPOTECCIÓN

Se suele definir como «proteger o cuidar en exceso». Se da un excesivo control o unos límites bastante rígidos que imposibilitan un adecuado desarrollo de los chicos y de las chicas.

Se mantiene el instinto de protección como en los primeros meses de vida. No se acepta que las criaturas van creciendo y que lo que resultó válido durante una época de la vida puede no tener sentido un tiempo después.

Las personas sobreprotectoras presentan su forma de cuidar como la mejor y la única y no suelen tener en cuenta la evolución de las criaturas y las necesidades que en cada momento se presentan.

Los chicos/as sobreprotegidos no asumen sus responsabilidades porque no les dejan. El padre, la madre, los abuelos... les hacen las tareas que les corresponden. No se canalizan las iniciativas ni se responde adecuadamente a las curiosidades que plantean. No pueden elegir porque los cuidadores deciden, de manera continuada, lo que les conviene.

Una criatura sobreprotegida no desarrolla sus capacidades y, por consiguiente, se le incapacita. No elabora pensamiento propio porque piensa por ella sus cuidadores; no hace sus cosas porque lo hacen las manos de papá o de mamá; no va a los sitios por sus propios medios porque utiliza los brazos y los pies de las personas responsables de su cuidado.

### Algunas expresiones sobreprotectoras:

- "Aquí tienes la ropa que tienes que ponerte".
- "Ya te lo llevo yo, cariño".
- "Ya tienes preparada la cartera".
- "Mamá le va a dar la comida al niño para que crezca y se haga muy fuerte".
- "No salgas a la calle que hay niñas muy malos. Papá jugará una partida al parchís contigo".

"No te preocupes, hija, que mamá hablará con la profesora y lo arreglará".

### ALGUNAS CONSECUENCIAS DE LA SOBREPOTECCIÓN:

El miedo y la inseguridad. - Cuando los niños y las niñas no han dado los pasos necesarios para conocer el funcionamiento de las cosas, cuando no han hecho sus propias comprobaciones, cuando no han aprendido a resolver los problemas cotidianos, cuando no han experimentado las con-

secuencias de sus actuaciones... y necesitan enfrentarse a situaciones en las que no está el padre o la madre, suelen sentir miedo, inseguridad, dificultades para tomar decisiones... Necesitan a alguien que les diga qué hacer, cómo, cuándo..., lo cual les lleva a depender en exceso de los demás. Esto conlleva que se vivan poco valiosos, menos capaces, con una autoestima mermada.

Se suelen sentir incomprendidos, dado que sus cuidadores no han tenido en cuenta sus necesidades.

### EL EXCESO DE CONSENTIMIENTO (NIÑOS/AS MIMADOS/AS)

Según el Diccionario, "Mimar" significa: "Tratar con excesivo regalo, caricia y condescendencia a uno, y en especial a los niños".

El consentimiento exagerado o el exceso de mimos se presenta como otra variante de la sobreprotección.

En esta situación se cambia el exceso de control, el tener unos límites que no le permiten al niño o a la niña la acción, por **NO ESTABLECER NINGUN LIMITE**. El padre y la madre se inhiben de su autoridad porque poner límites a sus hijos/as les resulta costoso.

El padre y la madre pelean con ellos/as para que hagan sus tareas, pero como no mantienen la firmeza necesaria, poco a poco van rindiéndose ante las diferentes situaciones que les plantean las criaturas. Como no hacen uso de su autoridad positiva, la van perdiendo en favor de los hijos/as que progresivamente se hacen con el poder.

En ocasiones, por razones de trabajo u otras circunstancias limitan los cuidadores mucho el tiempo de estar con los hijos e hijas. En esta situación se procura que no haya conflictos, se atienden los caprichos..., y por consiguiente, no se suelen poner límites. Esto suele justificarse con frases del estilo: "Para un rato que estoy con él, no voy a pelearme".

