

MARIBEL MARTÍNEZ, es psicóloga especialista en terapia breve estratégica

“El ‘orden y mando’ no educa en el respeto ni en los valores”

ADRIÁN CORDELLAT

Maribel Martínez es psicóloga especialista en terapia breve estratégica, corriente en la que fue pionera en España. Recientemente ha publicado “¿Cuántas veces te lo tengo que decir?” (Arpa), un manual para padres y madres que propone soluciones sencillas para conseguir que nuestros hijos nos respeten y nos escuchen, pero siempre “desde el respeto mutuo, la empatía y el amor”. Porque como explica Martínez, los padres debemos ser “el ejemplo a seguir” para nuestros hijos.

-¿Cuántas veces te lo tengo que decir? es una frase que seguramente nos prometimos no decir a nuestros hijos. ¿Se puede escapar a ella? -¡Sí, claro!

-Ahora me veo obligado a preguntarte cómo.

-El niño sabe la teoría, que tiene que hacer las cosas a la primera, pero luego en la práctica resulta que tenemos que decírselo diez veces y acabamos gritando y enfadados. Y esto pasa un día y otro. Les preguntamos ¿Cuántas veces te lo tengo que decir?, pero en realidad deberíamos preguntarnos a nosotros mismos que cuántas veces lo tenemos que hacer igual para darnos cuenta de que así no funciona. Hagamos algo diferente. Para empezar, ser coherentes y decir una vez las cosas y no repetir las.

-Qué fácil parece así... En la introducción del libro hablas de la gran evolución que han experimentado los objetivos educativos de los padres en el último siglo. Hoy, a falta de otras preocupaciones (guerras, supervivencia, acceso a la Educación), esos objetivos se han multiplicado y diversificado (Educación emocional, extraescolares, idiomas, deporte...) ¿Se nos ha ido de las manos?

-Creo que se nos ha ido de las manos en algunos aspectos. Por ejemplo, en ese afán por la felicidad de los hijos que hace que los padres les proporcionen todo tipo de caprichos incluso antes de que los deseen, no vaya a ser que se frustren o que sean los únicos que no los tienen; o en el hecho de que para que los hijos no lo pasen mal, los padres hasta se adelantan a sus dificultades y miedos, como alejarse de un perro o encender la luz por la noche. La lista es larga, pero se resume en que se nos va de las manos cada vez que nos alejamos de nuestro



Maribel Martínez es psicóloga y autora del libro “¿Cuántas veces te lo tengo que decir?”, de Editorial Arpa.

“El afán por que todo esté controlado traslada nuestra ansiedad al ambiente familiar”

propio objetivo de que los hijos sean personas autónomas y con valores.

-En la propia introducción hablas de un concepto que me parece muy interesante: “profesionalización” de la paternidad. ¿La búsqueda constante de nuestra excelencia como padres nos mete mucha presión en nuestro rol como tales?

-Estamos ante la generación de padres más formada de todos los tiempos. Una generación con una gran autoexigencia personal, académica, laboral y como no, en el rol de padres. Antes de que nazcan los hijos, ya se están formando e informando. Queremos ser unos padres excelentes, que nuestros hijos sean felices, que no les falte nada, que no

sufran, que no lloren ni se frustren y que sean perfectos. Esto hace que vivamos la crianza con ansiedad. Todo tiene que estar controlado e ir bien y no nos damos cuenta de que nuestra ansiedad contamina el ambiente familiar.

-¿Y qué consecuencias tiene para los niños esta “profesionalización” de la paternidad que, por un lado, podríamos ver incluso como positiva?

-La idea es buena. La paternidad es maravillosa y difícil, por eso formarnos e informarnos es necesario. El problema es cuando esto deriva en un modelo hiperprotector o hiperpermissivo. O cuando incluso ambos conviven en la misma familia. Ser hiperprotectores con los hijos, es decir, ayudarles excesivamente, hasta llegar a substituirlos o evitar que experimenten situaciones para que no sufran, implicarles un mensaje de que “te ayudo y protejo porque tú no puedes” y esta creencia cala en los niños que van creciendo con un autoconcepto de ser incapaces. Por otro lado, ser demasiado permisivos, es decir, no poner límites, utilizar mal la pala-

bra “no”, preguntarles todo (aunque no tengan edad, la experiencia, los conocimientos, etc.) genera una distorsión familiar importante, ya que los niños necesitan que los padres hagamos de guía y les orientemos, porque ellos pueden saber lo que les apetece, pero que no lo que es mejor para ellos

-Obediencia y respeto son dos conceptos que aparecen bastante a lo largo del libro. El problema es que son dos conceptos que tienen resonancias a relaciones demasiado verticales...

-Son dos conceptos importantes cuyo significado se ha equiparado a autoritarismo y dictadura. Pero no hablo de esa relación jerárquica vertical. El “orden y mando” no educa en el respeto mutuo y los valores, sino desde el miedo. Algo que rechazo totalmente. El concepto que necesitamos en la familia es el de la autoridad bien entendida, desde el respeto mutuo, la empatía y el amor. Los padres somos el ejemplo a seguir y hemos de ser sus



guías, para que nos sigan y aprendan los valores que creemos mejores para ellos. Para eso hemos de ser respetables. Es decir, “dignos de respeto”. El respeto hay que ganárselo, no viene dado por el rol.

Viene dado por nuestra actitud, por nuestra coherencia entre lo que decimos y hacemos.

-En los últimos años han repuntado con fuerza corrientes como la disciplina positiva. Estas corrientes no están para nada reñidas con esa búsqueda de la obediencia y el respeto, ¿verdad?

-En absoluto. Al igual que yo, la disciplina positiva aboga por la obediencia desde el respeto mutuo y el amor. Ser guías de los hijos no significa ordenar, reñir, obligar y castigar. Significa que hay momentos en los que hay que ser firmes, pero desde la empatía, la amabilidad y la inteligencia emocional.