

## “EDUCAR SIN GRITAR”

**Hacia una sociedad más respetuosa, equitativa y solidaria, desde la educación en la familia.**

### GUILLERMO BALLEATO

Guillermo Ballenato Prieto, licenciado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid, está especializado en Psicología Educativa, Psicología Clínica, Psicología Industrial y Formación.

En el Gabinete Psicopedagógico de la Universidad Carlos III de Madrid desarrolla el Programa de Mejora Personal y la Asesoría de Técnicas de Estudio. Imparte también para dicha Universidad docencia en cursos de Humanidades y en diversos másters.

Colaborador de la ONCE en programas de apoyo psicosocial y en formación.

Es autor de varios libros *¿Hablar en público, Técnicas de estudio, Comunicación eficaz, Trabajo en equipo...?* y de numerosos artículos en diversas publicaciones.

Es formador y conferenciante habitual sobre temas relacionados con estrategias de aprendizaje, educación de los hijos, desarrollo personal, docencia, comunicación, oratoria, trabajo en grupo, gestión del tiempo, creatividad.

Psicólogo, docente, escritor.

[gballenato@cop.es](mailto:gballenato@cop.es)

[www.cop.es/colegiados/m-13106](http://www.cop.es/colegiados/m-13106)



**“Educar sin gritar. Padres e hijos: ¿convivencia o supervivencia?”, es el título de su último libro. El grito de los padres, de los hijos ¿es un grito de auxilio, de ayuda?**

Muy probablemente sea así; y lo es tanto en un sentido figurado como real. Pero, en el día a día, se llega a la educación a gritos por diversos motivos. Los padres tienden a gritar cuando se sienten desesperados, impotentes, frustrados, insatisfechos. Puede ser una conducta puntual en busca de desahogo emocional, o un estilo habitual de dirigirse a los hijos. Después de gritar surge la culpabilidad. Las voces no parecen haber tenido los efectos deseados en la conducta del hijo; ni tan siquiera han servido como desahogo. El volumen ha impedido que el hijo escuche el mensaje. Y la próxima vez habrá que elevarlo más, pero será igualmente inútil. Las formas nos pueden hacer perder tanto la razón, aun llevándola, como la autoridad que queríamos hacer valer. El hijo se siente humillado, y termina por no escuchar un contenido que suele ser repetitivo: “Ya te he dicho cien veces...”. En fin, los gritos son en general algo inútil y negativo para ambas partes.

## - ¿Qué pueden hacer los padres para evitar los gritos?

Las estrategias se deben adaptar a cada caso. El libro desarrolla algunas propuestas dirigidas a mejorar la comunicación y a prevenir y resolver conflictos. Otras van dirigidas a entender las claves de la conducta y a modificar el comportamiento del niño; o a elevar el grado de satisfacción y desarrollo personal de los padres. Los padres que se sienten más felices y satisfechos personalmente tienden a transmitir ese bienestar en las relaciones con sus hijos. Hay que desarrollar nuevos hábitos de comunicación más saludables, introduciendo mejoras concretas que deben ser aplicadas con constancia y paciencia. Los padres son un modelo para sus hijos y deben mostrar autocontrol, ejercitar la paciencia y la reflexión, aprender a contar hasta diez antes de hablar, a escuchar sin interrumpir, a evitar sermonear... No es complicado. Y los efectos son tan beneficiosos para mejorar las relaciones con los hijos que merece la pena ponerlo en práctica.



- Usted imparte a menudo cursos y conferencias sobre la educación de los hijos. Supongo que a raíz de las problemáticas que los padres le presentan en estas reuniones decidió elaborar este libro que aporta diferentes claves para ayudar a los padres en esa tarea. Cada ser humano es un mundo, al igual que cada familia; pero hay una característica común que se da en muchos padres: “la incertidumbre de saber si están educando bien”. ¿Ésta no se daba en nuestros padres o abuelos, o no con tanta intensidad?

