

ARTÍCULO DEL MES N°3

Sobreprotección infantil: las terribles consecuencias de no dejarles crecer

Cuando no dejamos que hagan aquello que son capaces de hacer

El **instinto de protección** es algo innato a la maternidad; de no ser así, nos habríamos extinguido hace tiempo. Los seres humanos nacemos tan inmaduros e indefensos que sin los cuidados y la protección de nuestros progenitores no sobreviviríamos. Es natural e imprescindible que sintamos ese instinto de protección cuando cogemos a nuestro hijo recién nacido **en brazos**, que nos despertemos en mitad de la noche para **comprobar que respira**, que nos pasemos el día pendientes de que no pasen frío ni calor...



Cuando van creciendo siguen necesitando nuestra protección en determinadas situaciones: para cruzar la calle o ante una situación de peligro, por ejemplo, es lógico que estemos alerta. Pero hay un momento en que es necesario soltar, confiar en ellos, **dejarlos crecer y evolucionar**; y si no somos capaces de hacerlo entramos en un modelo de educación basado en la **sobreprotección**, que lejos de protegerlos, acaba perjudicándoles a medio y largo plazo.

¿Cuándo dejamos de proteger y empezamos a sobreproteger?

Es difícil establecer qué forma parte de la protección que, como padres, debemos proporcionar a nuestros hijos, y qué podríamos considerar ya como una actitud superprotectora. ¿Cómo saber dónde está el límite? **María Montessori** decía que «cualquier ayuda innecesaria es un obstáculo para el desarrollo».

Esta premisa de «seguir al niño» en su desarrollo puede darnos la pista para saber si estamos ejerciendo la protección lógica que debemos procurar a nuestros hijos o, por el contrario, estamos **entorpeciendo su desarrollo**, en uno u otro sentido, en nuestro afán de protegerlos y facilitarles la vida.

Formas de sobreprotección

1. Frenar su desarrollo

Suelen prevalecer nuestros miedos sobre sus capacidades. Él ya quiere subir las escaleras solo pero nos empeñamos en darle la mano. Ella quiere comerse el plátano con sus manos y nos empeñamos en triturárselo de alguna manera y dárselo nosotros. Él quiere nadar sin manguitos y nos empeñamos en ponérselos. Ella quiere ir a la excursión de fin de curso y nosotros no la dejamos porque no queremos que pase la noche fuera de casa.

Mamá, papá, ¿qué está motivando tus decisiones? ¿Mi naturaleza o tu miedo? Si aún no es mi momento, nadie debe forzarme a ir más allá; pero si quiero intentarlo, tu miedo no debería frenarme.

Es imposible proteger a nuestros hijos de todo, estar vivo implica riesgos. ¿Dónde está la línea roja? Es difícil saberlo. Cada familia tiene una historia personal que le condicionará a la hora de establecer sus

propios límites pero no está de más tomar consciencia de **cuál es el motivo que está actuando como motor**.

Si un niño no está preparado para hacer algo, lo más probable es que no quiera intentarlo. Si quiere hacerlo seguramente es porque **ha llegado su momento para hacerlo**, ya sea subir las escaleras, nadar o dormir fuera de casa.

Eso no quiere decir que todo vaya a ir bien a la primera, puede que se caiga o que llame en mitad de la noche para que vayamos a recogerla. Así es la vida. Ensayo y error. ¿Seguro que queremos negarles **la experiencia de crecer a su ritmo** para evitarles cualquier pequeño contratiempo?

2. Hacer cosas por ellos que ya saben hacer

Vestirlos, bañarlos, darles de comer, prepararles la mochila... llega un momento en el que **nuestros hijos están preparados para hacer por sí mismos cada cosa**. Y, sin embargo, a menudo, porque es más rápido, por comodidad o porque nos da pena que crezcan, seguimos haciéndolo por ellos.

Hay un tiempo natural en el que, aunque ya sepan hacerlo solos, nos piden de vez en cuando que los ayudemos o lo hagamos por ellos. No se trata de ser inflexibles y negarles nuestra ayuda si la piden de forma ocasional; pero si por sistema nos encargamos de hacer las cosas por ellos **tampoco estamos respetando su ritmo de desarrollo**.

Hay una lectura, además, muy fea para el desarrollo de su autoestima. «Yo no sé hacer las cosas. Papá o mamá lo hacen mejor que yo. Yo soy muy torpe o muy lento»; cuando en realidad, **forma parte de su desarrollo natural que se equivoquen o que se manchen**.

3. Asumir sus responsabilidades

No es raro escuchar a algún niño en el cole justificar que no ha traído algo a clase porque «es que a mi madre se le ha olvidado metérmelo en la mochila». Bueno, está claro que un bebé que va a la escuela infantil no puede hacerse cargo de preparar su muda, su desayuno y sus pañales, pero en algún momento entre el primer ciclo de infantil y el final de la primaria deberían ir asumiendo algunas responsabilidades.

Colaborar en las tareas de casa, preparar su maleta para ir de viaje... si no dejamos que asuman ninguna responsabilidad **les estamos negando la posibilidad de desarrollar su potencial** en este sentido.

