

# Aprender a tolerar la frustración

 aprendemosjuntos.elpais.com/especial/enseñar-a-los-ninos-a-tolerar-la-frustracion-eva-millet

## COMPARTIR

### Eva Millet

. Periodista y escritora

### Eva Millet

Periodista y escritora especializada en educación y crianza, Eva Millet advierte de los efectos en niños y jóvenes de la “hiperpaternidad”, un modelo que surgió en Estados Unidos con la primera generación “milenial” y que ya ha llegado a España. Este nuevo fenómeno va “de la sobreprotección al control excesivo, tanto en casa como en el aula”, desautoriza a los profesores e invade el espacio de los niños en la escuela. Millet ha investigado este cambio en la educación a través de entrevistas a psicólogos, pedagogos, educadores, padres y maestros, a quienes da voz en sus libros “Hiperpaternidad” e “Hiperniños”. La autora señala que este sistema de “crianza monstruosamente intensiva” está creando una generación de jóvenes ansiosos, impacientes, dependientes, con miedos y baja tolerancia a la frustración, que además se refleja en su aprendizaje y rendimiento académico. Millet propone que “las madres tigre, los padres apisonadora o helicóptero” den paso hacia un modelo que les permita relajarse, confiar en el sentido común y en los hijos, y no apostar solo por la acumulación de experiencias y conocimientos, sino por una “educación del carácter” que refuerce su empatía, resistencia, valores y tolerancia a la frustración.

Creando Oportunidades

### Transcripción

00:05

Eva Millet. Soy Eva Millet, soy periodista y autora de Hiperpaternidad e hiperhijos, donde analizo el fenómeno de la crianza actual de padres sobreprotectores, sobrepreocupados e hiperactivos. Un tipo de crianza que genera niños altar o hiponiños.

00:29

María Serrano. Hola, Eva. Soy María, soy madre de dos niños, encantada de hablar contigo hoy.

00:34

Eva Millet. Encantada de estar aquí contigo.

00:38

María Serrano. Mira, estoy cansada de escuchar que sobreprotegemos a nuestros hijos. Obviamente, como madres nos gusta siempre hacer las cosas de la mejor manera posible, ¿qué hay de malo en que les ayudemos?

00:52

Eva Millet. Por supuesto, como padres nuestra misión es proteger a nuestros hijos y ayudarles a que crezcan como personas. Pero hoy se ha confundido esa protección natural que implica el ejercicio de la paternidad, el sentido inclusivo del término, con una hiperprotección. A los padres se les está haciendo creer que para ser buenos padres los niños no tienen que experimentar un malestar, no tienen que sufrir una contradicción, no tienen que tolerar la frustración y que ser un buen padre implica casi ejercer de guardaespaldas del hijo, ¿no? El hijo se convierte en un ser intocable.

01:32

Eva Millet. ¿Qué pasa con esa sobreprotección? Yo creo que educar es dejar ir, es darle herramientas a tus hijos para que ellos vayan espabilando, vayan creciendo y vayan adquiriendo autonomía. Si tú estás todo el día detrás del niño protegiéndolo de todo lo que le puede pasar no solo le creas una ansiedad, le empiezas a poner un germen de ansiedad, sino que también le estás incapacitando. Le estas quitando una de las herramientas básicas de la vida que es la adquisición de autonomía, ¿no? Entonces, sobreproteger es desproteger. Esto es una herramienta que me ha dado una psicóloga estupenda que se llama Maribel Martínez, ella me dice: “Los padres tenéis que observar”.

02:14

Eva Millet. Eso sí, siempre hemos de estar pendientes de los hijos, pero no intervenir a la primera de cambio. Si tu hijo se cae en el parque no corras como Usain Bolt a rescatarlo porque al final lo que vas a conseguir, que está pasando, que el niño no va a ser capaz de levantarse por él mismo, ¿no? Entonces, nuestra tarea es observar, estar pendientes, pero ver también cómo ellos se desenvuelven en la vida.

02:39

María Serrano. ¿Estamos criando niños caprichosos que quizá el día de mañana no sean capaces de afrontar la frustración?

02:47

Eva Millet. La baja tolerancia a la frustración es una de las características de los hiperniños. Los hiperniños son el producto de esta hiperpaternidad, que es este estilo de crianza en boga en occidente, que es típico de las clases medias-altas y que implica una hiperatención, una hiperprotección y una sobrepreocupación por el hijo. Es una crianza casi se podría decir, monstruosamente intensiva, ¿no? Entonces, el fruto de esta hiperpaternidad es el hiperniño y una de sus características es la baja tolerancia a la frustración.

03:26

Eva Millet. En el mundo de la hiperpaternidad la baja tolerancia a la frustración se ve casi como una enfermedad crónica, incurable, contra la que no se puede hacer nada, ¿no? Porque claro, en el fondo es mucho más fácil si el niño se frustra con el puzle pues decirle: “Oye, déjalo estar” o “Ya te lo acabo yo”, a corto plazo, porque a largo plazo, si tú no

educas en el error, prueba-error, prueba-error, prueba-error, al final el niño se derrumba ante cualquier cosa.

03:55

María Serrano. Eva, y en este entorno de sobreprotección, ¿qué podemos hacer los padres?

04:00

Eva Millet. ¿Para ayudarles a tolerar la frustración?

04:02

María Serrano. Sí.

Los modelos de hiperpadres van desde "la madre helicóptero", "los padres quitanieves", "las madres tigre" hasta los "padres guardaespaldas"

Eva Millet

04:03

Eva Millet. Lo que podemos hacer, bueno, primero, es ejercitar una habilidad fundamental en la vida, que yo cada vez que me hago más mayor pienso que cada vez es más importante, que es la paciencia.

