

DE PEQUEÑOS TIRANOS

a niños violentos

La agresividad es, en parte, una herencia genética y, como tal, hay niños con mayor o menor tendencia a ella. La educación, no los cachetes, es el arma para evitarla. Pero en tiempos de modelos familiares hiperprotectores y permisivos, los expertos detectan que la agresividad campa a sus anchas en muchos hogares, lo que está provocando un aumento de agresiones de hijos hacia los padres. **Eva Millet**

Madrid, cinco de la tarde. Desde el autobús se observa a una madre y a su hija, en una plaza. La niña debe de tener alrededor de tres años. Está de pie, junto a su cochecito. La madre está sentada en un banco, al lado. Sería una escena de lo más normal del mundo si no fuera porque la niña está pegando, enfurecida y rabiosa, a la madre. Le pega con los puños y con los pies, repetidas veces. Como respuesta, la madre se encoge un poco de hombros, aprieta las rodillas y abre las palmas de sus manos, para atemperar los golpes y las patadas. La niña sigue y sigue y la madre, como única táctica para repelerla, adopta esa posición pantalla, a todas luces infructuosa. No le dice nada ni tampoco actúa: permanece pasiva frente a la furia de su pequeña hija que, cuando el autobús se pone en marcha, continúa. La pasajera de al lado, que seguramente es abuela y también ha sido testigo de la escena, niega varias veces con la cabeza y, sin dirigirse a nadie en especial, se pregunta en voz alta: “¿Cómo ha podido consentir eso la madre?”

AGRESIVOS DESDE LA CUNA

La agresividad y el ser humano van de la mano. Como señala la psicóloga Julia Pascual, citando a Freud: “La agresividad es una disposición pulsional, una tendencia intrínseca de la naturaleza

humana”. Pascual es miembro del Colegio de Psicólogos de Cataluña y directora del Centro de Terapia Breve Estratégica de Barcelona, pero está muy de acuerdo con el padre del psicoanálisis en que los humanos: “Nacemos agresivos pero la violencia se construye”. El entorno —familiar y social—, es fundamental para que se produzca este

*A Tiempo
“Si no se paran, las
rabetas de los niños
van in crescendo
generando problemas
de conducta en la
adolescencia”*

cambio. Y la educación, la clave para evitar que la violencia no se desate. De todos modos, como apunta el psicólogo Ángel Peralbo, autor de libros como *El adolescente indomable* y *De niñas a malotas* (La Esfera de los Libros), hay humanos que nacen más o menos activados hacia la violencia: “Porque todos tenemos distintos rasgos que nos diferencian, como la impulsividad—que en la adolescencia se eleva enormemente—. Rasgos que se detectan muy temprano y que no se van a poder dejar de tener pero

sí se pueden gestionar”. Este especialista en Psicoterapia, que dirige el área de Adolescentes del Centro de Psicología Álava Reyes, dice que es misión de los padres ayudar a los hijos a que aprendan a controlar estos rasgos: “Somos nosotros quienes tenemos que enseñarles la capacidad de manejar esta agresividad”. Otro experto en la materia, Javier Urrea, doctor en Psicología y Ciencias de la Salud, también es de la opinión que, por naturaleza, hay niños más agresivos que otros: “Nacemos con herencia. Eso es el temperamento. Que se transmite genéticamente”. Sin embargo, añade: “El aprendizaje, el contacto, el modelaje en los primeros años de vida resulta aun más significativo. Hay estudios con gemelos univitelinos realmente relevantes sobre este tema”.

LOS PADRES, LAS NUEVAS VÍCTIMAS

Javier Urrea fue el primer Defensor del Menor de España y es el autor de el libro *El pequeño dictador* (Esfera de los Libros), un superventas donde puso sobre la mesa un nuevo fenómeno social: el de los hijos acosadores. Aunque, desgraciadamente, los niños siguen siendo las víctimas principales de la violencia, su tesis es que no solo en el trabajo o en la escuela encontramos ejemplos de *mobbing* o *bullying*, sino también en el ámbito del hogar y por parte de los hijos hacia los padres. Los violentos de este



siglo son: “Niños consentidos, sin conciencia de los límites, que organizan la vida familiar, dan órdenes a sus padres y chantajean a todo aquel que intenta frenarlos; jóvenes que engañan, ridiculizan a sus mayores y a veces roban; adolescentes agresivos que desarrollan conductas violentas”.

Urta es el responsable de que España sea pionera en haber puesto sobre la mesa una cuestión que en muchos lugares es tabú: la violencia filio-parental. Un tema desagradable, del que se habla poco pero que existe y, además, va en aumento. En 2014 hubieron 6.000 denuncias por violencia de hijos contra padres (en 2013: 4.659). “Y hay que tener en cuenta la enorme cantidad de padres que no denuncian”, apunta Urta, quien destaca que este no es un problema de progenitores e hijos, sino un problema social, propio del siglo XXI, que se ha afianzado y que es interclasista. Es decir: se da en todo tipo de familias, pobres, ricas, de clase media, desestructuradas...