Ante esta panorámica el niño o la niña se convierte en el "rey de la casa" y las demás personas las tiene a su servicio. Toma decisiones sobre: la ropa que se

pone, la comida que quiere, la hora de irse a dormir...

Al niño/a "mimado/a" se le atienden sus deseos, sin esfuerzo alguno. Basta con pedirlo. Y con frecuencia, sustituyen el pedir por la exigencia y el chantaje permanente.

Sin embargo, atender los deseos no equivale a cubrir sus necesidades fundamentales.

### ALGUNAS CONSECUENCIAS:

Cuando salen del ámbito familiar se encuentran con graves problemas de adaptación. Sienten que los demás no les comprenden, no les hacen las cosas, necesita el esfuerzo para resolver los problemas que se le presentan... En general, suelen adoptar una postura de no respetar las normas, de tratar que los demás hagan lo que él o ella dicen; a veces recurren a la exigencia, a la amenaza e incluso a la violencia.

También suelen presentar carencias afectivas, dificultades para amar y compartir con los demás, y suelen aparecer los celos y la envidia.

Se suele dar con frecuencia que niños/as mimados en exceso, tengan vivencia de abandono o de descuido temporal. No tiene porque darse el abandono físico, pero sí sentir que no se les quiere, que no se les valora... Esto suele justificarse en que los padres y las madres pelean tanto con los hijos/as, ven que no hay cambios en ellos, se da mucho sufrimiento y se suelen vivir como una carga. Por eso, no resulta raro encontrar a padres y madres que se han preocupado en exceso cuando eran pequeños, se despreocupan cuando se hacen mayores, dado que se han rendido y suelen decir: "Que haga lo que quiera", "Ya no puedo con él"; o situaciones donde los cuidadores se desviven por los hijos cuando están delante, pero se olvidan de ellos cuando no están.



*Belinda V*  
2001-

¿POR QUE TENEMOS TANTAS DIFICULTADES PARA ESTABLECER LOS LIMITES?

En general, vemos la necesidad de que los chicos y las chicas incorporen unos límites y tengan unas normas. Sin embargo, a pesar de tenerlo claro, solemos vivir muchas dificultades para llevarlo a la práctica de manera adecuada. Plantear los lími-

tes se convierte, en muchos casos, en una permanente pelea, con el consiguiente desgaste y desquicie para los padres, las madres, los abuelos..., y las criaturas.

Existen algunas cuestiones que justifican los problemas que se presentan a la hora de intentar poner límites:

### 1.- QUEREMOS QUE LAS CRIATURAS NO SUFRAN.

Esto, lógicamente, se presenta como un objetivo a alcanzar por tos padres y las madres, sin embargo, la forma de orientarlo precisa de una revisión.

- No soportamos que los niños y las niñas se enfaden, lloren, pataleen. Estas conductas precisamos tomarlas. como formas de descarga, necesarias dentro del proceso de socialización, dado que sienten rabia al negarles algo a lo que consideran que tienen derecho.

(Cuando las criaturas descubren que no aguantamos sus rabietas o sus lloros, los utilizan para conseguir aquello que quieren, y por consiguiente, para saltarse el límite).

- Para que "estén bien" les hacemos muchas tareas que les corresponde realizar a ellos. Cuando lo hacemos así, les estamos SOBREPOTEGIENDO.

- Intentamos tapar algunas de sus emociones: miedo, tristeza, etc.

### 2.-QUEREMOS QUE LOS HIJOS E HIJAS NOS QUIERAN:

- Llevamos muy mal expresiones del tipo:

"Eres una mala madre", "Ya no te quiero", "Tú no me quieras", "Te odio"...

- Tenemos dificultad para decir "NO" ante determinadas situaciones.. O mostramos inseguridad o duda: "Creo que no... "Tal vez..."

Les compramos demasiadas cosas que no necesitan.

A veces, incluso, recurrimos a la lástima para que nos tengan en cuenta:

"Hazlo, hijo mío, que me duele la cabeza".

