

Felipe Lecannelier

Psicólogo. Este chileno de 40 años, director de la Universidad del Desarrollo de Santiago de Chile, está de gira por varias ciudades de España, entre ellas Eivissa, donde imparte conferencias sobre la importancia del apego para la seguridad del niño.

«No es malo que los niños tengan rabietas»

■ Lecannelier, invitado por Adisamef, ofrece hoy a las 20 horas una conferencia en el hotel Los Molinos

Marta Torres
EIVISSA



■ —¿Qué es el apego?

—Es una relación emocional intensa, la más intensa de los humanos. La que más se ha estudiado es la del niño con sus padres, pero también existe en parejas que llevan tiempo. Es la relación que permite el desarrollo del niño. El espacio de relaciones que tiene con sus padres, que le permite relacionarse y le da un sentido de seguridad.

—No es un sinónimo de cariño.

—Exacto, ese es uno de los grandes mitos. El apego se da cuando el niño sufre un estrés o tiene malestar, es

de forma adecuada: separaciones, *matonaje*, *bullying*... El apego te da el escudo protector. Si tuviste un apego más inseguro y problemático eres más vulnerable a tener problemas de salud mental.

—¿Se puede cambiar la actitud de alguien con los niños?

—Las investigaciones demuestran que si se trabaja de forma sistemática, ordenada y respetuosa con los cuidadores, la mayoría cambia su actitud. Muchos adultos tienen actitudes inadecuadas con los niños no porque no los quieran, sino porque a ellos los criaron así. No piensan que pegarles no es bueno. Les muestras otro mundo, otra dimensión: la del respeto a los niños.



Lecannelier, ayer, en Diario de Ibiza. VICENT MARI

EN CORTO

ESCUELA

P: ¿Resulta conveniente fomentar el apego?

R: Los maestros juegan un rol fundamental en el desarrollo del niño. Hay una relación fundamental de apego, por eso es imprescindible que los docentes sepan cómo cuidar a los niños y varios estudios demuestran que, desgraciadamente, no es así. Les gritan, les pegan, les castigan. Y eso genera, al igual que con los padres, que vaya desarrollando una inseguridad con su maestra, que no se atreva a pedirle nada y no quiera ir al colegio.

SANIDAD

P: En la charla hablará también del ámbito sanitario.

R: Es que se trata de desarrollar programas de fomento del apego en todos los ámbitos, también entre pediatras y enfermeras.

«Muchos adultos tienen actitudes inadecuadas con los niños porque a ellos los criaron así»

«Hay que tener cuidado con los límites, si se imponen van a perjudicar al desarrollo del niño»

«Las rabietas infantiles no se manejan apartando al niño un rato, sino quedándose con él»

lo que los padres hacen para contener y manejar ese estrés. No toda la crianza es apego. El apego es, por ejemplo, lo que hacen los padres cuando el niño se cae. Si le pegan o le gritan, el niño no se sentirá seguro con ellos. Si juego con el niño no es apego, es vínculo. El apego tiene que ver con supervivencia, con manejar las situaciones difíciles.

—**¿Los padres se equivocan en sus reacciones en esos momentos de estrés?**

—Ha habido muchos años de filosofías de crianza impartidas por psicólogos, pediatras y educadores que han ido en contra de este apego. No sé aquí, pero en Chile hasta el día de hoy se dice que a los niños hay que pegarles, castigarles, gritarles. Se cree que es la única forma de que el niño entienda. Ese punto de vista no es positivo.

—**Eso hace que el niño tema.**

—Sí, si el niño siente que en situaciones de estrés sus padres no pueden ayudarlo se va a sentir inseguro. Con ellos ahora, pero en general en el futuro. Hay estudios que relacionan eso con sentirse inseguro con la pareja. Por eso es tan importante, porque esa primera seguridad te ayuda en el futuro.

—**¿Y qué relación tiene con la salud mental?**

—La relación es muy clara: el apego te da es una herramienta para el futuro. Si tus padres te criaron de forma adecuada, si te contuvieron bien en el estrés, aprendes a afrontar las futuras situaciones de estrés

—**¿Qué deben hacer los padres en una situación de estrés?**

—Lo primero es no provocar más estrés. Si el niño se cae y el padre lo reta, es un estrés suplementario al dolor de haberse caído. Otra conducta prohibida es la indiferencia. Durante mucho tiempo los psicólogos planteaban que a los niños había que dejarlos llorar. Dejarlos si tenían un berrinche o una rabieta. Ahora sabemos que eso produce más estrés. ¿Qué hay que hacer? Darle al niño un mensaje: «Aquí estoy yo para ti». Puedes hacer muchas cosas: quedarte con él, tomarlo en brazos, hablarle... Pero el mensaje que debe haber siempre detrás es: «Si te pasa algo malo, soy tu padre y estoy aquí». Sabemos que eso tiene unos efectos impresionantes a largo plazo.