EL RIESGO DE CONSENTIRLES

“En la actualidad el modelo familiar predominante y donde hay más violencia adolescente es el hiperprotector”, explica Julia Pascual. Un tipo de crianza basada en la constante supervisión y la justificación a ultranza de los hijos y en el evitarles, a toda costa, que experimenten cualquier frustración. “Eso acaba generando niños incapaces, porque sus padres le han facilitado tanto el camino que se sienten impotentes cuando salen al mundo real”, explica Julia Pascual, quien define a estos niños: “Como conejitos en el mundo exterior que se convierten en leones en el hogar”. Porque la violencia, explica: “Se manifiesta cuando llegan a su casa y no toleran ya ni una dosis de frustración, convirtiéndose en verdaderos leones. Sus padres son sus esclavos. El amor en exceso invalida y puede abrir las puertas de la violencia”, concluye.

La sobreprotección a menudo se mezcla con el modelo democrático/permisivo, que se caracteriza por una ausencia de jerarquías en la familia: todos, padres e hijos son iguales. Son amigos. Como se

EL CACHETE “A TIEMPO”, ¿FUNCIONA?

Según los expertos consultados para este artículo, ese cachete “a tiempo” como método para neutralizar la agresividad, no funciona. “Desgraciadamente no sabemos ni cual es el momento para dar ese gran cachete a tiempo”, observa el psicólogo Ángel Peralbo, autor de *Educación sin ira* (La Esfera de los Libros). “Yo, por lo menos, lo desconozco. Es más, conozco a gente que me ha dicho: ‘Sí, yo les di alguno’, pero no ha funcionado. ¿Qué pasa? ¿Qué no se lo di en el momento adecuado?”, se pregunta. Él tiene claro que, como adulto, hay que parar la situación sin cachetes: “Porque no sirve, y mucho menos la acumulación de cachetes: porque lo que ocurre con la mayoría de los padres que dan ese famoso cachete es que tiene que dar dos, tres, y llega un momento en el que ellos mismos lo que se plantean es: ‘Es que un día me lo devuelve’. Debemos evitar el cuerpo a cuerpo, extinguir muy bien y no ponerse a su altura”. Para el psicólogo Javier Urta, “el cachete no resuelve el problema. La agresividad no es un acto puntual, es una forma de conducirse que suele reportar a quien la muestra más beneficios que inconvenientes. Lo que sí es esencial es imponer sanciones claras, congruentes, proporcionales, e inmediatas. Se trata de extinguir la conducta en su inicio”, concluye.

explica en el ensayo *Modelos de familia*, (Herder), en este sistema familiar las reglas están mal vistas y, las pocas que existen, se pactan entre todos. Este tipo de familias muy permisivas son el clima ideal para que crezcan jóvenes tiranos.

LÍMITES: POCOS PERO MUY CLAROS

“Es verdad que los padres nos hemos perdido; hemos pasado de un modelo muy autoritario a un modelo muy laxo. Tenemos niños y niñas muy crecidos y, posteriormente, adolescentes muy desorientados porque no se les han puesto límites”, asevera Ángel Peralbo. Y los límites, reiteran los expertos, son la base de la educación y una herramienta

clave para neutralizar la agresividad y, especialmente, para que los niños aprendan a controlarla. Y esto se empieza a enseñar desde que son pequeños. “Como padres hay que estar alerta y poner freno a conductas agresivas incipientes porque si no, pueden pasar factura en el futuro. Muchos de los casos de la violencia han comenzado con conductas muy sencillitas y estos primeros momentos son claves para no dejar pasar estas actitudes”. Si no se paran, advierte Peralbo, las rabietas y las agresiones de los niños pequeños “van in crescendo”. Es decir, un niño de 4 o 5 años al que estamos gestionando mal las rabietas (justificándoselas a veces con frases como “es que está frustrado, el pobre”): “Se está empoderando a través de su agresividad y va a ser un adolescente o un preadolescente que va a tener que venir al profesional por problemas de conducta”, asegura.

El psicólogo no duda en que un niño agresivo, si no se controla, deriva en un adolescente agresivo. “Y los adolescentes agresivos son infinitamente más complicados. La violencia está entonces muy asentada”. Y aunque hay margen para trabajar con adolescentes agresivos, es mejor educar en la infancia. Así, si el hijo o la hija pequeños muerden, pegan, dan patadas o tiran del pelo, hay que pararlos. Punto. Se requiere de los padres tolerancia cero a la agresividad.