04:12

María Serrano. La paciencia.

04:12

Eva Millet. Es muy necesaria. Lo que pasa es que en tiempos de clic, de todo a un clic, la paciencia cada vez es más escasa. Pero es verdad que saber esperar, la contención, el autocontrol, eso es importantísimo. También la gestión... la cacareada gestión de las emociones, ¿no? Los niños tienen que entender que en las emociones no todo es el mundo de happy flowers, que no todo son emociones buenas, sino que hay emociones malas como la rabia, la tristeza, la impotencia, el no saber muy bien qué te pasa, ¿no? Y esto se tiene que enseñar a gestionar.

04:49

Eva Millet. En este tema de la gestión de las emociones yo detecto un poco de lío. Porque parece que para que el niño gestione sus emociones y tenga mucha autoestima de lo que se trata es de decirle que él es maravilloso y nunca decirle que no. Pero entonces no estás haciendo un niño con autoestima, estás haciendo un niño que es un narcisista. O sea, una buena gestión de emociones quiere decir conocer tú tus emociones, positivas y negativas, pero también las de los otros. Ir con la empatía, ¿no? Otra herramienta para tolerar la frustración: dar alternativas. No todo es no, puedes decir: "Oye, no. Ahora no, pero de aquí a un rato sí", o "Mañana lo vamos a hacer". Dar unas alternativas.

05:32

Eva Millet. Enseñar, también, que se puede perder. Que puedes fallar, te puedes equivocar y no pasa nada. Porque hoy hay un miedo en los niños y en los adolescentes a equivocarse. Bueno, parece lo que dice Donald Trump, que insulta a todo el mundo, que les dice: "Losers!", perdedores, ¿no? Bueno, pues oye todos somos perdedores, todos

perdemos y no pasa nada, y nos recuperamos. De hecho, yo creo que nos formamos a base de caernos y volvernos a levantar.

05:58

Eva Millet. Y después, un factor importantísimo en el desarrollo de esta habilidad como es tolerar la frustración en los niños, pero no solo para esa habilidad sino para todas las habilidades, es jugar. Los niños tienen que jugar y este modelo de hiperpaternidad que está llenando a los niños de tardes cargadas de extraescolares, todo programado, todo estructurado... Este modelo hiper se está cargando el tiempo para jugar de los niños, que es un derecho reconocido por las Naciones Unidas y que cualquier pedagogo con dos dedos de frente te dice que, bueno, es la esencia de la infancia, ¿no? Y en el juego, ese juego libre, sin estructurar, solo o acompañado no solo aprendemos a trabajar en equipo, a ser creativos, la resiliencia... sino también aprendemos a tolerar la frustración.

06:55

Eva Millet. La paciencia, aprender a gestionar las emociones, tanto las positivas como las negativas. Como padres, darles alternativas a esa frustración, enseñar a nuestros hijos que no pasa nada por equivocarse, hay que perder el miedo a equivocarse. Y, por último, darles tiempo y espacio para jugar porque con el juego se aprende, entre otras muchas cosas, la tolerancia a la frustración. Y la paciencia, que es una virtud cada vez más denostada, yo creo, es esa capacidad de esperarte a que te llegue la gratificación, ¿no? Es ese momento de autocontrol que es importantísimo en la vida.



La hiperpaternidad implica hiperatención, hiperprotección, sobrepreocupación y crianza “monstruosamente intensiva”

Eva Millet

07:36

María Serrano. Me gustaría que nos explicaras los diferentes tipos de padres y madres a los que haces referencia en tus libros.

07:42

Eva Millet. Estos modelos, estas imágenes, estas caricaturas de hiperpadres las utilizo un poco para ilustrar este fenómeno global, típico de países ricos, de clases medias-altas, que es la hiperpaternidad. Que es un estilo de crianza que básicamente se basa en una atención excesiva al hijo, una sobreprotección y un estar detrás del niño todo el rato. Una justificación a ultranza. La primera figura que surgió de este tipo de crianza son las madres helicóptero. Es una figura, además, que es del 1969, cuando un psicólogo estadounidense que se llama Haim G. Ginott, especialista en adolescentes, se quedó muy sorprendido cuando un paciente suyo le dijo: “Estoy harto de tener a mi madre sobrevolando sobre mí como un helicóptero”.

08:36

Eva Millet. En el norte de Europa y en Canadá, existe la idea de los padres quitanieves, que son estos padres que, en vez de preparar a los hijos para el camino, preparan el camino para los hijos, ¿no? Les allanan todo. Aquí sería un poco los papás apisonadora. Más reciente tenemos el modelo de las madres tigre, que es esta idea de la madre que quiere el niño... no un niño renacentista que toque muchas teclas sino como el niño genio, pero en una cosa muy clara, ya puede ser la música, las matemáticas, bueno, el deporte... Y está caracterizado por una escritora chino-estadounidense que se llama Amy Chua, que escribió un libro sobre su estilo de crianza, que en teoría quería ser como una especie de expiación, pero que al final se convirtió en un superventas y que hay muchas mujeres, muchas madres, que siguen este estilo de crianza muy intensiva y sí que es muy exigente.

