



**Resumen Tertulia día 19 de enero del 2009**

**"LAS RELACIONES EMOCIONALES DENTRO DE LA FAMILIA"**

**INVITADA ESPECIAL: GEMMA CÁNOVAS**

Tiene amplia experiencia como psicóloga en centros psicopedagógicos y asesora en Centros de Educación Infantil y Primaria.

Lleva muchos años trabajando como psicoterapeuta en su consulta privada.

Especialización progresiva en aspectos relativos al ejercicio de la maternidad. Su último libro: "El oficio de ser madre. La construcción de la maternidad"

También coordinó la colección "Tu Hijo" de la editorial RBA

Colabora como psicóloga en ADDIF  
(Asociación en Defensa del Derecho de Infancia en la Familia)  
desde el año 2000

Iniciamos la tertulia con la pregunta: ¿cómo podemos mejorar la comunicación entre padres e hijos? Algunas respuestas fueron las siguientes:

- Aprender a escuchar
- Comprometiéndose tanto el padre como la madre en un proceso propio de desarrollo personal con el fin de no "contaminar" a sus hijos con sus asuntos pendientes.
- Practicar la empatía para reconocer los límites en el otro.
- Saber transmitir de forma adecuada la información a los hijos.
- Comunicarse con los hijos desde el respeto.

Todos coincidimos en que es fundamental que los padres se ocupen de conocerse mejor y trabajar su historia personal porque muchas veces reproducen patrones de conductas obsoletos que, a su vez han aprendido de sus padres. Se hace necesario ir cerrando los asuntos pendientes de los padres con el fin de ir modificando de forma positiva sus actitudes hacia la educación de sus hijos. Seamos conscientes de que la historia vital del padre y de la madre pueden interferir en la comunicación

empática con los hijos. Como decía Freud: “Cada individuo es hijo de su tiempo”, frase que nos brindó nuestra invitada.

Los padres sufren una falta de referencia y de apoyo social para criar y educar a los hijos. Una tertuliana comentó que “dos (el padre y la madre) no son suficientes para educar a un hijo”, haciéndose necesario el apoyo de una comunidad o red social que también se implique en la educación de los niños.

Los niños carecen de tiempo para relajarse ya que muchos padres se ocupan de transmitirles una disciplina y unas normas, lo cual dificulta la comunicación relajada con el niño. En general a los adultos también les falta tiempo para aprender a sentirse un poco niños y, como comentó otra tertuliana, ponerse a la altura del niño o niña con tal de descubrir cómo se ve el mundo desde ahí.

Es muy importante apoyar la autonomía psíquica del niño para favorecer su felicidad.

Si observamos un poco a nuestro alrededor vemos que son normalmente los hijos los que se adaptan a los ritmos de los adultos. Por esta razón vemos niños corriendo por la calle detrás de sus padres con un sentido de urgencia que no es propio de su edad. El concepto de tiempo no es el mismo para los niños que para los adultos y esto es importante tenerlo en cuenta. Es necesario que los adultos se acerquen más a los niños, adaptándose a su forma de funcionar. También es saludable para el niño permitirle que experimente, aunque se manche, se ensucie o se haga un rasguño en su rodilla. Además de disciplina, los niños también necesitan opciones sensatas que les permita ejercer su libertad como niños.

Por tanto, podemos educar a los niños sin ahogarlos, dejándoles crecer. Sobreproteger a los hijos no es positivo.

La identidad de género muchas veces condiciona la educación de los hijos, siendo importante respetar su individualidad más allá de su género.

Los padres deben ponerse de acuerdo en el estilo educativo para evitar confundir a los niños cuando la madre tiene una forma de educar distinta a la del padre o al revés.

Nuestra identidad como padres o madres se va construyendo a lo largo de los años y, durante este tiempo es normal que nos equivoquemos, que nos cansemos, nos levantemos y continuemos.

Una tertuliana comentó que es saludable acostumar a los hijos a estar consigo mismos, a conectar con sus emociones y con su espíritu, alejándoles a ratos de todos los estímulos externos. Asimismo debemos ayudar a los niños a entender sus emociones y las emociones de los otros.

En cuanto a los tabúes, se dan mucho en los entornos familiares, aquello que no se dice por miedo genera malestar y, a veces, patologías.

Una tertuliana comentó que las madres como colectivo sufren aislamiento. Por un lado, la maternidad está idealizada pero, por otro lado, está penalizada por el tipo de sociedad en que vivimos.

Es importante que las madres se sientan sujetos. El descuidarse de sí mismas para cuidar al otro es una creencia de muchas madres que procede de un arquetipo ideal. Las mujeres han de defender un espacio propio donde mimarse y sentirse sujetos más allá de sus roles como madre. En este sentido, es saludable que sintamos que conducimos nuestra vida en lugar de sentirnos conducidas. Se trata de reconquistar nuestra autonomía personal como personas.

No debemos ser rígidos en los roles de padre o de madre. La madre también puede imponer autoridad y el padre también puede mostrarse empático, sensible y comunicarse con los hijos desde las emociones.

Se está promoviendo una madurez precoz en los niños. Desde pequeños se les exige una autonomía que no pueden ejercer. Y, para que el niño se sienta autónomo ha de sentirse antes dependiente.

También el niño/a necesita que se le proporcione un lugar diferenciado dentro de la familia, que no se sienta una prolongación de sus padres. Que se sienta que tiene una vida distinta a la de sus padres. De esta forma evitaremos que se sienta frustrado.

Termino con una frase de nuestra invitada, Gemma Cánovas: “Una sociedad que descuida a los niños descuida a la propia sociedad”.

Desde aquí quiero agradecer las ganas de compartir y las aportaciones tan ricas de todas las personas que participaron en la tertulia.

Y, una dedicatoria especial a todos los seguidores del Portal que leen estos resúmenes.



*Mayte Saavedra Talavera  
Fundadora-Directora del Portal de Inteligencia Emocional*