

La educación como prevención de problemas psicológicos

MARGARITA REVENGA*

En las últimas décadas la medicina ha puesto un especial énfasis en la importancia de la prevención de enfermedades, consciente de que, por muy eficaz que pueda ser su tratamiento, es mil veces preferible evitar su aparición a tener que curarlas cuando ya son inevitables. Del mismo modo, parece perfilarse claramente que la psicología está destinada a proceder de manera similar y que en un futuro inmediato será precisa la gestación de una psicología preventiva capaz de atajar el desarrollo, de proporciones cada vez más alarmantes, de conflictos psicológicos que, sin pertenecer en sentido estricto al campo de la psicopatología,

dan lugar a una problemática sumamente conflictiva en infinidad de hogares.

Aunque el campo de acción de la prevención de posibles desequilibrios psicológicos sin duda ha de ser muy amplio y variado, parece evidente que debe iniciarse en el marco familiar, y que la crianza y educación de los hijos ha de ser la piedra clave de dicha prevención. En la actualidad está surgiendo una nueva corriente de “psicología ecológica” que apunta en esta dirección al replantear la psicología del desarrollo a la luz de la interacción entre la persona y su ambiente.

El psicoanálisis, que tan hondo poso ha dejado en los hábitos de nuestra sociedad, hizo hincapié en la importancia decisiva de los primeros años de vida en la estructuración de la personalidad. Esta creencia, que tan profundamente ha calado en la concepción del desarrollo psicológico vigente en nuestra época, ha propiciado como contrapartida un relativo abandono, o cuando menos una subestimación de los procesos educativos propiamente dichos dentro del núcleo familiar. A esto se han sumado una serie de cambios en la estructura familiar que tiene su origen en muy diversos factores: en primer término, en la reducción de la familia, no sólo por el drástico descenso de la natalidad —empieza a ser inhabitual que un niño tenga más de un hermano y la condición de hijo único ha dejado de ser excepcional—, sino también por la desaparición de una serie de personas que a menudo ensanchaban el núcleo familiar, como pudieran ser abuelos, tíos y otros familiares, sin perder de vista a las personas encargadas de las tareas domésticas, que hasta hace no mucho tiempo en nuestro país tenían un considerable grado de incorporación a la vida familiar; en segundo término, a la progresiva incorporación de la madre al mercado laboral, con la reducción que ello implica del tiempo de dedicación a la crianza y educación de los hijos y con la consiguiente anticipación de la edad de escolarización de los niños, cuyos contactos humanos dentro del hogar se han visto considerablemente restringidos, cuando no suplantados por la presencia impersonal de artefactos como la televisión, la radio o el ordenador, a los que a veces imprudentemente se confiere el papel de educadores. La asunción plena de las responsabilidades de los padres como educadores de sus hijos ha de ser, sin duda, uno de los primeros pasos para lograr una eficaz prevención psicológica dentro del hogar.

Hasta hace no muchos años los roles en la familia estaban perfectamente delimitados: el padre debía aportar una autoridad tranquila y vigorosa, que proporcionara al niño el ideal

varonil necesario para su desarrollo; la madre era esa figura capaz de ofrecer una ternura armoniosa y serena; los abuelos constituían un importante refuerzo de las imágenes parentales; los hermanos iniciaban a edad muy temprana la rivalidad que conlleva el comienzo de la socialización. Esta nítida delimitación de roles facilitaba la crianza, que quedaba en buena medida automatizada, gracias a la asunción inconsciente de sus cometidos por cada miembro de la familia.

En la actualidad, como ya se ha apuntado, este esquema ha sufrido considerables modificaciones: el padre ha de ser competitivo al tiempo que se espera de él que sea capaz de desarrollar una ternura a la hora de atender a la crianza de sus hijos, en la que a menudo debe asumir cometidos que anteriormente estaban confiados a la madre; ésta, por su parte, debe ser agresiva y competente en su trabajo, sin por ello dejar de aportar la serenidad y ternura que se espera de ella al ocuparse de sus hijos. La asimilación de esta modificación y flexibilización de los roles familiares han violentado la estructura de la familia vigente durante siglos, exigiendo una adaptación a las circunstancias que no ha resultado fácil y cuyas consecuencias se han dejado sentir en un considerable incremento de la problemática psicológica dentro de la familia.

Ser padres es una tarea que comienza, en forma de proyecto, antes de que el niño sea concebido. A partir del momento del nacimiento, son varias las personas que se ven implicadas en su crianza. La familia tiene el deber de alimentarlo, darle todo lo que necesita y prepararlo para asumir un proceso que se establece a lo largo de los primeros años y que culmina con la socialización del niño en el ámbito escolar. Es decir, además de los cuidados elementales que aseguran la supervivencia y bienestar físico del niño —alimentación, higiene, salud—, el medio familiar es también responsable de velar por otros aspectos de naturaleza anímica, como

pueden ser necesidades afectivas o aspectos morales e intelectuales.

