

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Entrevista de Eduard Punset con Jay Belsky, psicólogo del Birkbeck College de la Universidad de Londres. Londres, diciembre de 2008.

Vídeo del programa: <http://www.smartplanet.es/redesblog/?p=380>

A edades tempranas, la recompensa funciona mejor que el castigo
Jay Belsky

Eduard Punset:

Hace muy pocos años, nadie hablaba de a ver qué les pasaba a los niños o a los fetos, cuando estaban todavía en el vientre de su madre, para saber cómo se comportarían cuando fueran adultos. Nadie veía esta relación misteriosa entre la infancia y el comportamiento de los adultos.

Jay, una de tus grandes contribuciones a este debate, a esta reflexión universal, tiene que ver con la necesidad de tener en cuenta no sólo a las madres sino a las madres y a los padres, y no sólo la relación con los niños sino la interrelación en las familias. De modo que, al fin y al cabo, lo que sugieres es que las cosas son más complicadas de lo que pensábamos, ¿verdad?

Jay Belsk:

Bueno, de hecho, sigue siendo la gran pregunta. Nadie se dio cuenta de que cuando se añadía un padre a una familia, de modo que ésta tenía una madre y un padre, se creaba otro tipo de relación obvia, la de padre-madre, como existía la de marido y mujer, pero se subestimó el impacto de esta relación en el desarrollo del niño, así como su impacto en la salud de los padres. Y lo que se creó al añadir al padre a la ecuación, fue un sistema familiar mucho más complejo.

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Eduard Punset:

Entonces, es complicado saber por qué, cuando alguien es adulto, se comporta como se comporta... Toda la familia puede ser responsable de ello... En alguna investigación tuya, demuestras que cuando los padres están ausentes, las chicas tienden a empezar la pubertad antes.

Jay Belsk:

El hecho de que las relaciones durante la infancia podrían afectar el desarrollo físico y sexual, el momento de la pubertad en las chicas, ha sido un descubrimiento muy fascinante. Y esto nació de mi propia investigación sobre lo que ocurre con el desarrollo de un niño cuando lo vemos a través del prisma de la biología evolutiva, cuando planteamos la pregunta: ¿por qué el desarrollo se produce de esta manera?, y no simplemente: ¿cómo se produce?

Eduard Punset:

Sí, es fascinante.

Jay Belsk:

Parece que lo que sucede es que ha evolucionado algo que estaba codificado en nuestro propio cerebro. Las mujeres tienen un sentido que las lleva a preguntarse: "¿Va a ser precario el futuro? ¿Van a estar ahí los demás y voy a poder confiar? ¿Se puede confiar en los hombres? ¿Van a estar ahí cuando me haga mayor? Pero también como pareja y, todavía más importante, alguien que se vaya a implicar en el cuidado de mis hijos." La respuesta que reciben a estas preguntas parece que procede de su propia niñez y de la ausencia o presencia del padre.

Eduard Punset:

Increíble.

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Jay Belsk:

Y también de la calidad del padre. Y parece que, cuando el padre no está presente o cuando la calidad de la paternidad no es demasiado buena, lo que las chicas aprenden, tanto consciente como inconscientemente, es: "No puedo contar con él." Y esto, biológicamente, las lleva a madurar antes. Y te preguntarás: "¿Por qué maduran antes?". Porque, en cierto modo, les permite salir y ver, ir más allá antes que las demás, ser más promiscuas con sus parejas y tener más niños y ocuparse de ellos peor, cuidarlos peor. Y tú me dirás: "¿Y por qué querrían hacer esto?". Y la razón es que si no puedes contar con los demás, sobre todo con los hombres, para tener tres, cuatro nietos en el futuro, quizás tengas que tener más hijos. En cambio, si puedes contar con un hombre en tu vida, si está ahí a tu lado, puedes retrasar la madurez, reunir los recursos físicos y psicológicos y después tener menos hijos, los cuales a su vez te darán pocos nietos porque la vida para ellos será menos precaria, menos arriesgada, más segura y más cierta.

Eduard Punset:

¿Pero te das cuenta de lo que sugieres? Es que es muy importante. Sugieres, y por favor corrígeme si me equivoco, que el divorcio se transmite entre generaciones.

Jay Belsk:

Bueno, hay muchas pruebas de que hasta cierto punto, no del todo, pero sí hasta cierto punto, el divorcio se transmite entre generaciones, y la pregunta fundamental es: ¿por qué ocurre esto? En parte, tiene que ver con las expectativas de que los matrimonios no aguantan.

Eduard Punset:

Pero, ¿por qué esta ambivalencia es mayor en las mujeres que en los hombres?

