



PADRES HELICÓPTEROS

Uivimos en una sociedad en la que cada vez se tienen menos hijos, uno o dos es la media más normal. Esta situación está produciendo, entre otras consecuencias, que los padres estén muy encima de sus hijos, a veces demasiado y algo que podría parecer bueno, es contraproducente para su desarrollo. Y sino, pensad ¿a cuántos de nosotros nos ayudaban los padres a hacer los deberes, o nos preparaban la mochilla? ¿a cuántos iban sus padres a defender en el colegio o con los amigos? ¿Llevábamos móvil para estar constantemente localizados o cogíamos el bocata, la bici y hasta la hora de cenar estábamos fuera?

La situación ahora es diferente y es habitual encontrar entre nosotros los llamados "padres helicóptero". Son aquellos padres que siempre están con un ojo encima de sus hijos. Progenitores hiperprotectores que sobrevuelan sin cesar sobre la vida de sus vástagos, pendientes a todas horas de sus necesidades, de sus deseos y de su futuro. El padre helicóptero está controlando continuamente a su hijo, le dice cómo y a qué debe jugar, cómo recoger, cómo actuar. Ante esta situación, los niños reaccionan de distinta manera: unos se vuelven desafiantes hacia sus progenitores, otros simplemente apáticos o se muestran muy frustrados.

Los padres sobreprotectores y ultracontroladores pueden tener un efecto muy negativo que afecte al desarrollo del niño para manejar de forma correcta sus emociones y comportamientos; los pequeños que tienen padres helicóptero son menos capaces de lidiar con los desafíos que demanda el propio crecimiento como pueden ser: comportarse bien en clase, hacer amigos o tener un buen rendimiento escolar.

Hay cada vez más padres helicóptero, padres apisonadora (que allanan el camino para que su hijo no tenga dificultades) y padres guardaespaldas (que se convierten en la sombra de sus hijos para que nada ni nadie pueda dañarles). Lo hacen con buena intención y con mucho cariño, pero, en ese afán

por controlarlo todo, acaban anulando la independencia y la autonomía de los niños.

Estos niños pueden ser más propensos a volverse altamente, ansiosos y deprimidos. Suelen ser chavales que no controlan sus cambios de humor, sus emociones, sus sentimientos y son más débiles a la hora de enfrentar los retos. Estamos creando niños demasiado dependientes que, a la hora de enfrentarse más adelante a las dificultades de la vida, van a sufrir más al no tener nadie que se las resuelva.

LOS PADRES DEBEN:

■ Guiar al pequeño para que éste consiga sus objetivos, sin interferir o solucionar el problema, sino proporcionando que él lo pueda hacer solo. Esta actitud facilitará un mejor desarrollo de su salud mental y física y le permitirá tener mejores relaciones sociales y éxito académico.

■ Los padres pueden ayudar a sus hijos a aprender a controlar sus emociones hablando con ellos sobre cómo entender sus sentimientos y explicándoles qué comportamientos pueden resultar de sentir ciertas emociones, así como las consecuencias.

■ También pueden ayudar a sus hijos a identificar estrategias de afrontamiento positivas, como la respiración profunda, escuchar música, colorear o retirarse a un lugar tranquilo.

Entre los principales beneficios está el aumento de autoestima de los niños, ya que se perciben a sí mismos como capaces de afrontar situaciones. Ayuda al menor a gestionar con eficacia emociones como la ansiedad, el miedo o la frustración.

Las claves para la educación son el apoyo y los límites, no la sobreprotección. Está bien que ayudemos a nuestros hijos a resolver ciertos problemas, pero siempre intentando implicarlos en la tarea, para que entiendan que hay una relación entre esfuerzo y recompensa, fomentando la autonomía.

La periodista y escritora Eva Millet, habla de que "los hiperniños" son el producto de una hiperpaternidad a la hora de criar y educar a nuestros pequeños, una crianza que les da de todo, les protege de todo y se les indica lo que deben ser. La crianza en la actualidad es monstruosamente intensiva. La sobreprotección infantil produce "niños

VUESTROS HIJOS NO SON VUESTROS HIJOS



Son los hijos y las hijas de la llamada de la vida a sí misma. Vienen a través vuestro, pero no de vosotros.

Y aunque estén con vosotros, no os pertenecen.

Podéis darles vuestro amor pero no vuestros pensamientos.

Porque ellos tienen sus propios pensamientos.

Podéis abrigar sus cuerpos pero no sus almas, pues sus almas habitan en la mansión del mañana, que vosotros no podéis visitar ni siquiera en sueños.

Podéis esforzaros en ser como ellos, pero no intentéis hacerlos a ellos como a vosotros.

Ya que la vida no retrocede, ni se detiene en el ayer.

Sois los arcos por los que vuestros hijos, cual flechas vivas, son lanzados.

Khalil Gibran

altar", pequeños que no saben defenderse, que no son autónomos porque se lo dan todo hecho. Se lo están dando todo resuelto".

DE LA MANO A LA ENTREVISTA

Una directora de Recursos Humanos entrevista a un chico que aspira a un trabajo. Al día siguiente, el padre del entrevistado le telefona para preguntarle qué tal ha ido. Ella le responde: "¿No cree que esta llamada que acaba de hacer es tan contraproducente que sólo por eso no voy a contratar a su hijo?".

Si usted se empeña en acompañar a su hijo a una entrevista de trabajo o rellenar por él la solicitud de ingreso en la universidad, es, un padre helicóptero.

Al final de trimestre cuando vienen las notas, muchos padres hacen lo posible y lo imposible para que sus hijos aprueben, aunque no hayan estudiado. Hasta llegan a justificar ante los profesores, mintiendo delante de los hijos, el que no hayan trabajado lo suficiente. Dicen incluso que han estado enfermos... Yo les preguntaría a estos padres: ¿Qué es mejor? ¿Que su hijo de nueve años apruebe el trimestre de Matemáticas o Lengua o que aprenda que no cumplir con sus responsabilidades tiene unas determinadas consecuencias?"

Los padres están para ayudar a caminar a los hijos, no para vivir por ellos.