En la proximidad inmediata de los padres, el niño aprende inicialmente a través de la observación. A medida que aumentan sus capacidades físicas y mentales, el niño va desarrollando el gusto por la imitación y por la propia actividad. El lapso comprendido aproximadamente entre 0 y 6 años es un período de preparación y aprendizaje como individuo social en el seno de la familia, a lo largo del cual el niño se enfrenta a los primeros pasos en el desarrollo de su sensibilidad y a los primeros conflictos emocionales. Es ésta una etapa de fuertes tensiones afectivas, durante la que el niño es débil y carece de recursos intelectuales para afrontar sus conflictos y para asimilar sus emociones. Sus intereses, todavía muy limitados, se reducen las más de las veces, en el modelo familiar hoy vigente, a la figura del padre, de la madre y de los hermanos —si es que los tiene. Sobre la base de estas relaciones se va forjando una identificación que permite al niño sentirse seguro y salir de sí mismo para acceder a una realidad más amplia.

Generalmente los adultos tienden a pensar que los sentimientos de un niño en edades tempranas tiene escasa importancia. No siempre se tiene presente que el niño siente con fuerza extraordinaria, es asombrosamente receptivo y se debate a menudo entre sentimientos contrapuestos. Esta situación le produce una tensión cuya superación requiere una vía de liberación que no es otra que la *exteriorización*. La exteriorización libera y, en definitiva, toda terapia psicológica se fundamenta en este principio. Para ello, los padres deben inducir a sus hijos a confiarse y manifestarse libremente a través de cualquiera de las formas posibles de expresión infantil (verbal, lúdica, artística...); es en este terreno donde los padres pueden y

deben ejercer de manera natural, pero trascendente, como educadores.

Por desgracia, es cada vez más frecuente que no exista un verdadero contacto entre los miembros de la familia, o que este contacto sea excesivamente superficial y carezca del sosiego y de la riqueza de matices que la verdadera educación requiere. Las excesivas ocupaciones de los padres dificultan a menudo en nuestro modelo de familia actual la posibilidad de prestar el grado de atención indispensable para lograr que el niño pueda realmente confiarse, expresarse, comentar y compartir lo que le ha ocurrido a lo largo de su jornada escolar. Los padres, a menudo, no se toman lo bastante en serio las fantasías, los anhelos o las inquietudes de sus hijos en edad temprana, en una pérdida de perspectiva que hace aparecer a sus ojos como minúsculos o inexistentes los problemas que para ellos tienen dimensiones extraordinarias. Si los padres responden con indiferencia o dejan entrever que carecen del tiempo necesario para prestarles la atención que requieren, entonces el niño se repliega sobre sí mismo y esa carga emocional que no ha logrado exteriorizarse en el momento preciso, no sólo no desaparece, sino que se vuelve contra él convirtiéndose en el posible origen de futuros problemas, en el germen de conflictos psicológicos o de trastornos de la personalidad cuya manifestación puede tardar mucho tiempo en salir a la superficie.

A esto hay que añadir el hecho de que algunos padres, que han sido víctimas a su vez de una desacertada educación desde el punto de vista emocional, tienden a repetir miméticamente el modelo educacional recibido, incluso a sabiendas de sus carencias y limitaciones. Es frecuente que este tipo de padres adopten actitudes que no responden realmente a su forma de ser y repitan clichés aprendidos a partir de estereotipos que tienen muy poco de auténticos. Cuando la falta de naturalidad se interpone entre padres e hijos, se produce un

forzoso distanciamiento que da como resultado un bloqueo del contacto afectivo imprescindible para un adecuado desarrollo psicológico.

Al mismo tiempo, es sumamente común en la actualidad la inversión de la situación que acabamos de describir, produciéndose “conductas reactivas” que llevan a los padres a adoptar modelos educacionales absolutamente contrarios a los que creen haber recibido de sus padres, lo que conduce nuevamente a resultados carentes de naturalidad y por tanto inauténticos, con el agravante, acaso, de tratarse a menudo de modelos educativos carentes de tradición ante los cuales los padres están desprovistos de pautas de ajuste y corrección. Se detecta en la actualidad un temor a establecer pautas educacionales excesivamente directivas, que coarten la “libertad” del niño, lo que da como resultado que no pocos niños se desarrollen en un clima de desatención, de falta de límites y de carencia de normas de comportamiento. Todo ello da lugar a una “falsa libertad” en un momento en que no es libertad lo que el niño requiere, sino cauces y modelos comportamentales a seguir que le sirvan de referente u orientación.