09:33

Eva Millet. Luego tenemos, también, los padres guardaespaldas que es el “No toque usted a mi hijo”, literalmente. Los padres manager, que es un clásico muy masculino que si tienes hijos en deporte escolar los has visto. Sus hijos son los futuros Messi, Cristiano Ronaldo, Rafa Nadal o estrellas del deporte y ellos saben más que nadie, gritan y ponen nerviosos a los hijos y yo sé de niños que han dejado de hacer deporte por sus padres porque no pueden más. Y luego, hay un último modelo que es muy discretito pero que hace... bueno, que es divertido, que es muy, muy español que son los papás bocadillo o las mamás bocadillo.

10:13

Eva Millet. Sí. Que es esta idea de seguir al niño con el bocadillo, con el táper de frutas en el parque para que el niño de vez en cuando se gire y dé un mordisquito, no sea que muera de inanición esa tarde, ¿no? Entonces, es un modelo muy discreto, pero no deja de ser un ejemplo muy bueno de... para ilustrar esta idea de esta constante atención al hijo, esta supervisión 24 horas al día. Y, bueno, para una cosa que el hijo es capaz de hacer, que es comerse su merienda, ¿no? Bueno, pues esos también existen.

10:46

María Serrano. Me preocupa pensar que estemos transmitiendo el estrés en el que vivimos en el día a día a nuestros hijos.

10:55

Eva Millet. Se lo estamos transmitiendo.

10:56

María Serrano. ¿Sí?

10:56

Eva Millet. Sí. Una de las consecuencias de este modelo de crianza intensiva es el estrés familiar, la hiperpaternidad perjudica seriamente el bienestar familiar. Es un estrés, además, comprobado académicamente. Hace un par de años salió un estudio de la Universidad Queen Mary de Londres que llegaba a la conclusión que las mamás que practican la crianza intensiva son más infelices cuando pasan tiempo con sus hijos. ¿Y por qué son más infelices? Porque... No es porque estén dejando de trabajar o porque les gustaría estar haciendo otra cosa, no, es porque nunca se sienten lo suficientemente buenas.

11:36

Eva Millet. Siempre creen que tendrían que estar haciendo algo más para que ese niño no se pierda en esa carrera en la que se han convertido, un poco, las infancias hoy en día, ¿no? Y es por la presión social. Esta infelicidad no solo se detecta en las madres sino también en los padres. Los padres también, estos investigadores detectaron que no se sentían bien y se preguntaron, yo creo que muy atinadamente, cómo afecta esta infelicidad, esta insatisfacción, a los hijos. Claro, si tú tienes una madre o un padre estresadísimo todo el día, "Que el niño, el niño...", para arriba, para abajo, que si no no llegarás, que si no no podrás entrar en esta universidad, que si no no sé qué... los niños lo notan y los niños van muy estresados.

12:17

María Serrano. Esto que me estás comentando se refleja, por ejemplo, en la cantidad de actividades extraescolares a las que apuntamos a nuestros hijos.

12:24

Eva Millet. Sí, los niños hoy tienen agendas de ministro, que digo yo. A ver, las extraescolares están muy bien, ayudan a conciliar, son importantes para la formación de los hijos, pero hay un abuso. Hay un abuso y, además, muy precozmente porque en la hiperpaternidad, una de las características, es amar la precocidad y la hiperactividad. O sea, cuantas más cosas y antes mejor, no sea que el niño se quede atrás en la carrera por ser Einstein o Mozart, ¿no?

12:54

Eva Millet. Entonces, tenemos niños muy pequeños, de parvulario, con todas las tardes ocupadas, que llegan a casa agotados. Se convierten, como me dijo Josefina Aldecoa, la directora del Colegio Estilo ya fallecida, en un trabajador que llega a casa agotado porque pasa ocho horas en el colegio más dos de extraescolar o de coche para arriba y para abajo, ¿no? Entonces, no solo eso sino también pierden el tiempo de jugar, no tienen tiempo para jugar, el juego libre sin estructurar está desapareciendo. Y, bueno, que está muy bien, pero con medida, con sentido común.

13:32

María Serrano. Lo que pasa... yo este tema, por ejemplo, yo tengo una reducción de jornada, pero sí que es verdad que el tema de la conciliación al final, a veces, nos vemos

excesivamente obligados, entre comillas, para no perder nuestro puesto de trabajo, a que los niños vayan a extraescolares.

13:49

Eva Millet. Eso yo no te lo discuto. Hay un problema ahí estructural de fondo y, repito, sirven muy bien para conciliar. Pero también podemos encontrar otras maneras, podemos organizarnos entre los padres para que uno los lleve... para que hagamos turnos para llevarlos al parque, podemos contratar una canguro entre varios, no sé. Hay maneras para que los niños puedan estar atendidos, para que nosotras podamos conciliar y para que los niños no pierdan lo que es un derecho de la infancia reconocido por Naciones Unidas, que es el derecho a jugar.

14:22

Eva Millet. Es la mejor extraescolar, es multi... te da cantidad de herramientas para ir por la vida. Y seguro que si yo te pregunto por un buen recuerdo de tu infancia, por recuerdos de tu infancia estupendos, ¿a que están relacionados con tardes de juegos, en vacaciones, después del colegio...?

14:41

María Serrano. Totalmente.

Los profesores están más cuestionados que nunca, porque en este modelo, el niño es como un ser perfecto al que nadie puede contradecir

Eva Millet

14:41

Eva Millet. Es un patrimonio de la infancia que perdemos al hacernos adultos y que ahora se está perdiendo cada vez más rápido, y para mí es un pecado.

14:49

María Serrano. Eva, ¿cómo podemos saber si somos hiperpadres?

