

Gaby Vargas // Twitter: @gaby_vargas



El cuento ‘Algo por nada’

• Al darles todo a nuestros hijos sin ningún reparo, el mensaje que enviamos es que no hay que trabajar, sacrificarse o esforzarse. Ya que para conseguir lo que quieres basta hacer berrinches

¿Conoces el cuento “Algo por nada”? Está muy de moda. Incluso la mayoría de los niños y adolescentes lo vive en carne propia y lo domina. En él, los personajes lo tienen todo y no cuidan nada -ya que por experiencia infieren que siempre habrá más. Lo malo es que al creer y vivir en esa fantasía, presentan síntomas como el malhumor, la petulancia y hasta la depresión.

Afortunadamente, el doctor John Rosemond, psicoterapeuta familiar, encontró la cura perfecta: la vitamina N.

¿Vitamina N?

Hay una vitamina de la cual, probablemente, nunca habías escuchado y que es la más importante para el sano crecimiento de tus hijos.

La vitamina N se proporciona en altas dosis con la palabra “no”.

“Cada vez más niños y papás sufren de la deficiencia de este nutriente, por lo que ellos, sus papás y la cultura entera está pagando el precio”, comenta Rosemond, en un video en internet que todos los papás deberían ver, casi me parece que de manera obligatoria.

El miniclip ilustra un caso típico: el papá de Bill le dio a su hijo de cinco años todo lo que pedía: bicicleta, computadora, celular, guitarra, etcétera. Como la mayoría de los papás, lo que Bill anhelaba era que su hijo fuera feliz; pero no lo era. Era petulante, malhumorado y con frecuencia grosero. “Quiero, quiero, quiero...” era su frase favorita. Tenía problemas para relacionarse con otros niños, era demandante y rara vez expresaba reconocimiento a sus papás y mucho menos gratitud por todo lo que le daban a manos llenas.

Los papás preocupados se preguntaban, “¿estará deprimido? ¿necesitará terapia?”.

“Lo que su hijo tiene -le comentó el doctor- es que sufre los síntomas predecibles de la enfermedad del ‘sobreconsentimiento’. Lo que necesita es una sana y constante dosis de vitamina N”.

“El sobreconsentimiento crea una adicción particular. Reci-

bir cosas sin parar genera el deseo constante de tener más. El efecto terrible de esto es que nuestros niños se acostumbran a un estándar de objetos materiales que está fuera de proporción en relación con lo que conseguirán sin esfuerzo en su vida adulta”.

Al darles todo a nuestros hijos sin ningún reparo, el mensaje que enviamos es que no hay que trabajar, sacrificarse o esforzarse. Ya que para conseguir lo que quieres basta hacer berrinches, manipular o quejarse.

“Esto puede explicar el porqué la salud mental de los niños de los años cincuenta -que tenían mucho menos cosas materiales- era considerablemente mejor que la de los niños de hoy. En las últimas décadas, sobreconsentir se ha convertido en la norma y la depresión en niños y adolescentes se ha incrementado de forma sustancial”.

Los niños que crecen creyendo en el cuento de “algo por nada” muy posiblemente se conviertan en adultos emocionalmente enanos y centrados en sí mismos.

La privación benigna

“Los niños merecen algo mejor. Merecen que sus papás atiendan sus necesidades de protección, afecto y dirección. Merecen aprender el valor constructivo del esfuerzo. Merecen aprender que el trabajo es la única forma real y satisfactoria de conseguir cualquier cosa de valor en la vida y que comprendan que entre más se esfuerzan, mejor será el resultado”, comenta Rosemond. Y a los papás les recomienda aplicar la regla del 100-25, a la que describe como de “privación benigna”. Consiste en darles 100 por ciento de lo que necesitan pero sólo 25 por ciento de lo que quieren.

En estas fechas navideñas en las que solemos aflojar la voluntad, convendría suministrar con mayor frecuencia y firmeza la vitamina N; en especial si los niños utilizan sus conocidas tácticas y estrategias para conseguir lo que desean.

A la larga los haremos más felices y a todos los que los rodean, también. ♦