No estaría de más en el momento actual que los padres retornaran al concepto de educación tan claramente expresado por la vieja definición del diccionario de la Academia, para el que educar es “*desarrollar o perfeccionar las facultades intelectuales y morales del niño o del joven por medio de preceptos, ejercicios, ejemplos, etc*”, definición que incuestionablemente implica una tarea difícil que requiere gran esfuerzo y fina sensibilidad por parte de los padres. A través de una verdadera educación, en el sentido más elevado del término, los padres pueden ir modelando una personalidad que en su momento pueda llegar a ser independiente.

Al menos desde la obra de Freud es un hecho consabido que los problemas afectivos tienen grandes repercusiones en el desarrollo

intelectual. El deficiente desarrollo de la sensibilidad, de la capacidad de sentir, puede correr parejo a un deficiente desarrollo de las capacidades cognitivas. Los padres se preocupan sobremanera por los resultados escolares, pero no siempre se cuestionan las causas que los originan. Una educación en exceso directiva puede impedir, ciertamente, que el niño desarrolle todas sus potencialidades, pero también un exceso de permisividad puede dejarlo indefenso frente a sus propios conflictos y carente de los recursos necesarios para conducirse en sociedad.

¿Dónde situar pues el equilibrio? ¿Cómo propiciar en la medida de lo posible la salud mental en nuestros hijos?. La cuestión crucial estriba acaso en que los padres se conviertan en auténticos modelos con los que el niño pueda identificarse. Cuando el niño crece con unas figuras parentales que le aportan seguridad, cuando los padres verdaderamente se implican en su educación, mostrándose comprensivos pero también enérgicos, entonces es cuando el niño puede llegar a desarrollar una confianza en sí mismo que le permita pensar y sentir por su cuenta, que le permita realmente ser libre en sus elecciones. Al fin y al cabo, pocas cosas favorecen el equilibrio del niño como el tener claras las directrices que ha de seguir. Cuando los niños crecen en un ambiente de padres inseguros, incapaces de decisión, temerosos o excesivamente indecisos a la hora de marcarles pautas de conducta, tienden a buscar otros “padres” fuera de la familia que suplan estas carencias.

Nuestra época ha sometido a revisión los hábitos educacionales heredados del pasado y las conquistas de la psicología del s. XX han supuesto un giro copernicano en nuestro conocimiento de la mente humana. Es comprensible, por tanto, que hayamos pasado por una época de replanteamiento y desorientación en la que muchos valores tradicionales habían de entrar forzosamente en

crisis. Pero hora es ya de recuperar nuestra confianza como padres y de fortalecer la hoy menoscabada identidad familiar; de dejar de transmitir a nuestros hijos la inseguridad en la que una época de grandes cambios nos ha podido sumir. El reto consiste en educar a nuestros hijos con una serie de valores precisos que, sin resultar anacrónicos ni ser necesariamente los mismos de épocas anteriores, puedan allanarles el acceso al arte de vivir.

En una época en que los padres con frecuencia experimentan un desmedido pudor a la hora de transmitir a sus hijos pautas de comportamiento, y a cuyos ojos el desarrollo o la transmisión de un pensamiento moral se presenta a menudo como algo trasnochado o definitivamente superado, resulta paradójico que precisamente la psicología sea la que se ha preocupado en profundidad y de manera científica por los mecanismos del desarrollo del pensamiento moral. Se diría que nuestra cultura ha transmitido de algún modo a los padres las incertidumbres planteadas por el psicoanálisis y tal vez, hasta cierto punto, las aportaciones de Piaget a la psicología del desarrollo; pero hasta la fecha no parece haberse dejado sentir el influjo de otras corrientes de la psicología moderna, como las importantísimas aportaciones de Kohlberg, Hoffman, Selman o Coles en el campo de la psicología de la inteligencia moral.

Podría resumirse lo dicho concluyendo que el s. XX ha presenciado un novedoso y positivo replanteamiento de la educación, ha desarrollado un alto grado de análisis de los procesos y mecanismos educacionales y ha creado una saludable conciencia crítica en padres y educadores; pero, como toda renovación, este proceso ha supuesto también una profunda crisis de las tradiciones en materia de educación, dando lugar a una considerable desorientación, propiciando actitudes extremas y, sobre todo, fomentando un cierto abandono por parte de padres y educadores de sus

responsabilidades educativas. La pérdida de la naturalidad y la desconfianza en el propio instinto es, quizá, el gran riesgo de los padres actuales. Es indudable que la psicología está aportando por primera vez en la historia soluciones eficaces a los problemas psicológicos, pero esto no quita para que una educación responsable constituya la más eficaz prevención desde el medio familiar de infinidad de conflictos psicológicos cuya génesis podría haber sido evitada sin necesidad de intervención psicoterapéutica.