Entiendo que esas dudas sobre si se está educando bien han surgido en todas las épocas. Lo que ha variado es la complejidad y rapidez de los cambios en la sociedad. En generaciones anteriores los papeles en el hogar estaban más claramente repartidos. La labor educativa recaía principalmente en la madre, que tenía una dedicación más exclusiva. Para educar se partía de los mismos esquemas educativos que se habían recibido. Hoy en día hay que adaptarlos a esos cambios. Es preciso recuperar en el hogar la dedicación y la autoridad. Los niños necesitan límites claros y razonables. Y también quieren ver a sus padres comprometidos con su educación, y serenos a la vez que firmes y seguros. El desconocimiento y la desorientación de los padres sobre cómo deben educar les puede restar autoridad. La buena intención de la mayoría de los padres es una condición necesaria pero no suficiente, porque educar es una tarea compleja que requiere aprendizaje.

## - ¿Es más difícil educar a los niños de hoy en día?

Como suele ocurrir, se conoce más lo negativo que lo positivo. Hay muchos valores y cualidades en los niños y jóvenes de hoy en día. Pero también son evidentes el fracaso escolar, la desmotivación, la baja resistencia a la frustración, la agresividad y la impulsividad, la falta de respeto. Los niños de hoy cuentan, en general, con una cantidad de recursos que no estaban a disposición de los niños de generaciones anteriores. Tienen muchos más estímulos, más opciones, más posibilidades donde elegir. Viven también en una sociedad más compleja que evoluciona con rapidez.

# Entrevista

Tal vez por ese motivo resulte más complicado educar en la actualidad. Hace años los círculos familiares y de amistades personales más cercanos eran claros referentes. Hoy hay otras muchas fuentes de influencia que vienen de la mano de las nuevas tecnologías y abren también nuevos espacios.

**- ¿Tal vez tiene algo que ver la sociedad en la que vivimos, en la que todo va demasiado deprisa y quizá se pierde la perspectiva de lo realmente importante?**

Hay muchos factores que influyen en la actual situación. Los cambios que en los últimos años están experimentando las estructuras familiares son tan rápidos que la sociedad no parece terminar de adaptarse. La dedicación de ambos progenitores a sus respectivas actividades laborales deja, en muchos casos, al descubierto una función educativa primordial en los primeros años. Las constantes reformas educativas no acaban de dar los resultados esperados. Los medios de comunicación crean y transmiten determinadas realidades que, por otra parte, son reflejo de una parte de la sociedad que da valor al individualismo, al materialismo, a la imagen... Desbordados por la inercia y la sobrecarga de estímulos, se está perdiendo de vista lo esencial.

**- ¿Los padres delegamos hoy con demasiada frecuencia nuestra responsabilidad de educar en los colegios, confundiendo educación con conocimientos?**

En ocasiones se confunde la educación con la instrucción. La familia y los centros educativos se enfrentan hoy a un momento crucial. Ambos deben retomar su papel protagonista si aspiramos a construir una sociedad mejor. El entorno familiar tiene una influencia decisiva. Sin la educación en el hogar la labor de los colegios se vuelve titánica; me atrevería a decir que casi irrealizable. Los niños trasladan al entorno escolar lo que viven y aprenden en su casa. **Algunos no saben lo que significa "no" hasta que no lo escuchan del profesor; parecen rechazar las normas pero, paradójicamente, las están**

**reclamando a gritos con su conducta inadecuada.** El comportamiento de algunos niños se ve afectado también por la presión de su grupo de amigos, o por la influencia de un ambiente familiar demasiado represivo, inadecuado, desestructurado o inestable. Los profesores necesitan del "máximo apoyo y respeto posibles", tanto de la sociedad como de los padres. Están en primera línea, cargados de responsabilidad, ante niños y jóvenes que, en muchos casos, vienen sin esa base de respeto necesaria, ya no sólo para aprender sino para convivir. Es necesario un contacto cercano y de confianza entre padres y profesores. Ambos comparten el objetivo de educar al niño. Su labor debe complementarse y apoyarse mutuamente.

