

TENDENCIAS

Conoce los demonios que arrastras desde que eras niño

El Ciudadano · 7 de octubre de 2015





La infancia es la etapa de la vida más significativa en lo que se refiere a interiorizar valores, aprendizajes y conductas. Muchos psicólogos especialistas en el estudio de las etapas infantiles como Jean Piaget o Erik Eriksson remarcan la importancia de una maduración gradual y de ir superando las distintas etapas de forma satisfactoria para no quedarnos atrapados en ninguna de ellas.

Si tenemos que señalar quienes son las personas que más influyen en el niño estos van a ser sus progenitores o su cuidador principal. La inmensa mayoría de los padres y cuidadores nos aman, quieren lo mejor para nosotros y saben que es una tarea complicada. Sin embargo, muchas veces querer no es poder.

Lo que vivimos en la infancia nos afecta cuando somos adultos

No todas las paternidades y maternidades se dan en un contexto ideal. Puede existir un desequilibrio en la distribución de las tareas, una falta de madurez emocional, crisis en la propia pareja o simplemente a algunas personas esta nueva responsabilidad les desborda o les resulta dificultosa.

En este artículo no vamos a juzgar esa labor, ni queremos que nadie lo entienda así. Pero sin duda, algunas crianzas han marcado negativamente la vida de algunos niños que hoy ya son adultos. Vamos a nombrar algunas y relacionarlas con conductas que

pueden aparecer en la vida adulta, porque **a veces el conocimiento y la introspección es la mejor arma para vencer nuestros demonios.**

Actitudes de los padres que incapacitan vivir plenamente a sus hijos

Las experiencias que vivimos en la infancia son determinantes en muchas ocasiones para nuestra vida adulta. Existen una serie de actitudes de los padres hacia sus hijos que más que ayudarles los incapacita para vivir plenamente en el futuro:

- **La sobreprotección:** los padres quieren evitar que les ocurra algo malo a sus hijos y creen que suprimir su libertad es la clave. Su miedo es tan intenso que necesitan tenerlos controlados, en un “área segura”. Las consecuencias que pueden aparecer son timidez, falta de iniciativa, duda patológica al iniciar cualquier actividad en solitario y una continua búsqueda de aprobación

“La infancia tiene sus propias maneras de ver, pensar y sentir; nada hay más insensato que pretender sustituirlas por las nuestras”

-Jean Jacques Rousseau-

Compartir



Niño triste tras la ventana

- **Proyección de los deseos frustrados de su juventud en sus hijos:** algunos padres ansían que sus hijos puedan llegar a ser lo que ellos nunca fueron, sin consultarles. Y si no resultan ser todo lo bueno que se esperaba de ellos, remarcan su falta de valía en lo que hacen. Las consecuencias son falta de autoestima, baja tolerancia a la frustración y dependencia emocional.
- **Ausencia de muestras de cariño:** esta actitud suele ser de las más demoledoras. Un niño necesita el contacto con sus padres, necesita recibir cariño o percibirlo. Sino, asumirá que la frialdad es la actitud a tomar. Las consecuencias van a ser una

búsqueda desesperada de cariño en otras personas, problemas en balancear y expresar sus emociones.

“Todo niño viene al mundo con cierto sentido del amor, pero depende de los padres, de los amigos, que este amor salve o condene”

-Graham Greene-

Compartir

- **Actitudes depresivas en algún progenitor o sensación de inutilidad:** ver en su hogar como las personas expresan continuamente que su vida nos les hace feliz, va a provocar un intenso desgaste emocional importante en el niño. En esa edad se necesita un contexto lleno de vitalidad y un ambiente agradable.
- **Comparaciones con otras personas o hermanos:** Algunos padres creen que sus enseñanzas valen igual para todos los hijos que tengan, ignorando sus diferencias individuales. Las consecuencias van a ser un sentimiento de inutilidad en el niño además de una falta de confianza en sus capacidades y destrezas.



Hermanas tristes y solas en el campo

- **Presenciar discusiones, enfrentamientos o vivir un divorcio de los padres:** todos los divorcios son duros, pero cuando existen hijos todo se complica mucho más. Muchas parejas utilizan la “alienación parental” con sus hijos destrozando por completo su inocencia y haciéndoles sentir un problema. El niño tendrá un marcado sentimiento de abandono y confusión cognitiva y emocional.

Cuando esos problemas que vivimos en la infancia aún duelen

Aunque pasen muchos años y todo lo vivido parezca muy lejano y olvidado, quizás hayas tenido que vivir con las consecuencias que hemos explicado. **A veces, guardarás recuerdos nítidos de todas esas situaciones que te hacían sentir mal** y no entendías y que hoy entiendes pero con algo de pena y mucha resignación.

Una buena manera de quitarte ese lastre es hacer una “**catarsis emocional**” con las personas que vivieron toda esa situación contigo, incluidos tus padres, es decir liberarte de todo aquello que tienes dentro, expresándote. **La importancia de liberarse de lo negativo, de ese lastre nos ayuda a caminar más ligero.**

Podrás entender mejor sus circunstancias con las tuyas y si llega el momento, no volverlo a repetir con tus hijos. Porque una vez es suficiente, porque las cosas siempre se pueden hacer mejor y porque **pasar la página es lo único que te queda por hacer.**

Imágenes cortesía de Yejukoo, Duy Huynh, Dilka Oso

Vía: <http://www.batuza.com>

Fuente: [El Ciudadano](#)