14:53

Eva Millet. A ver, todos somos hiperpadres. Yo soy mucho más hipermadre que lo fue mi madre conmigo, lo que pasa es que hay grados de hiperpaternidad. Para dilucidarlos mi editora me propuso crear un test con 30 preguntas, un poco para saber los niveles de hiperpaternidad de cada uno, ¿no? Entonces, tiene 30 preguntas, pero hay cinco que son las que puntúan más alto que son estas: la primera, si tenía ya un plan trazado para las vidas de sus hijos antes de que nacieran, esta idea de que “el niño será médico, será abogado, será no sé qué...”, ya todo diseñado.

15:31

Eva Millet. La segunda, si les ayuda con los deberes o se los hace por sistema. La tercera, es si ha excusado alguna vez a su hijo con la famosa frase: “No, mira, es que tiene una baja tolerancia a la frustración”. La cuarta, sería si habla en plural, hoy en día se ha normalizado el hablar en plural de los hijos. Hoy en día, “hemos ganado”, “hemos perdido”, “hemos aprobado”, “hemos suspendido”, “nos hemos enamorado” ... O sea, la unión con el hijo es tal que ya somos una misma persona. Y la última es si discrepa a menudo con los

maestros o entrenadores de sus hijos. Estas cinco preguntas son clave, ¿no? Si contestas que sí a las cinco...

16:11

María Serrano. Mal.

16:12

Eva Millet. ...bueno, no vamos bien.

16:15

María Serrano. ¿Qué podemos hacer para revertir esta tendencia?

16:17

Eva Millet. Bueno, la primera... el primer consejo es relajarnos. Relajarnos todos un poquito porque la educación es un proceso a largo plazo y cosas que hoy tú estás diciéndole a tu hijo que no te hace ni caso, pues igual de aquí a cinco años te hará caso, ¿no? O sea, relajarnos. Confiar en nosotros, confiar en nuestros hijos, ellos pueden hacer muchas más cosas de las que nosotros nos creemos y también quieren. Y no solo apostar por esa educación de conocimientos y experiencias mágicas... Hoy en día los niños han de tener, como que la infancia no es lo suficientemente mágica, han de tener más experiencias mágicas que suelen costar bastante dinero, por cierto.

17:01

Eva Millet. No solo eso sino, también, pensar que la educación es también el carácter, ¿no? Tú necesitas educar el carácter para tener unas herramientas para implementar esos conocimientos, ¿no? Educar a nuestros hijos en la valentía. Hoy hay una auténtica... no me gusta hablar de epidemias, pero hoy hay muchos miedos entre los niños. Los niños tienen muchos miedos porque esta sobreprotección no les ayuda, los padres no quieren ayudarles a enfrentarse a estos miedos. Hay que educar la valentía, la empatía, la resiliencia y hay que empezar a dejar que los hijos hagan cosas por ellos mismos. No grandes cosas, sino cosas pequeñas. Que se carguen ellos su mochila. Yo no sé si tú cuando vas a buscarlos...

17:46

María Serrano. No.

17:47

Eva Millet. La llevan ellos.

17:48

María Serrano. Eso es.

17:49

Eva Millet. Vale, porque hoy en día lo más normal es que cuando los padres los van a buscar, lo primero que hace el niño es darle la mochila a quien lo recoge, tal cual. El padre sherpa, ¿no?



17:59

María Serrano. Sí.

La educación también es carácter: hay que educar la valentía, la empatía y la resiliencia, y dejar que los hijos hagan cosas por sí mismos

Eva Millet

17:59

Eva Millet. Bueno, pues que lleven su mochila es muy importante. Si la mochila pesa le quitas dos o tres libros, pero le estás diciendo a tus hijos: "Yo puedo, soy responsable y estoy haciendo algo por mí mismo". Y estás educando, también, la autoestima, ¿no? Los hijos son muy capaces, pueden hacer muchas cosas ellos y nosotros hemos de confiar, hemos de relajarnos y confiar. Y repito, pensar que la educación es a largo plazo. Cosas que estas inculcando hoy no saldrán hasta dentro de unos años, no nos angustiemos.

18:33

Carlos Ortíz. Hola, Eva. Me llamo Carlos y soy profesor de un colegio y jefe de estudios. Y muchas veces nos dicen a los profesores que nos dedicamos demasiado a enseñar las asignaturas: Lengua, Matemáticas, Inglés... lo que son las asignaturas de toda la vida, pero poco hacemos hincapié en lo que serían las habilidades y competencias que ahora mismo están demandando las empresas, ¿qué opinión tienes al respecto?

18:59

Eva Millet. Sí, es verdad que en los últimos años esta educación hiper se ha centrado mucho en bombardear de conocimientos a los niños, de experiencias y de muchas materias, ¿no? Y se está olvidando una parte clave de la educación, que como me dijo el filósofo y pedagogo José Antonio Marina, es el carácter, las herramientas para implementar esos conocimientos.

19:26

Eva Millet. ¿A qué me refiero? Al carácter, a la capacidad de sobreponerte a un problema,

a la valentía, ¿no? Tú puedes tener tres masters, pero si tienes miedo no irás a ninguna entrevista de trabajo. A la empatía, a la colaboración... O sea, a esta serie de elementos de la persona que van más allá de los conocimientos puros y duros. Esa es la verdadera educación, la que combina las materias con las habilidades para implementar esas materias. Es verdad que las escuelas han de educar en el carácter, pero yo creo que los mejores posicionados para esa educación son los padres.

20:05

Carlos Ortiz. Efectivamente, tendrían que trabajarse en casa, ¿no? Seguramente.

20:09

Eva Millet. Claro.