TÉCNICAS PARA EXTINGUIR

¿Y cómo se para? “Si estás en el parque y tu hijo pequeño te está pegando, por ejemplo, lo coges como si fuera un saquito de patatas y te lo llevas a casa hasta que se tranquilice y, por supuesto, le coges las manos para que no te pueda pegar. Permitir una acción así, es incrementarla en el tiempo: clarísimamente, volverá a hacerlo”, asegura Peralbo. Con los adolescentes, añade: “Una de las cosas que les aconsejamos a los padres y las madres es no tratar de hablar y razonar con ellos y les enseñamos a extinguir”. Es decir, a no entrar en el conflicto, no hacer caso, no batallar si el hijo o la hija dan un portazo o te dicen algo con agresividad, para buscar tu atención.



“Has de seguir haciendo tus cosas, sin inmutarte, procurar no enfadarte, que no se te note”, recomienda este experto, quien sabe que es un ejercicio que cuesta pero que tiene resultado: “Porque lo que hacemos es empoderar a los padres, que no te noten débil. Pero para eso no te has de poner agresivo: no hace falta hacer lo mismo que hace tu hijo o tu hija, porque les estás mostrando la debilidad”.

ANTE TODO, MUCHA CALMA

La técnica que propone Julia Pascual, dentro de la Terapia Breve Estratégica, es similar. Esta psicóloga compara a un niño que se pone agresivo con “un caballo salvaje”. “Y si quieres que acabe haciendo lo que tu quieres, cuando más lo intentes controlar más se va a rebelar. La única forma de que pare es darle un espacio para que se calme, sin hacerle

daño a nadie”, aconseja. ¿Cómo se hace? “Lo que les enseñamos a los padres y a los profesores es que cuando hay un niño violento o con una conducta que hace daño, toda la clase tiene que parar y observarlo como si fuera un espectáculo”. El que todos lo miren resulta en un efecto paradójico que lo detiene: “Porque la agresividad y la violencia son para llamar la atención y boicotear lo establecido y si el padre, el maestro o la clase se los quedan mirando como si fuera un teatro, desarman la violencia”. Estas técnicas se conocen como “del púlpito” o “del teatro” y se pueden también hacer en un espacio público, frente a la típica rabieta del crío en el supermercado, por ejemplo: “Si después de llamarle la atención, el niño continúa, yo recomiendo pararme, sentarme y, mientras lo observo, decirle: ‘Por favor, haz el numerito que la mamá te mira...’ Es el efecto paradójico, que funciona muy bien”. El interpelado se queda tan desconcertado que se detiene. “Y es también interesante que, cuando lo haya hecho, se haya controlado, le des mucho amor, y lo lleves, sin palabras, donde tu querías”, añade Pascual. El sermón en ese momento, asegura, no sirve. El niño se ha controlado, ya sabe que ha hecho el numerito y no hace falta decirle nada más. “Y, encima, tampoco le hemos dado la opción de descontrolarnos nosotros”, recalca la terapeuta. ♥

LOS LÍMITES Y LAS CONSECUENCIAS, LA CLAVE

La gestión de la agresividad en los niños tiene que empezar desde que son muy pequeños y los límites, son la base para ello. “Educar también significa decir que no. Un buen padre sabe que la frase de mayo del 68 ‘prohibido prohibir’ no es posible. La frustración es uno más de los componentes de la vida”, explica el psicólogo Javier Urrea. Desde bien pequeños, los límites deben estar muy presentes. Sobre los dos o tres años los niños ya necesitan pautas claras dadas siempre con seguridad, amor y constancia. Es importante armarse de paciencia y no flaquear. Lo primero es ser rutinario en las pautas de sueño, de comida... que el niño aprenda que en casa hay normas, unas normas que deben cumplirse. Los expertos aconsejan empezar con pocos límites pero que estos sean muy claros y firmes. Para el psicólogo Ángel Peralbo, ante situaciones como la de la niña que pega a su madre no se puede tener una actitud pasiva: “Uno puede extinguir el portazo, el golpe en la mesa, algo que te dicen, cosas que no hay que hacerles caso porque llevan un componente atencional, pero ante el contacto físico tienes que coger las manitas de esa niña, retirarlas, juntarlas, inutilizarla, coger el carro y llevártela. Con una niña que está fuera de sí de esta manera no vas a conseguir hacer lo del tiempo fuera”, explica. Para lidiar con la agresividad también hay que establecer consecuencias, recomienda Peralbo: “Pero pensarlas muy bien y cumplirlas, porque si no los hijos aprenden que la manera de evitar el castigo es portarse bien dos horas y ya está... Pensamos que la sanción es regañarles y no es así”. Las consecuencias y los límites funcionan y, especialmente los adolescentes, los necesitan. “De hecho, los están deseando: lo veo cada día en mi consulta”, señala Peralbo “aunque también lo que veo en las familias muy a menudo es que no hay unas reglas del juego claras, que son fundamentales para el desarrollo emocional de los niños y adolescentes”.