Jay Belsk:

Creo que una de las diferencias fundamentales entre hombres y mujeres, y es algo que perdemos de vista en el mundo moderno, es que el coste y el valor de cada niño es

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

biológicamente mayor para una mujer que para un hombre, siendo iguales todas las demás condiciones. Los hombres tienen ilimitadas posibilidades de tener muchos hijos. Las mujeres, sin embargo, tienen un número mucho más limitado de posibilidades de tener muchos hijos, así que cada niño tiene un valor distinto; una psicología diferente que ha evolucionado de la mano de estas distintas ventanas de oportunidad en lo que respecta a tener hijos.

Eduard Punset:

Jay, es fantástico descubrir que existe esta comunicación intergeneracional, ¿verdad? Pero lo que realmente es fascinante, o incluso increíble, es cuando concretamos y nos fijamos en la edad, porque hay diferencias también en función de la edad: saber si fue antes de los cinco años o si lo que ocurrió se produjo después.

Jay Belsk:

No se sabe con precisión todavía, pero hay indicios de que hay un período sensible, que se produce durante estos tres, cinco o siete primeros años de vida; cuando esta niña codifica información fundamental sobre la disponibilidad de los hombres, la fiabilidad de los hombres, y recoge dicha información basándose en la presencia o no de su padre, en la calidad del tiempo y atención que le brinda...

Eduard Punset:

No se sabe con precisión todavía, pero hay indicios de que hay un período sensible, que se produce durante estos tres, cinco o siete primeros años de vida; cuando esta niña codifica información fundamental sobre la disponibilidad de los hombres, la fiabilidad de los hombres, y recoge dicha información basándose en la presencia o no de su padre, en la calidad del tiempo y atención que le brinda...

Jay Belsk:

Fue una investigación llevada a cabo por el Birkbeck College, donde trabajo, en Londres, y sí, lo que hicieron fue reunir a mucha gente mayor, algunos de los cuales fueron enviados al

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

campo en los primeros años de su vida durante la segunda guerra mundial. Otros tenían más edad cuando se les trasladó y algunos nunca fueron trasladados. Y parece que los efectos negativos sobre los niveles de ansiedad y estrés eran mayores para las mujeres que habían sido trasladadas siendo más jóvenes... Sí...

Eduard Punset:

Con lo que hemos dicho hasta ahora, yo creo que hay datos suficientes para constatar una cosa importantísima, que no sabíamos antes, ¿no? Y es que tenemos que cuidar muchísimo más de lo que lo estamos haciendo, el aprendizaje social y emocional de los niños, y no sólo el aprendizaje cognitivo o de orden académico.

He oído, por ejemplo, o lo he leído en algún sitio, que cuando los niños son muy pequeños, es mejor felicitarlos que corregirlos. Y cuando ya están en la pubertad, es mejor decirles claramente: "No, te has equivocado", en lugar de felicitarles. ¿Cuál es la situación? ¿Qué debería hacer con mis nietas?

Jay Belsk:

Podría decirse que es como si tuviéramos una zanahoria para conseguir lo que queremos, un premio. La idea es que al premiar, animar, apoyar, alabar, parece que se consiguen mejores resultados si esperamos que los niños se porten bien: que se coman los guisantes, que colaboren, que arreglen su cuarto, que esperen su turno, que escuchen atentamente... mejor que si nos enfadamos con ellos, los castigamos, los amonestamos. Pero esto no significa que los castigos adecuados no sean útiles. Es cuando se convierte en una excepción en nuestra estrategia con el niño cuando es útil, sobre todo cuando se acompaña de palabras como: "ah, muy bien, hiciste esto", "ah, muchas gracias", "ten esto". Pero al mismo tiempo, es importante no recompensarlos todo el rato y por todo porque entonces devaluamos la moneda.

Eduard Punset:

Pero para complicar las cosas, en general hay dos personas, quiero decir, el marido y la mujer, y dices algo que es difícil de entender, dices que no debemos ser necesariamente un frente

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

unido, en otras palabras, que deberíamos buscar formas de complementarnos, diferenciarnos pero esto no significa necesariamente que tengamos que decir lo que el marido o la mujer ha dicho antes.

Jay Belsk:

De lo que hablamos aquí es de la paternidad compartida. Y se puede pensar en la paternidad compartida como en algo bueno, cooperativo y positivo o como en algo malo, negativo y no cooperativo. Si tu mujer le dice al niño: "Vamos arriba que te toca el baño." Tú, como marido, puedes decir: "Venga, Tomy, ve arriba con tu madre a bañarte", y está bien pero es una simple reiteración o repetición.

Eduard Punset:

Una reiteración, sí.