20:10

Carlos Ortiz. Hay una parte importante que en el colegio tenemos que dar una continuidad. Y son muchas veces los padres los que nos ponen impedimentos a los profesores, ¿no? Y trabas para implicarnos en esos aspectos que realmente son lo importante, y no solo Lengua, Matemáticas, Inglés...

20:27

Carlos Ortiz. Es la justificación a ultranza del hijo, ¿no? Tú antes llegabas a casa con unas notas y una nota del maestro: "Eva no se esfuerza lo suficiente", y mis padres me decían: "A esforzarte", ¿no? Ahora no, "No, claro, el niño no se esfuerza lo suficiente porque claro, el maestro no lo sabe entender, tiene un mal día, se ha cruzado" ... El profesor hoy está totalmente... no quiero usar la palabra desacreditado porque no es verdad.

20:54

Carlos Ortiz. Vendido.

20:54

Eva Millet. Pero si es verdad que está muy... ¿cómo?

20:56

Carlos Ortiz. Vendido.

20:56

Eva Millet. No, está muy cuestionado, más cuestionado que nunca porque este modelo hiper en el que el niño es como un ser perfecto al que nadie puede contradecir... pues claro, si un profesor hace alguna observación del hijo que no es la adecuada pues no se le... no se le acepta, ¿no? Entonces, ahí tenéis un problema porque es verdad que en esa parte de la educación del carácter pues entra, también, educar cosas que los niños no hacen bien, ¿no? Pero si siempre se justifican, entonces no vamos a ningún sitio, ¿no? Pero yo te quería preguntar si tú estás detectando que hay un control excesivo, una hiperatención de los padres hacia los hijos en este momento en la escuela.

21:37

Carlos Ortiz. Pues yo considero que sí. Y, además, lo percibimos todos los compañeros. Y yo creo que, en general, todos los profesores, porque ahora mismo la cultura del error, que yo creo que debería ser lo que prima en la adolescencia, bueno y desde las primeras

etapas educativas, no está bien visto. Y, al final, un niño aprende equivocándose y tiene que equivocarse muchas veces. Y de hecho yo creo que la escuela, al final, es un mundo de oportunidades. Y nosotros como profesores tirar para arriba, ¿no? Y, al final, ¿cuál es la figura del padre ahí? Acompañar. Esa sobreprotección a los niños al final lleva a un control excesivo de lo que sería el profesor, por supuesto, el profesor en el aula y al final el querer organizar un colegio, una escuela, cuando no es la misión de la familia.

22:23

Eva Millet. Esta imagen que me das del niño que se cae y que se levanta y que ahí estás para acompañarle... A mí una de las cosas que más me impactó y que también me motivó a escribir mi segundo libro, es un comentario que me hizo una directora de escuela sobre el hecho, el fenómeno de niños que llegan a parvulario, a P3, se caen en el patio y se quedan inmóviles como estatuas bíblicas de sal, pero no se levantan.

22:52

Eva Millet. Entonces, las profesoras corren: qué le ha pasado al niño, que se habrá hecho mucho daño... y los niños no se han hecho daño, simplemente no saben que son capaces de levantarse por ellos mismos porque hasta ese momento el padre o la madre Usain Bolt, que llamo yo, han corrido a socorrer al niño, ¿no? Yo pensaba que era una anécdota aislada pero no, es una anécdota que me han repetido sobre todo muchas maestras de parvulario, ¿no? Entonces, yo, mi pregunta... tú eres especialista en secundaria y en bachillerato, si continúa este control, ¿no? ¿Esta hiperasistencia a los hijos tú la sigues detectando?

23:29

Carlos Ortiz. Sí, de hecho, mira, te cuento una anécdota. Hace muy poco hemos estado de viaje en Italia con los alumnos de cuarto de la ESO y al recogerles después del vuelo cuando llegamos a Roma, al llegar a la cinta de recogida de las maletas dos alumnos me miraron y me dijeron: "No encuentro mi maleta". Y le digo: "¿Cómo es tu maleta?", y entonces me miraron otra vez y me dijeron: "No lo sé".

23:53

Eva Millet. ¡Ay, qué bueno!

23:53

Carlos Ortiz. ¿Por qué? Pues porque al final la maleta no la habían hecho ellos, sino que su madre o su padre le había dado la maleta y vete a Roma con esa maleta y así llegaron. Efectivamente al llegar al aeropuerto no sabían cuál era la maleta y al final lo hicimos por descarte.

24:08

Eva Millet. Yo siempre digo que una atención excesiva a los hijos es hacer cosas por sistema con ellos, que ellos están capacitados para hacer. Y el mejor ejemplo que pongo son los deberes. Hoy se ha normalizado hacer los deberes con los hijos, es un signo de buen progenitor. De hecho, incluso se habla de que ha sustituido a la comida familiar, el momento familiar de ponerte a hacer los deberes con los niños, pero también se están haciendo los deberes por los hijos.

24:36

Eva Millet. Hay una encuesta de una entidad educativa maravillosa que se llama La Granja Escola de Santa María de Palautordera que, en una encuesta hecha a más de mil maestros, llegó a la conclusión que el 83% de los maestros habían detectado deberes hechos por los padres a los hijos, ¿no? Y yo te quería preguntar si esto también tú lo has detectado y qué consecuencias tiene para el hijo, ¿no?

25:03

Carlos Ortíz. Sí, a ver, aparte de entrar en el dilema de deberes sí, deberes no, que está...

25:06

Eva Millet. Esa es otra.

25:06

Carlos Ortíz. ...que está muy de moda, ¿no? Yo creo que es bueno siempre trabajar en casa. Efectivamente hay una carga de deberes importante que no realizan los hijos. Los padres les apuntan a tantas actividades extraescolares, que el poco o mucho trabajo que tengan que hacer en casa pues al final lo sustituyen los padres haciéndolo...

