



AUTOESTIMA: Mi hijo es introvertido, inseguro, ¿puedo ayudarlo?

Autores: Mirtha Cucco y Alfredo Waisblat

Artículo publicado en la revista "Pasitos". Córdoba, Argentina, 2010

Imaginemos esta escena en una plaza: varios niños corriendo y trepándose a los juegos, algunos relacionándose, otros "inter-reaccionando" entre ellos corriendo sin ton ni son, chocando entre sí, con poca capacidad de ver al otro, y un niño sentado en un banco al lado de su madre, mirando a los niños jugar. En su mirada se reflejan las ganas de salir y sumarse a la selva enmarañada en la que se convierten la "trepadora y el tobogán", pero en algún punto, también el sentirse inhibido de hacerlo.

"Es un poco tímido", explica la madre a quienes se acercan infructuosamente para invitarlo a participar. Y también puede pensar "¿tendrá un problema de autoestima?", "No sé cómo ayudarlo".

Un análisis preliminar

En primer lugar, debemos tener mucho cuidado con las etiquetas, porque son como trampas de las cuales luego es muy difícil salirse (tanto para el niño como para la familia).

Por otro lugar, es importante poder reconocer y abordar los malestares cotidianos que se sufren, pero que no se analizan ni cuestionan por considerarse “normales”, y que sin embargo conllevan grandes costos en salud (desde la concepción de la Metodología ProCC, esto se denomina “Normalidad Supuesta Salud”). Por ejemplo, en esta “normalidad” nos encontramos con padres sacrificados, agobiados, superados, desorientados, con serias dificultades con los desprendimientos (“no hay forma que deje el chupete”, “siempre llora cuando me voy”, “se hace pis, pero ya controlará”), con el ejercicio de la autoridad (“es que nos puede”, “siempre se sale con la suya”, “todo lo que quiere lo termina consiguiendo”, en lugar de que “todo lo que puede hacer, tiene que hacerlo” lo cual potencia su autonomía).

Entonces, en general, nos encontramos con una crianza en donde la relación crecer, autonomía, límites y ejercicio de la autoridad está distorsionada, y esto favorece diferentes tipos de dependencia.

El rol del adulto en la construcción de la autoestima

A lo largo de la crianza, el adulto debe favorecer el desarrollo de las habilidades del niño. En este sentido, definimos el proceso de crecer como un “camino de sucesivos desprendimientos que en función de cada nueva capacidad, va articulando la autonomía” Cuando hay desarrolladas nuevas habilidades, el niño debe ejercitarlas y hacerse cargo de las mismas, esto lo hará ser más autónomo, más separado de sus padres en el sentido de dependencias ya innecesarias, y por ende más valioso. “Todo lo que puede hacer, tiene que hacerlo”. Este mensaje de potencia, de valor, aumenta gradualmente la autoestima y la seguridad del niño. Los procesos de separación, la capacidad generosa del adulto de renunciar a “ser todo para mi hijo” y los límites frente a las nuevas capacidades, son los artífices que determinan los lugares, que tanto el niño como los adultos deben ocupar para satisfacer sus necesidades.

Ejemplos sobran: un niño que ya tiene la habilidad para comer solo, debe hacerlo, aunque se ensucie o después de comer unas cucharadas, entregue al adulto la cuchara (con o sin pataleta) para que le den en la boca. En situaciones tan sencillas y cotidianas como éstas, se está planteando la resolución a la pregunta implícita ¿Puedo o no puedo hacerlo? Podemos decirle que sí puede y entonces se sentirá más valorizado y se lo estará ayudando a dar un paso hacia la autonomía, se le estará poniendo un límite para que crezca (y no para que obedezca). O, por el contrario, podemos decirle “ mirá cómo te ponés, se te enfría!!”, “dejá, dejá que te lo doy yo y así acabamos antes”, etc. y comenzar a dárselo; esta actitud dejará al niño más dependiente, inhibiendo capacidades.

Esto vale para todos los ámbitos en los que el niño desarrolla su actividad y sus potencialidades, tanto en la casa como en la escuela. Los educadores deben estar pendientes de las capacidades de los niños, y promover el desarrollo de las mismas y de su autonomía. Es importante acompañar al niño en el desarrollo y afianzamiento de estas capacidades, pero cuando el niño ya está en condiciones de hacerlo solo, el adulto debe retirarse para darle el espacio necesario a la adquisición. Esto le permite al niño sentir la experiencia de su individuación con un sentimiento de unidad y de estima de sí.

Para operar estas separaciones que permiten la discriminación constante de sí, es necesario acceder a la capacidad de elaborar duelos saludables frente a cada desprendimiento (ejemplo: “no necesito más chupete, me da penita pero me despido”, en lugar de “no está más porque se cayó por la ventana y se lo llevó el gato”).

También es importante la construcción del lugar. Desde los primeros momentos del puerperio (y aún antes, en el deseo de los padres), el niño debe ser situado en el lugar de tercero diferenciado, un espacio que le permitirá trabajar el lugar y proyectos propios a lo largo de toda la vida.

Un niño que está en su lugar, habilitado para lo que puede, estimulado para lo nuevo, socializado desde el vínculo humano y no desde la telemática, tendrá las condiciones necesarias para sentirse valioso y poder desarrollar las habilidades para relacionarse. En estos procesos, padres y educadores tienen mucho que hacer, ya que como observamos, hoy vivimos en la apología de la búsqueda del cumplimiento inmediato de deseos, la dificultad con las normas y con el esfuerzo, junto a la negación de la idea de proceso, lo que entorpece los aprendizajes, cuando no los impide.

Considerar las dificultades que sufren los niños hoy, que, como decía un maestro, “están abocados a hablar mucho, escuchar poco y pensar nada” incide directamente en afianzar la autoestima evitando tanto la hiperactividad y el descontrol, como las diversas formas de retraimiento; y permite a su vez diferenciar otras manifestaciones, que se catalogan bajo “lo tímido”, “lo retraído”, “lo inhibido”, que pueden requerir una atención particular, que dependerá del grado de inhibición y perturbación que impliquen, en los procesos sociales en los que debe constituirse y desarrollarse un niño.