Resolverles todas las dificultades sin permitir que ellos desarrollen sus propias estrategias o experimenten las consecuencias de sus decisiones es una fórmula perfecta para enseñarles a ser **irresponsables e inseguros**.

4. Evitarles cualquier frustración

Hay algo de natural o instintivo en querer evitar que nuestros hijos sufran, no lo vamos a negar. Pero evitar cualquier sufrimiento en sus vidas es una utopía, una batalla perdida de antemano.

El sufrimiento forma parte de la vida y tendrán que atravesarlo en algunos momentos, así que es mucho más útil para ellos que les enseñemos a atravesarlo y a gestionar su frustración. Hoy podemos comprarle un juguete para evitarle el berrinche porque otro niño no ha querido compartir con ella el suyo en el parque. Hoy podemos llegar nosotros tarde al trabajo para volver a casa y acercarle al colegio el trabajo que tenía que entregar y se ha olvidado en casa. Pero mañana su novia adolescente le dejará porque se ha enamorado de otro o no conseguirá el trabajo que tanto deseaba; y **no podremos estar allí siempre para allanarles el camino**.

Si queremos que nuestros hijos sean **personas resilientes**, capaces de enfrentarse a las adversidades y salir fortalecidos de ellas, tendremos que permitir que, desde pequeños, en ciertas situaciones, vayan entrenando los «músculos» de la frustración.

¿Qué aprenden los niños sobreprotegidos?

Las conclusiones a las que puede llegar un niño sobreprotegido son varias y dependerán, no solo de nuestra forma de tratarlos, sino también de su propia personalidad y su manera de percibir el mundo. Algunos de los mensajes que un niño sobreprotegido puede interiorizar son:

- **El mundo es un lugar peligroso del que necesito que me protejan.** Porque los miedos también se aprenden y si continuamente dejamos que sean nuestros temores los que manden en nuestras decisiones como padres, a la larga ellos también le darán demasiado poder al miedo en sus vidas.
- **Mamá y/o papá no confían en mí.** Todo el día pendientes de ellos, supervisando cada paso que dan, haciendo cosas por ellos... es fácil que concluyan que no son dignos de nuestra confianza.
- **El error es algo que debo evitar a cualquier precio, es mejor no intentarlo que correr el riesgo de equivocarme.** Si mi familia pone tanto empeño en que nunca haga nada solo ni cometa errores será por algo. Si, incluso cuando los cometo, intentan rescatarme de las consecuencias, será porque es mejor estarme quietecito que correr el riesgo de hacer las cosas mal.
- **Soy un inepto, no sé hacer bien las cosas.** «Así no que te manchas, deja, ya lo hago yo». «No puedes subirte ahí, que te vas a caer». «A ver, trae, si es que no sabes, ya te ato yo las zapatillas». Parece evidente que este tipo de mensajes nos convierte a nosotros en sus dioses salvadores que todo lo saben y lo pueden, pero, ¿cuál es el precio? ¿Qué estamos haciendo con su autoestima y su confianza en sí mismos?
- **Los demás tienen la obligación de facilitarme la vida.** A fuerza de costumbre, si siempre se lo damos todo hecho, esperarán que la vida funcione de esa manera; con el correspondiente choque frontal con la realidad.
- **La vida es horrible.** Ante cualquier contratiempo, pueden verse **incapaces de afrontar la adversidad** si no hemos permitido que se enfrenten a dificultades y aprendan a desarrollar estrategias para sacarse las castañas del fuego cuando las cosas se complican un poco.



Es importante tomar conciencia

Muchos de los padres de hoy en día fuimos educados en un sistema **excesivamente autoritario** en todos los ámbitos: **familia y escuela**. En un intento de evitar que nuestros hijos pasen por lo que nosotros pasamos, muchas familias caen en **un exceso de protección** que, lejos de conseguir su objetivo, acaba también cortándoles las alas a los hijos.

Confiar en ellos, en sus capacidades. Perder un poco de tiempo hoy para que hagan las cosas por sí mismos, para ganarlo mañana sin tener que ir detrás de ellos para que se hagan cargo de sus cosas. **Soltar, delegar, entender que no siempre nos necesitan para todo**. Asumir que no podemos construirles una burbuja protectora que los aisle del mundo, pero podemos hacer algo mucho más valioso: acompañarlos de forma respetuosa en su crecimiento para que **sepan jugar las cartas** que la vida les reparta.

[ENTRADAS](#) | [CURSOS/SEMINARIOS](#)



SILVIA GUIJARRO

SILVIA GUIJARRO Madre de una niña y un niño. Maestra de Educación Primaria y Educadora de Disciplina Positiva para familias. Desde 2007 he trabajado en diferentes colegios públicos, con niños de entre 6 y 12 años, prestando especial atención a la educación emocional en esta etapa. En 2017 me certifiqué por la Positive Discipline Association como Educadora de Disciplina Positiva para familias y, actualmente, preparo talleres para compartir con otras familias herramientas para criar y educar de forma respetuosa.

WEB : [HTTP://MADREMAESTRAYMUJER.WORDPRESS.COM/](http://madremaestraymujer.wordpress.com/)