25:25

Eva Millet. Claro.

25:25

Carlos Ortíz. ...haciéndolo ellos por un lado, ¿no? Y luego, al final nosotros como profesores, como maestros, como docentes, somos los que mejor conocemos a los alumnos. Cuando un alumno habitualmente lleva un ritmo de trabajo y de repente pasa por encima o pasa por abajo, ¿no? Al final detectas que ese trabajo, esos deberes no los ha hecho él. Los padres ahí tienen que confiar en que somos nosotros los que realmente conocemos a los alumnos.

25:49

Eva Millet. Claro, también a mí me hace reflexionar esta obsesión de que todo salga perfecto, de hacerle los deberes al niño, sobre todo. No solo sube artificialmente las notas, sino que también engañas al sistema. De hecho, en Francia, uno de los argumentos para abolir los deberes es que, claro, hay niños que tienen estas ayudas extra, entonces aumenta la desigualdad, ¿no? Pero sí es verdad que yo creo que este movimiento de "deberes no" tiene mucho que ver con estos niños con agendas hiperocupadas, agendas de ministro que llamo yo, que llegan a casa a las ocho de la noche. Entonces, claro, ponte a hacer los deberes a las ocho de la noche. Te ayudan.

26:32

Carlos Ortíz. Y, al final, los padres te dicen: "Me has suspendido", y ahí es cuando te reconocen: "Si este trabajo lo he hecho yo".

26:39

Eva Millet. Sí, esto de "hemos aprobado", "hemos suspendido" ...

26:41

Carlos Ortíz. Sí.

Se habla de la “baja tolerancia a la frustración” como si fuera una enfermedad crónica, pero hay que aprender a gestionarla

Eva Millet

26:41

Eva Millet. ... “hemos sacado sobresaliente” ... Claro, esta unión con el hijo es tan profunda que ya hablamos en plural ¿no?

26:49

Carlos Ortiz. Sí, sí.

26:49

Eva Millet. Que esto no se había hecho nunca.

26:51

Carlos Ortiz. No.

26:51

Eva Millet. Tú eras tú, y tu padre y tu madre eran tu padre y tu madre.

26:54

Carlos Ortiz. Que van a la universidad, de hecho.

26:55

Eva Millet. Sí. Vamos a entrar a la universidad...

26:57

Carlos Ortiz. A examinarse, van juntos.

26:58

Eva Millet. Sí, sí, es verdad. La figura de la madre acompañante al examen de selectividad, que era un rito de pasaje. Antes tú ibas al examen de selectividad y era como, bueno... se está normalizando, ¿no? Acompañan con bolis, bocadillos, agua... y sobre todo que al niño o la niña no le pase nada, ¿no?

27:18

Carlos Ortiz. Se oye mucho, ¿no? Esa figura del súper tutor que también has comentado.

27:22

Eva Millet. Sí, del hipertutor.

27:23

Carlos Ortiz. El hipertutor es esa figura que tiene que hacer de todo, ¿no? ¿Qué nos puedes decir al respecto?

27:27

Eva Millet. Bueno, es una nueva figura. A mí me llamaron la atención sobre ella dos maestras de instituto que habían leído mi primer libro, y me escribieron y me dijeron: “Mira, nosotros estamos detectando que no solo hay hiperpadres”, cuando hablo de hiperpadres es en el sentido de la pareja, padres y madres en el sentido genérico. Bueno, me decían:

“No solo hay hiperpadres e hiperniños, sino que también está apareciendo el hipertutor”. Ese maestro sobreprotector que trabaja desde el “pobrecito, pobrecito” y no desde el punto de vista de la resiliencia, de la tolerancia a la frustración y que tiene una comunicación con la familia hiper.



28:12

Eva Millet. ¿A qué me refiero con una comunicación hiper? Me refiero a que está clarísimo que familia y escuela han de ir juntos en este siglo, no lo digo yo, lo dice la UNESCO, Richard Gerver, todos los expertos en educación y cualquiera con sentido común. Familias y escuelas hemos de trabajar juntos y las escuelas tienen que comunicar bien con las familias. Pero ahí lo que está pasando, por ejemplo, son padres que tienen el Whatsapp del profe, o del tutor de la materia o que tienen el e-mail, entonces constantemente están detrás del profesor a ver qué hace el niño, cómo va. Y son niños... no son estudiantes con problemas serios, sino que son estudiantes normales, buenos, pero que tienen detrás a esos hiperpadres dispuestos a todo para que el niño sea perfecto.

28:59

Eva Millet. Esas líneas de colaboración entre familia y escuela que todos estamos de acuerdo, se convierten en líneas rojas, ¿no? O sea, se traspasan. Carl Honoré, que fue de los primeros en hablar de los hiperpadres, es autor del libro Bajo presión, un precursor del movimiento slow, me dijo que escuela y familia funcionan muy bien juntas pero que hay unas líneas rojas. Y estas líneas rojas, cuando se traspasan, la colaboración se convierte en intromisión y todos sufren. Sufren los maestros, sufren los padres, pero yo creo que sobre todo sufren los hijos porque yo creo, y corrígeme si me equivoco, que para los hijos el colegio es su espacio, su mundo social, personal, privado y ahí es donde ellos tienen su vida, su vida fuera de la familia, ¿no?