### 3.- NECESITAMOS INCORPORAR NUEVOS RECURSOS PARA ESTABLECER LOS LÍMITES DE MANERA ADECUADA:

Estamos viviendo una situación que no se dio antes en la historia: los niños y las niñas tienen más información, están "crecidos", no se someten..., y están demandando una educación dónde se sientan respetados, valorados, tenidos en cuenta en sus necesidades, se atiende su mundo emocional, etc. Esto conlleva unas formas distin-

tas de relación de los padres y madres con las criaturas.

### PERMITIR Y PROTEGER

Las madres, los padres, el profesorado...., nos constituimos -querámoslo o no- en autoridad para los niños y las niñas. Entendida la autoridad como la gestora de los bienes. Por tanto, la cuestión está en cómo utilizar la autoridad para que las criaturas se sientan cuidadas, atendidas en sus necesidades, puedan aprender a resolverse sus cosas y a valerse por sí mismas.

Nuestras funciones como cuidadores/as puede sintetizarse en dos: permitirles y protegerles.

PERMITIR quiere decir, entre otras cosas, lo siguiente:

- Dar opciones, posibilidades para que ellos prueben, investiguen...
- Satisfacer su curiosidad, su necesidad de aprender.
- Posibilitar que asuman responsabilidades para resolver sus necesidades y las consecuencias de las mismas.
- Respetar los ritmos de cada uno.
- Utilizar el pensar para resolver los problemas, con una actitud positiva.
- Contar con su opinión y participación en los temas que les afectan.

### LA PROTECCION:

Los niños y las niñas pequeñas necesitan protección y cuidados para procurarles las cosas y atenderles en las necesidades que ellos no pueden hacer.

Lógicamente, según vayan creciendo, esos cuidados irán disminuyendo progresivamente a medida en que ellos tengan la capacidad para asumir tareas, que antes realizaban el padre, la madre, el abuelo...

Por tanto, resulta útil concretar, teniendo en cuenta su edad, madurez, capacidad, etc., las tareas en las que precisa ayuda, las que puede hacer solo, las necesidades de atención, de cariño...

Para que los niños y las niñas se sientan protegidos y por consiguiente seguros, necesitan:

EL AMOR, como ingrediente básico: Los padres y las madres queremos a los hijos/as, pero el hecho de quererlos no garantiza que ellos se sientan queridos necesariamente por los cuidadores. A veces no les llega el amor, dado que las formas que tenemos de dirigirnos a ellos, no resultan las más adecuadas: las peleas, los

gritos, las amenazas..., para que hagan aquello que vemos conveniente para su bienestar.

**ACEPTARLES PLENAMENTE.** - En ocasiones tenemos un modelo excesivamente rígido, y si se salen de él les "peleamos" mucho, sin distinguir al niño/a de su conducta. Todos tienen y tenemos la consideración de valiosos y a veces se precisa modificar conductas, sin poner en cuestión la valía del niño o de la niña en sí..

**LOS LIMITES.**- Para poner los límites y las normas, necesitamos:

1.- Tener muy claro que los límites y las normas sirven para que los chicos y las chicas incorporen determinados valores y desarrollen algunas cualidades:

Responsabilidad, respeto, autonomía, autoestima, solidaridad...