Jay Belsk:

Es mucho más eficaz y mucho más satisfactorio para tu pareja e incluso para tu hijo decir algo que complementa y añade algo a lo dicho: "Venga, ve arriba con tu madre a bañarte y después te leeré un cuento." De esta forma, aumenta la motivación y el deseo del niño. No digo que simplemente reiterar lo que tu mujer o pareja acaba de decir no sea bueno sino que no es tan hábil como complementarlo, añadir algo, contribuir con un poquito más. Lo que realmente no hay que hacer es contradecirlo.

Eduard Punset:

Parece que otra manera de utilizar la paternidad erróneamente, y sucede sobre todo con los maridos y los padres, es cuando intentan ser el colega o el compañero o el amigo del niño, hasta el punto de que realmente olvidan los objetivos de la paternidad. ¿Qué quieres decir con esto?

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Jay Belsk:

El problema de querer ser amigo de tu hijo, es que puedes acabar anulando al padre responsable, al que tiene que decir que no, al que tiene que negar privilegios, al que tiene que castigar, al que tiene que poner normas, al que tiene que hacer que el niño se sienta responsable de sus actos. Y al niño puede resultarle difícil de entender; pensaría: "Pensé que eras mi amigo, pensé que eras mi colega. Mis amigos, mis compañeros no me dicen lo que tengo que hacer y lo que no tengo que hacer". Por eso, lo que yo digo es que no debemos querer ser amigos de nuestros hijos, tenemos toda la vida para hacerlo y serlo, cuando sean jóvenes adultos y después.

Eduard Punset:

Jay, quizás la parte más explosiva de nuestra reflexión, me refiero a las guarderías, que se ocupan de los niños porque las mujeres están trabajando, por lo que no pueden ocuparse de sus hijos. Según los resultados que se desprenden de tus investigaciones, las guarderías no son buenas o no son tan buenas como pensamos que serían para el futuro de los niños. ¿Cómo podrías resumir la situación?

Jay Belsk:

Creo que en lo que respecta a las guarderías y a cualquier otro método de cuidado infantil no materno que utilizan las familias a menudo es realmente ambivalente. Cuando el niño empieza a pasar muchas horas en este tipo de ambiente, en sus tres, cuatro o cinco primeros años de vida, durante treinta o cuarenta horas por semana en la guardería, parece que esos niños son más agresivos y desobedientes cuando se hacen mayores. Sin embargo, también sería un error condenar a todas las guarderías o cuidadores infantiles como algo malo, porque no es cierto. Hay muchas pruebas, y hablo ahora de lo bueno, de que unos cuidados infantiles de calidad, que sean dispensados por un personal sensible y atento fomentan el desarrollo cognitivo y lingüístico del niño. De modo que, en mi opinión, la moraleja parece ser que si se van a utilizar estos servicios, si se puede, es mejor empezar después de los cuatro o cinco

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

primeros años de vida del niño en lugar de empezar demasiado temprano. Tenemos que intentar que sean los mejores cuidados posibles. La triste verdad es que en algunos países pagamos más por aparcar el coche que por aparcar a nuestros hijos.

Pero quiero que quede claro, no hay que dramatizar. Nadie está hablando aquí de que muchas horas en manos de cuidadores infantiles vaya a transformar a los niños en asesinos del hacha. Se produce un leve incremento de la agresividad y desobediencia. Pero ¿qué pasa con todos esos niños que se han pasado años con cuidadores, que son algo más agresivos y desobedientes, no mucho más pero un poco más, y que luego acaban en la misma clase? ¿Les costará más controlar esas clases a las maestras? ¿Podrían ser contagiosas esa agresividad y desobediencia y transmitirse a otros niños que no han estado con cuidadores? De hecho, hemos investigado el asunto y hemos descubierto que esto es exactamente lo que sucede. Por lo tanto, antes de que neguemos o desmintamos el hecho de que se trata de efectos leves - aunque no se acaba el mundo, no hablamos de ninguna tragedia- no deberíamos negarlo al decir: "bueno, no importa."

Eduard Punset:

Parece que si es cierto lo que estamos sugiriendo, estamos en una especie de prehistoria de lo que el Estado podría o debería hacer para cambiar todo esto. Ahora tenemos a las jóvenes generaciones que dicen que Europa se ha equivocado porque no han dado suficientes ayudas para que una mujer joven y con un hijo pueda estudiar. ¿Qué nos deparará el futuro?

Jay Belsk:

Lo que me gustaría que ocurriera en el futuro es que los gobiernos dejaran elegir a nuestras familias.

Eduard Punset:

Elegir.