—**¿Solo funciona en niños?**

—No. En Chile tenemos la crianza respetuosa, implantada por el gobierno, que consiste en no hacerle daño al niño. Es muy simple: no hacerle a un niño lo que no te gustaría que te hicieran a ti. Tenemos casos de padres con chicos de 15 años que te dicen que lo hicieron mal y que quieren hacerlo bien. Cuanto más tarde, más difícil es cambiar el patrón de conducta.

—**¿Pero se puede?**

—Sí, sí. No se trata de que los padres aprendan una nueva crianza, sino una actitud emocional diferente. Si el niño hace algo malo, antes de pegarle deben preguntarse si le gustaría a él. Se trata de tener una actitud

de respeto hacia el niño.

—**¿Cómo se combina eso con la autoridad y los límites?**

—La pregunta clásica. Ese ha sido otro de los grandes mitos erróneos. Se piensa que si los padres hacen lo que el niño quiere y son extremadamente cariñosos el niño, como decimos nosotros en Chile, *se sube por el chorro*. Ahora sabemos que no tiene nada que ver. Si a un niño le da una seguridad emocional, aprenderá a regular su conducta. Hay que tener mucho cuidado con los límites. Hay que enseñarles, sí, pero si los límites se imponen causando estrés, no van a ayudar al niño, sino que le van a perjudicar en su desarrollo. Los límites, con contención, con palabras y con educación, no con castigos. Y lo de que si se le da a un niño lo que quiere se va a malcriar no es así. Los niños malcriados suelen venir de padres ambivalentes.

—**¿Ambivalentes?**

—Tienen poco tiempo para estar con ellos y a veces no los toman en cuenta y otras están todo el día con ellos, en ocasiones son muy cariñosos y otras nada, a veces no les compran lo que quieren y otras les compran todo. El niño nunca tiene claro qué día es, qué padre tiene ni cómo actuará hoy. Para saber cómo tratar a su padre se porta mal y tiene berrinches. A los niños, cuanto más se les pueda dar, mejor.

—**Algunos piensan que darles todo es criar pequeños tiranos.**

—Sí, lo he visto en varios países. Primero hay que pensar qué es un niño malcriado. No veo problema en que quieran tener más cosas, que respondan, que tengan su opinión y que si algo les molesta lo digan. En Chile vivimos una dictadura muchos años y eso ocasionó generaciones de personas demasiado bien criadas. Ahora tenemos esta generación de jóvenes malcriados que han provocado cambios sociales impresionantes. Lo que llamaríamos un niño bueno, que se porta bien todo el día, que hace caso todo el rato a sus padres y que entiende lo que le dicen, es un niño que no existe. Ni los adultos son así.

—**¿Qué es, pues, un niño bueno?**

—Un niño que confía emocionalmente en los otros y que, como se siente seguro, va creciendo y explorando el mundo y que cada vez se siente más seguro de sí mismo.

—**Si ponemos su nombre en Google lo que más aparece son consejos contra las rabietales. ¿Es un experto en pataletas?**

—No sé si existe alguien experto en pataletas. En Chile y en muchos sitios se usó durante mucho tiempo el *time out*: si te portas mal te vas a la pieza.

—**Como Supernanny.**

—Sí, ayer [por el jueves] lo vi y me horroricé. La idea es que si un niño tiene una rabieta y le haces caso, se guirá con ella. Es una teoría caduca hace 50 años. Los niños quedan enrabiaados, frustrados y dejan

de confiar en los padres. Las rabietales no se manejan apartando al niño, sino quedándote con él. Si tienes una rabieta y el jefe te dice que te vayas media hora, te sientes mal. El niño se siente igual. ¿Por qué podemos gritar y castigar a los niños? Si nos lo hicieran a nosotros sería casi una violación de derechos humanos.

—**¿Qué hay que hacer?**

—Estar ahí, dándole espacio, pero estar física y emocionalmente disponible. Todos tenemos rabietales, ¿por qué las de los niños no se permiten? Las tienes cuando quieres algo que no puedes tener. No es malo que los niños tengan rabietales.

—**¿'Supernanny' ha hecho mucho daño?**

—Depende. Los programas han ido evolucionando. Nacieron muy terribles, muy conductistas. Más que comprender al niño querían controlarlo. Creo que las *supernannies* han estudiado un poco más y han comprendido que no basta con controlar al niño si no lo comprendes. Si no eres capaz de ponerte en su lugar, los libros de estrategias de crianza no te servirán de nada.

CONFERENCIA

'TEORÍA DEL APEGO'

► **Interviene:** Felipe Lecannelier, psicólogo.
► **Lugar:** Hotel Los Molinos. ► **Día y hora:** Hoy a las 20 horas. ► **Organiza:** Asociación para la Docencia e Investigación en Salud Mental de Eivissa y Formentera.