**- A veces surgen conflictos en la relación padres/hijos, especialmente en la adolescencia. ¿Es difícil reconducir a un adolescente?**

Los padres pueden ejercer más influencia sobre sus hijos durante los primeros años, cuando son pequeños, dado que actúan como modelos, y tienen en sus manos más poder para recompensar o reprender. Aunque en la adolescencia ya se han establecido la



# Entrevista

mayoría de las normas de convivencia, y se han desarrollado hábitos y pautas de conducta, éstas se pueden modificar. Nuestra labor en esta etapa puede ser más de supervisión y apoyo que de inspección y control. La adolescencia es una edad compleja en la que el carácter se está forjando, y se busca la propia identidad. Es normal que surja cierta rebeldía. Algunos adolescentes parecen comportarse como si tuviesen algo contra sus padres, cuando su conducta tan solo es el resultado de su propia lucha interior. No hay que tomarlo como algo personal. Debemos escucharles, entender sus verdaderas preocupaciones, hablarles con tacto y sensibilidad, centrarnos en sus motivaciones. Es difícil intentar convencer a un adolescente por las razones que nos convencen a los adultos. Debemos basar nuestra relación con él en la confianza. Nuestras expectativas son muy importantes, ya que influyen de manera decisiva. Hay que dar cierto margen de libertad, de confianza, de responsabilidad. La clave reside también en si los cimientos están bien asentados...

## - La falta de autoridad por parte de los padres, ¿es el problema fundamental? ¿Por qué esa falta de autoridad en la actualidad?

Algunos padres y educadores parecen haber tirado la toalla y renunciado a su responsabilidad de educar. En muchos casos se han dado por vencidos, presas de la desesperación o de la desmotivación. El péndulo se ha trasladado de un autoritarismo severo, a una permisividad que resulta inadmisibles. Se ha pasado del “porque yo lo digo y punto” al “haz lo que te de la gana”. Es necesario recuperar ese punto medio de equilibrio entre ambos extremos indeseables. Algunos padres afirman: “tengo que tener más autoridad”, pero confunden el sentido y la forma de aplicarla. Cuidado: Autoridad no es igual a castigo. La autoridad moral se gana día a día, con la forma de comportarse y de hablar, con el criterio, el respeto y la coherencia con los valores y principios. Una educación positiva como la que propongo en “Educar sin gritar” puede convertir en innecesaria la aplicación de castigos. Creo que es un tema central.

## - ¿Cuáles son las claves que propone en su libro “Educar sin gritar”?

Propongo algunos pilares básicos que considero claves en la educación. Un diálogo sereno basado en la escucha, la sinceridad, la alabanza y la empatía. Unas relaciones afectivas adecuadas, que aporten seguridad y permitan el necesario intercambio emocional, positivo y enriquecedor. Una autoridad moral, basada más en el ejemplo, el diálogo y el reconocimiento, que en el castigo o en la crítica. La transmisión de valores, como el respeto, la solidaridad, la ecuanimidad. Y, un eje fundamental, que reside en la coherencia de los padres en su forma de educar, de vivir, de comportarse y de hablar. Éste permite que el desarrollo de los hijos sea más equilibrado, les aporta confianza y seguridad, y legitima la autoridad de los padres y educadores. La tarea de educar es un reto apasionante que aún está por descubrir para muchas personas, especialmente padres, educadores y futuros padres.

## - ¿En qué está trabajando en estos momentos?

Es un momento muy interesante de mi vida: en primer lugar por mi familia –Amelia y nuestras dos hijas adolescentes-, por mi trabajo –cursos, conferencias, entrevistas, artículos, libros...- Me apasiona mi actividad profesional como psicólogo y docente en la Universidad Carlos III de Madrid. Me enriquece el contacto con profesores, alumnos, compañeros, medios de comunicación. El hecho de poder influir sobre los demás me hace ser consciente de la responsabilidad de mi labor. Me siento orgulloso de mis anteriores publicaciones –Comunicación eficaz, Hablar en público, Trabajo en equipo, Técnicas de estudio-. Me permiten compartir el núcleo del Programa de Mejora Personal que imparto en la Carlos III. He escrito el libro “Educar sin gritar” desde el trabajo y la experiencia de años, pero sobre todo con el corazón. Me siento bien por poder compartir con muchas personas mis conocimientos y convicciones personales. Y seguramente ya está en las librerías mi último libro: “Gestión del tiempo. En busca de la eficacia”. Siento como la vida está hecha de tiempo, y el tiempo pasa...

Olga Calderón