

La psicóloga María Luisa Ferrerós publica 'Abrázame, mamá', una guía para el desarrollo de la autoestima de niños y jóvenes

«A los hijos hay que achucharles aunque tengan 18 años»

FERMÍN APEZTEGUÍA BILBAO

Un abrazo es mucho más que una expresión de cariño. Especialmente, si quien lo recibe es un niño y ese niño es tu hijo. Cada gesto de ternura, sobre todo los que se dan gratis, sin que se pidan, refuerza en los críos, y en los que lo son menos, el sentimiento de que son seres queridos, valorados simplemente por ser quienes son, con su carácter, sus gustos, sus virtudes y sus defectos. La psicóloga catalana María Luisa Ferrerós, autora del libro 'Abrázame mamá', protesta porque cree que «nos estamos volviendo nórdicos» y reivindica el afecto, los besos y la ternura como una de las mejores formas de comunicación. Porque permite romper barreras y propicia un clima de cercanía y confianza. «A los hijos -afirma la especialista- hay que achucharles, aunque tengan 18 años».

Ferrerós, autora de diversos títulos, algunos muy conocidos, sobre psicología infantil y de la adolescencia, llegó ayer a Bilbao para presentar su nuevo libro, un guía revisada en la que aborda las claves para propiciar a los chavales una infancia feliz. Las recetas mágicas no existen. Cada niño y cada adolescente, como cada adulto, es una persona diferente a las demás, que responde en función de las lecciones aprendidas y de las heredadas a través de la genética. Ambos factores influyen por igual en la personalidad del individuo, cada uno de ellos a un 50%. Existen, sin embargo, algunas pautas, actitudes y valores que pueden favorecer los padres, que sí contribuirán en su desarrollo personal.

El camino a la felicidad de un niño comienza con la aceptación, por parte de los padres, del hijo que han tenido. «No todos tenemos el niño que soñamos», explica la experta. Una de las primeras decepciones de la mamá es



La psicóloga barcelonesa María Luisa Ferrerós, ayer en Bilbao. / MAITE BARTOLOMÉ

comprobar que el suyo no es el bebé sonrosado que se imaginaba, que encima llora, se hace caca y no te deja dormir. Después, se hace mayor y resulta que es lento, patoso y que no le gusta el fútbol. ¿Y qué pasa? «Pues que hay que quererlo y aceptarlo tal y como es. Esa es la manera de comenzar a que se desarrolle plenamente», dice la escritora.

«No le gusta el fútbol»

El instinto maternal es, según explica, como el amor a primera vista. No existe. Es una facultad humana aprendida, un vínculo que se crea entre los padres y los hijos y se va reforzando a fuerza de la experiencia de la vida. «A medida que les vas conociendo, les vas queriendo más, sabes qué cara pondrá ante determinada situación y aprendes a afrontarla junto a él. El cariño de verdad surge cuando le conoces, cuando eres capaz de sentir que tienes un hijo así y que, pese a todo, le quieres».

La falta de felicidad de un chi-

LA AUTORA Y SU OBRA



► Psicóloga infantil, profesora de la Universidad Politécnica de Cataluña, es también autora, entre otros, de 'Enseñale a aprender', 'Olvidate del pañal' y 'Enseñale a ver la tele'.
► 'Abrázame mamá' está editado por Planeta Prácticos (18 euros).

co no pasa desapercibida para sus padres. Existen múltiples indicadores de que las cosas van por buen o mal camino. Si el pequeño

juega y se relaciona con otros chicos con normalidad, no tiene miedos, va contento al colegio y duerme relajado, con las manos abiertas, todo va bien. Si deja de jugar, comienza a tener pesadillas y actúa de manera en que antes no lo hacía -por ejemplo, comía de manera escasa y ahorarlo hace de forma compulsiva- es el momento de detenerse a pensar qué pasa.

Los adultos deben tener siempre presente que los chavales no tienen su mismo lenguaje. Son incapaces de decir que viven inmersos en la tristeza o que su autoestima está por los suelos porque, sencillamente, esos son conceptos que no entran en su cabeza. Se expresan con sus silencios, sus pataletas, su aislamiento, con su falta de comunicación. «El tema verbal no es lo suyo. Los niños se expresan por pataletas. Muchas veces, cuando están enfadados y te dicen 'Déjame, no me toques', en realidad, lo que más desean y necesitan en esos momentos es que les achuches. Si lo haces, insis-

«Todavía le gustan mis cosquillas»

F. A. BILBAO

María Luisa Ferrerós tiene dos hijos. La mayor es una chica de 17 años. El pequeño tiene ya 14.

-Da usted clases en la Universidad, colabora con varios medios, escribe libros... ¿De dónde saca tiempo para abrazar a sus hijos?

-Realmente voy muy estresada. Intento que mi horario laboral coincida con el de sus clases.

-¿Y tan mayores no le dicen 'mamá, no seas pegajosa'?

-El niño de 14 se me tira encima. Le hago cosquillas, hace como que no y acaba enredado conmigo; y a la mayor, tampoco puedo decirle que no le gustan.

-Los niños ahora tienen veinte manos: los padres, la guardería o colegio, los abuelos, la canguro. ¿Cómo los educa con un único mensaje?

-No es fácil. En las casas ocurre hoy que hay un exceso de confianza y falta de límites. No puedes decir a un niño que se acueste a las ocho y al día siguiente dejarle hasta a las once. Yo intento reservar horas para ellos. Tengo que dar ejemplo. Lo contrario sería horroroso.

-¿Dónde fallamos los padres?

-Demasiada improvisación.

-Sincérese: de adolescente, ¿fue usted una bendita?

-No dí muchos abrazos; por eso ahora los reivindico.

-¿Su último abrazo?

-A mi hija, esta mañana, antes de salir de casa.

tirán: 'Déjame en paz', pero tú volverás a hacerles cosquillas y durrumbarás sus barreras».

Los niños, en definitiva, se desarrollan y crecen en función de la motivación que reciben. Su autoestima depende del calor que encuentran a su alrededor. «La felicidad -concluye María Luisa Ferrerós- no depende de un abrazo, pero un abrazo es para un niño una prueba de amor; y eso sí contribuye a su felicidad».

■ f.apetzegua@diario-elcorreo.com

LOS DIBUJOS HABLAN DE LAS COSAS QUE LOS NIÑOS AMAN, LAS QUE LES EMOCIONAN Y LAS QUE LES ANGUSTIAN



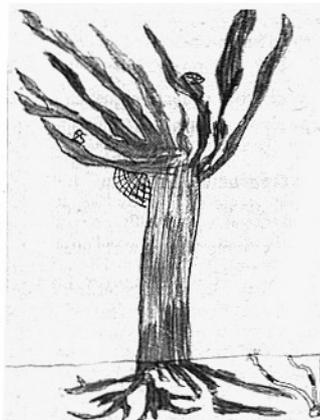
La familia de Susana (8 años)

► Susana se ve como su madre, aunque no se parecen. El padre carece de importancia en su vida (en medio de sus hermanos). Dibuja a sus padres separados.



Los garabatos de Irene (21 meses)

► Lo positivo: el colorido, con colores secundarios, trazo suave y redondeado. Lo negativo: al final, tacha el dibujo (tendencia a la tozudez).



«Impresionante» árbol (Julio, 9 años)

► Con grandes raíces, gusanos y una telaraña. Sólo una nota de esperanza: el nido.