29:50

Eva Millet. Y entonces, de repente, tener a mamá o papá todo el día que si el niño, la niña, que si el pollo, que si no le gusta la ensalada, no le ponga ensalada, que si este profesor

no va bien, que si no pongan el marcador en clase de Educación Física porque se frustra porque pierde... Para el niño eso es insoportable, tener todo el día a esos padres helicóptero revoloteando sobre sus vidas.

La “generación blandita” son niños con una inflada noción de sí mismos, que al mismo tiempo son muy inseguros porque dependen de sus padres para todo

Eva Millet

30:11

Eva Millet. Es esta obsesión del niño, el niño, es este niño altar, ¿no? Es esta adoración.

Hay una antropóloga estadounidense que tiene una frase que a mí me encanta, dice:

“Hemos pasado del culto a los ancestros, a los antepasados, al culto a los descendientes”,

¿no? Y esto se ve en cualquier casa a la que vas hoy. Tú vas a las casas, te acuerdas

antes que en las casas había las fotos de los abuelos, los bisabuelos, los tatarabuelos...

ahora no hay ni un ancestro. Ahora todo son los niños. Los niños haciendo mil cosas o

dibujos de los niños. O sea, realmente, es una veneración al niño. Que está muy bien, pero

con mesura.

30:52

Carlos Ortíz. Eva, nosotros los profesores, en el colegio pasamos muchas horas con los

alumnos y muchas veces se equivocan, ¿no? Como decíamos antes y al final tenemos

que corregirles y poner límites, cuando esos límites en casa no están claros, nosotros

como profesores muchas veces somos los primeros que les decimos no a los alumnos,

¿no?

31:12

Eva Millet. Sí.

31:12

Carlos Ortíz. Hay que... cómo los profesores, ¿qué podemos hacer ahí?

31:15

Eva Millet. Bueno, seguir poniendo límites. Muchos maestros me comentan que la primera

vez que un niño oye la palabra “no” es al llegar a la escuela porque los límites están muy

pasados de moda. Estamos en un momento social que se confunde autoridad con

autoritarismo y tenemos esta idea de que la familia debe ser una democracia y que todo se

hace por asamblea y que todo se vota democráticamente, ¿no? Y aunque como dice el

juez Calatayud, el juez de menores de Granada don Emilio Calatayud, aunque la familia no

tiene que ser una dictadura no es una democracia, hay una jerarquía. Y en la parte de

arriba estamos los padres porque somos los adultos responsables que hemos decidido

traer a esos niños al mundo para educarlos con unas normas. Y las normas son los límites.

32:07

Eva Millet. Pero los límites no es decirle al niño: “No, no, no”, todo el día. Un límite sería

decirle a un adolescente que el móvil fuera de la habitación a la hora de irse a dormir

porque los móviles en los cuartos son bombas de relojería, ¿no? Y también, los límites son

una buenísima herramienta para educar la tolerancia a la frustración. Que vosotros, me

imagino que os encontráis a muchos niños con baja tolerancia a la frustración en la

escuela.

32:33

Carlos Ortíz. Sí, ahora que dices lo de la tolerancia a la frustración al final es un... la educación de los sentimientos, ¿no?, de las emociones. Es como ese punto en el que cuando uno corrige, si no tiene educado ese carácter que comentabas pues, de repente, ante un "no", viene la lágrima que llama poderosamente la atención, o ante un suspenso. Que un suspenso no tiene por qué ser nada malo, ¿no?, sino simplemente un hito más, mejor o peor, en la vida de un estudiante y, de repente, ves la lágrima que va...

33:02

Eva Millet. Se derrumban, ¿no?

33:03

Carlos Ortíz. ...A continuación, se derrumban y dices: "Si esto es resistencia a la frustración, resiliencia, ahí que... en esa educación emocional el colegio qué tiene que hacer".

33:12

Eva Millet. Una de las características de los hiperpadres es la justificación a ultranza al hijo con una frase que a mí me fascina. El niño te pega, escupe, se porta fatal, patalea, es insoportable: "Oye no, mira, es que tiene baja tolerancia a la frustración". Como si fuera una enfermedad crónica ante la que no se pudiera hacer nada, ¿no? Entonces, la frustración es una emoción. O sea, la vida está llena de frustraciones, y es una emoción negativa y como tal se tiene que educar y gestionar. Y tenemos que enseñar a nuestros hijos a tolerarla, ¿no? Pero parece que seas un mal padre si les enseñas a... pues les dices que no, o cuando hacen una cosa mal la tienen que repetir. Entonces no se les está educando y, por eso en las escuelas o es la primera vez que se les educa a ello o cuando oyen la palabra "no" o suspenden se derrumban, los pobres, porque no se les está ejercitando lo que no deja de ser una habilidad, la resiliencia.

34:12

Eva Millet. A ver, yo siempre digo, no se trata de hacer como los espartanos y tirar a los niños por los barrancos a ver cuál sobrevive, pero sí hay que, de vez en cuando, decir que no, vuelve a probar, entrenar la paciencia, entrenar la empatía, entrenar una serie de habilidades que se están olvidando.

34:33

Carlos Ortíz. ¿Y ahí el colegio tiene algo que decir?

34:35

Eva Millet. Sí, el colegio es muy importante, pero si esto no viene acompañado de una gestión de las emociones y de enseñar a tolerar la frustración en la familia no sirve para nada. Escuela y familia han de ir juntas, pero repito, el trabajo de educar a nuestros hijos es de los padres no podemos delegar en las escuelas todo.

34:58

Carlos Ortíz. ¿Y cuando un profesor o un tutor en una escuela se encuentra a un padre de estas características qué puede hacer?