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Jay Belsk:

Me siento consternado cuando veo que los gobiernos deciden subvencionar a las familias que dejan a sus hijos con cuidadores y hacen pagar más impuestos a las familias que deciden trabajar media jornada. A mí, esto no me parece igualitario, no me parece justo. ¿Por qué no darles recursos a las familias y decirles: qué queréis hacer con estas ayudas familiares o subsidios por hijo? ¿Queréis pagar las cargas sociales y que alguien esté en casa ocupándose de vuestro hijo? ¿O preferís salir y comprar algo en el mercado que se llama *cuidador*? Y al mismo tiempo, deberían asegurarse -de la misma forma que otorgan licencias a los restaurantes para garantizar que no sirven comida contaminada-, deberían asegurarse de que las guarderías no contaminan a nuestros hijos.

Sabemos ahora que la familia es más importante que cualquier cuidador. Pero parece cada vez más evidente que todos los niños no responden igual a estas experiencias. De hecho, tiene sentido desde un punto de vista biológico y evolutivo.

Eduard Punset:

Sí, y tenemos pruebas que creo que también mencionas en algún sitio: es el caso de los orfanatos rumanos que en una época fueron un lugar horrendo y cruel. Allí descubrimos que las carencias no afectaban por igual a todos los niños. Algunos se vieron afectados pero otros, te sorprendiste al descubrir que apenas había tenido ningún efecto para ellos.

Jay Belsk:

Es como si oyeran llover. Oímos hablar de ello constantemente. Llamamos a estas personas *resilientes*. Personas que sobreviven a las peores calamidades, que crecen en familias muy pobres, que han sido maltratadas por sus padres, que han crecido en viviendas horribles y, sin embargo, lo superan y les va bien. Mi hipótesis es que a estos niños las experiencias que han vivido no les influyen demasiado. Serían los mismos en un ambiente malo que en un ambiente bueno. Los demás, en cambio, si están en un ambiente malo se hunden, les va mal, pero si estuviesen en un entorno bueno, saldrían adelante y les iría bien.

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Los bebés y los niños pequeñitos, los que llamamos niños difíciles con temperamentos difíciles, que sabemos que corren el riesgo de sucumbir cuando reciben cuidados deficientes, cuando sus padres no son sensibles, cuando sufren abusos, cuando están expuestos al divorcio de sus padres, se demuestra que son vulnerables. Son los que más sufren los efectos negativos. Pero parece que esos mismos niños, cuando las cosas van bien, cuando los cuidados son buenos, cuando los padres son sensibles, cuando el matrimonio es sólido, sacan un partido inmenso de todo ello. Son maleables, reaccionan de muchas formas distintas. Son organismos plásticos.

Eduard Punset:

Sí, actualmente los neurólogos hablan de la plasticidad del cerebro.

Jay Belsk:

Así es. Pero creo que hay diferencias individuales en cuanto a la plasticidad, creo que, en función de sus experiencias, algunos niños son más plásticos y maleables que otros. ¿Es algo innato a la genética? ¿O acaso es algo inducido y configurado por el ambiente? Hay pruebas que demuestran que ambas posibilidades pueden ser ciertas.

Yo creo que algunas de las variaciones de la plasticidad, algunas de las diferencias son genéticas. Pero también hay pruebas de que cuando las madres están muy estresadas durante el embarazo, los bebés acaban siendo más irritables, tienen un temperamento más complicado, y parece que se trata de un marcador de la sensibilidad al entorno, de la mayor plasticidad como he comentado. Si es un buen entorno, y quizás sea la excepción habida cuenta de lo que ocurrió antes del nacimiento, las cosas irán bien, pero si es un mal entorno, algo probable teniendo en cuenta lo que ocurrió antes, las cosas irán mal. Así que ambos casos son posibles: la plasticidad puede tener su origen en la naturaleza, en los genes, donde unos son más plásticos que otros. Pero también podemos tener un origen basado en el ambiente, en función de la programación manipulada y del estrés vivido durante el embarazo.

redes

Título: "Aprendiendo a ser padres" – emisión 30 (17/05/2009, 21 hs) – temporada 13

Eduard Punset:

Hemos descubierto cosas increíbles como que se comunican las distintas generaciones entre sí, de manera que las niñas que han vivido en una familia que ha sufrido un divorcio, pues son de mayores unas personas más dadas al divorcio y más inseguras, tienen una concepción del matrimonio distinta, hasta cierto punto, del resto. Lo que hemos descubierto, y esto todavía no se sabe en la calle de manera suficiente, lo que hemos descubierto es que, una gestión deficiente, privada de cariño y de inteligencia, de las emociones de un niño, en edades muy cortas, incide de manera muy directa en el comportamiento de este niño cuando es adulto, cuando es mayor.