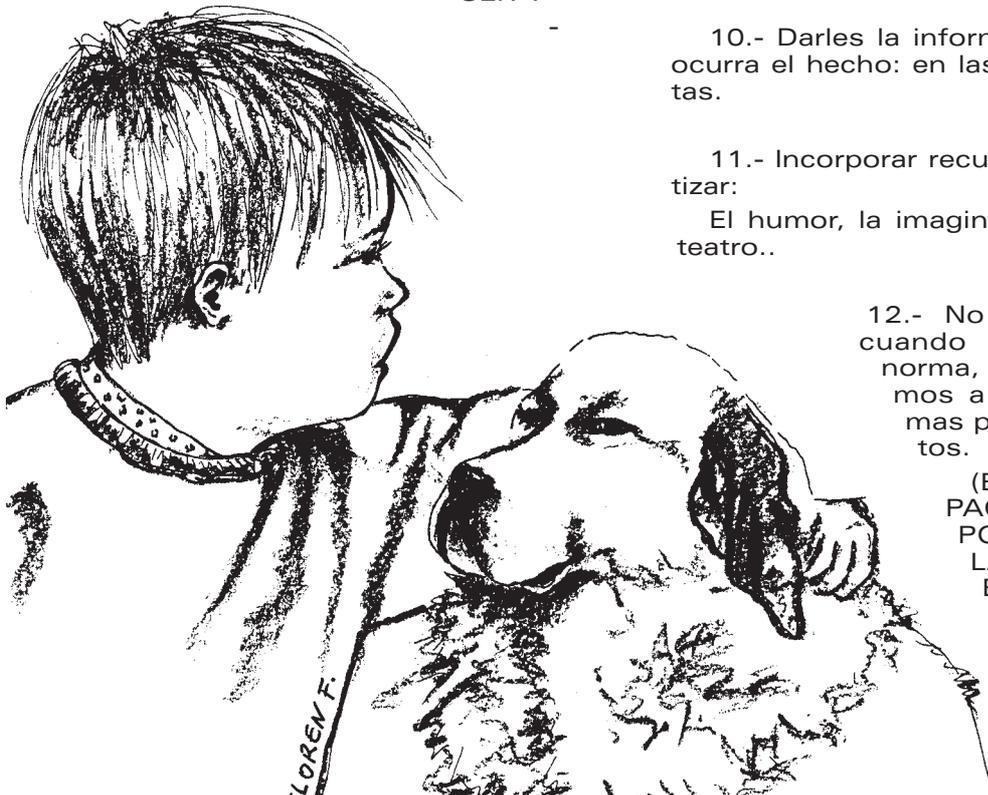
2.- Tener expectativas constructivas: ellos/as pueden, tienen capacidad para hacer mucho más de lo que hacen,...(El efecto Pigmalión: la profecía que se cumple a sí misma).

3.- Mostrar respeto a las criaturas: cuidar el tono de voz, los gestos, las miradas...Tener firmeza y mostrales amor.

4.-Distinguir al chico/a de su conducta:

- El niño y la niña tienen la consideración de valiosas.

- Utilizar lo menos posible el verbo "SER".



Evitar la "reacción automática".

- Descripción breve de lo que le planteamos, dirigida a la conducta y no a la persona.

5.- Sustituir el mandar por el pedir.

6.- Aprender a conocer y a manejarse con las emociones;

- Reconocer las emociones que se presentan en el chico/a.

- Permitir sacar la rabia, el enfado, de manera adecuada.

No tomar en consideración algunas expresiones que vienen desde el enfado: "Es que me tiene manía"...

7.- Darse permiso para decir "NO":

- Dejar a un lado "El qué dirán, el qué pensarán".

Si no hay seguridad en el momento en que plantean algo, tomarse tiempo para pensar: "Lo voy a pensar", "Luego te diré algo"...

8.- Evitar situaciones o conductas con las que solemos "engancharnos":

- Decirles: "Eso ya lo hemos hablado, cariño".

- Irse del lugar.

- Las explicaciones, los razonamientos y los sermones funcionan poco.

- No culpabilizarse, no sentirse fracasado/a ante algunos comentarios o conductas de los chicos/as.

9.- Hay límites fijos y otros que admiten flexibilidad.

10.- Darles la información antes de que ocurra el hecho: en las salidas, en las visitas.

11.- Incorporar recursos para desdramatizar:

El humor, la imaginación, la fantasía, el teatro..

12.- No recurrir al castigo cuando no respetan una norma, sino que aprendemos a resolver los problemas por medio de los pactos.

(EL TEMA DE LOS PACTOS, DE LA RESPONSABILIDAD Y DE LA PARTICIPACION, ESTA EXPLICADO MAS AMPLIAMENTE EN EL NUMERO 67 DE LA REVISTA "AULA LIBRE").