35:05

Eva Millet. Bueno, yo siempre digo que una frase que va muy bien es: “Sobreproteger es desproteger”. Cuando tú a tu hijo le estás asistiendo sistemáticamente, haciendo cosas sistemáticamente que él debería hacer por sí mismo, como hacerle los deberes como hablábamos antes, lo que le estás diciendo a tu hijo es: “Tú no puedes hacerlo si yo no te ayudo”. Entonces lo estás... de nuevo, con la mejor de las intenciones, lo estás incapacitando, le estás arrebatando la base de la vida que es la adquisición de autonomía.

34:39

Eva Millet. Entonces eso los maestros lo tenéis que tener muy claro: “Usted, yendo detrás del niño todo el día, organizándole la mochila cada noche, pidiendo los deberes que le faltan al grupo de Whatsapp, vistiéndolo, dándole de comer, pelándole la fruta”. Hay padres, me explicaron el otro día que un padre se iba a casa para pelarle la pera a la niña porque sino la niña no comía la fruta y tenía once años la niña, o sea... Esta hiperasistencia los debilita, los vuelve frágiles. Es la llamada generación blandita. En el mundo anglosajón son la “snowflake generation”, la generación copo de nieve.

36:20

Carlos Ortíz. Realmente, este tipo de familia, este tipo de padre, lo hace con la mejor de las intenciones.

36:25

Eva Millet. Claro, es que se nos ha hecho creer que para ser buenos padres hemos de estar permanentemente detrás de los hijos. Le estás dejando sin recursos. Es una combinación un poco perversa. Por un lado, son niños con una inflada noción de ellos mismos. Son niños que siempre se le ha dicho que son lo más, se les han hecho 20.000 fotos siempre, se ha documentado todo lo que hacen, se les ha consultado todo, se les ha permitido todo, en muchos casos. Entonces, tienen una inflada noción de ellos mismos, pero por otro lado son muy inseguros porque sin mamá o papá no se ven capaces de hacer nada. Y eso es una combinación explosiva.

37:04

Carlos Ortíz. Claro, es muy difícil porque realmente todo esto, si lo piensas, es por darle lo mejor a los hijos.

37:09

Eva Millet. Claro.

37:09

Carlos Ortíz. Y por ayudarle, entonces el término medio ahí

37:11

Eva Millet. Claro.

37:13

Carlos Ortíz. ...es bastante complejo.

37:13

Eva Millet. El término medio, por un lado, es verdad que los padres piensan: “Estamos

haciendo lo mejor”, y no hay que culpabilizarlos porque se hace con la mejor de las intenciones y piensan: “Es que si no hago todo esto por mi hijo, si no lo apunto a 20.000 extraescolares, si no lo asesoro, si no lo acompaño, si no lo protejo de esta manera nunca llegará a ser... lo que yo quiero que sea”.

37:34

Eva Millet. Pero bueno. O sea, por una parte, hay una buenísima intención, pero es que no funciona. Educar es dejar ir, darles herramientas para que ellos vayan espabilándose y aprendemos de nuestros errores.

37:50

Carlos Ortíz. Como profesor lo que percibo habitualmente en el aula son niños, por llamarlo así, ansiosos. Que están nerviosos, aparte de toda esa inseguridad que has comentado, pero ansiedad ante los exámenes, ansiedad ante cualquier tipo de problema o no problema, incluso cosas positivas les provocan ansiedad.

38:07

Eva Millet. La ansiedad es una de las características de los hiperniños y, sobre todo, entre los adolescentes. Se ha normalizado, es un estado que se ha normalizado. Stella O'Malley, es una psicóloga irlandesa que escribe sobre hiperniños también, me decía que ella los ve como cisnes en Instagram, a estos adolescentes: estupendos, guapísimos, haciendo viajes, todos muy monos... Pero que por dentro tienen una ansiedad brutal que muchas veces se traduce en fobia escolar. En el mundo anglosajón cada vez hay más jóvenes que no pueden ir a la escuela, simplemente no pueden salir de la cama e ir a la escuela. No se pueden enfrentar con eso.

38:50

Eva Millet. El año pasado hubo un informe de la Asociación Americana de Escuelas de Secundaria que detectó que el 62% de los alumnos estadounidenses habían padecido algún episodio de ansiedad extrema durante el curso. El último informe del Plan Nacional sobre Drogas ha detectado que uno de cada seis adolescentes ha consumido ansiolíticos en el último año. Ansiolíticos como Diazepam, Valium... O sea, benzodiazepinas, ¿no? Que también te preguntas, ¿quién les ha dado este ansiolítico?

39:22

Carlos Ortíz. Eso.

39:22

Eva Millet. Seguramente lo tenían en casa, ¿no? Y que el ansiolítico se ha convertido en la primera droga, por delante del tabaco y el alcohol. ¿Y por qué se los toman? Pues por ansiedad ante un examen o ante una ruptura. Aspectos de la vida que antes eran normales, duros pero normales, que teníamos que aprender a superar, pues hoy se tratan con pastillas, ¿no? Entonces, es verdad que la ansiedad cada vez es más generalizada. Es una de las consecuencias de esta crianza sobreprotectora. Porque, además, el hiperniño no es el niño mimado de toda la vida al que se le daba todo, ¿no? Ahora es el niño mimado de toda la vida, pero con dos factores extra: uno es la ansiedad de los padres. O sea, los padres están muy ansiosos para que este niño triunfe y llegue a tener un trabajo, pueda salir adelante por la vida y esta ansiedad se le transmite al hijo

debidamente y el hijo siente mucha presión, que no puede superar porque tiene esa ansiedad, ¿no? Entonces yo digo: “Relajémonos, ¿no?”.