

Padres formados crían hijos educados, asegura en un libro la pedagoga Leticia Garcés, para quien el error más común es castigar desde el enfado.

✎ Agurtzane Salazar
 📷 Oskar Montero

VITORIA – Aprender a educar. Bajo este objetivo más de medio centenar de personas se han inscrito en Vitoria en la novedosa Escuela de Inteligencia Emocional, que nace este curso 2017/2018. Sus puertas las abre por primera vez este mismo miércoles, como una iniciativa del centro asociado de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) de Gasteiz, en colaboración con el Laboratorio de Educación Emocional de la Facultad de Educación. La pedagoga navarra, Leticia Garcés, que lleva ocho formando familias, será la encargada de hacerlo. Garcés, además, este pasado viernes presentó en Gasteiz su libro *Padres formados, hijos educados*. **Por primera vez Vitoria ha puesto en marcha la Escuela de Inteligencia Emocional. ¿Qué tipo de personas se han inscrito?**

–A día de hoy, en Vitoria, hay más de 50 personas apuntadas. En Navarra, hay 18 grupos con 20 personas en cada uno. En cualquier caso, estamos invirtiendo en el futuro de los menores. Normalmente el perfil son familias estructuradas, sensibilizadas, que probablemente están comprometidas con el cuidado y con la protección de los vínculos afectivos con sus hijos, que leen y se interesan. Pero ven una limitación a la hora de llevarlo a la práctica. Y ahí es donde está la ayuda profesional y del grupo. Somos unas guías de resiliencia para ellos. No les digo lo que tienen que hacer, pero sí les ayudo a entender por qué lo que hacen no les acerca a sus hijos o por qué les aleja. Los padres a veces no dedicamos el tiempo para reflexionar sobre cuestiones tan básicas y fundamentales como cuál es la educación de mis hijos. Por eso, los grupos valoran el grupo y el darse cuenta de que otros también están en ese deseo de querer conocer mejor a sus hijos y a sí mismos y poder trabajar en esa relación.

¿Y cuánto duran estas clases?

–El curso presencial solamente son dos días intensivos, con cinco horas cada tarde, pero también hay un curso on line que tiene una duración de un mes, en marzo, en el que se van a trabajar todos los contenidos a través de la plataforma de la UNED.

¿Qué errores son los que con más frecuencia cometen los padres?

–El mayor error es castigar desde el enfado porque la ira, como emoción básica no hace generalmente daño, si la sabemos expresar. Muchas veces aplicamos consecuencias negativas o recurrimos a castigos cuando necesitamos calma para poder tomar decisiones que realmente favorecen, que potencian a la persona y ayudan a madurar. Pero en vez de eso, se toman decisiones que más que beneficiar o ayudar, dañan, violentan. Y eso condiciona



Leticia Garcés

PEDAGOGA Y AUTORA DEL LIBRO 'PADRES FORMADOS, HIJOS EDUCADOS'

“La Escuela de Inteligencia Emocional de Vitoria arranca este miércoles con 50 familias”

la relación, que al final es más a través de la humillación, amenaza, castigo... Por esa descarga de mi propio estrés y frustración, tomando decisiones desproporcionadas. **Hay quien dice que ahora se tiende a sobreproteger a los niños generando con ello personas débi-**

les en el futuro...

–No es tanto que se sobreprotegen y se crean adultos débiles, sino que cuando están sobreprotegiendo están dejando de proteger, es decir, aportar al menor los recursos que necesita para sobrellevar una situación frustrante. Y cuando hablamos

de recursos, siempre hablamos de los basados en la competencia emocional, el ser empático, pero me tengo que entrenar en la empatía.

¿Con su libro se aprenden esos consejos prácticos?

–Realmente un libro que te diga lo que tienes que hacer con tu hijo para

mi de primeras no es un libro práctico porque hay casos muy generales, y a lo mejor, con esa pauta concreta con tu hijo no funciona, pero sí que es una guía que da principios básicos sobre los que se pueda asentar la educación de un menor.

¿Qué principios básicos son esos?

–El libro lo que tiene son unos casos muy concretos, de frases cotidianas que solemos utilizar a menudo donde se niega la emoción que suele usar un menor. Por ejemplo: “Mamá, no quiero ir al colegio”. “Yo tampoco quiero ir a trabajar y eso es lo que hay”. Cuando los niños manifiestan su realidad, la tendencia del adulto es a negar lo que está expresando. Pero realmente lo práctico es aportar un conocimiento sostenido y, sobre todo, una reflexión sobre ese conocimiento y cuáles son mis puntos fuertes, en el qué es lo que hago bien porque favorece el desarrollo emocional de mi hijo, y mis debilidades, en el sentido de qué es en lo que no me estoy gestionando. Si tengo una gestión pésima, en el momento en el que mi hijo me plantea una situación, a lo mejor salto de forma impulsiva. Entonces, a lo mejor no hay que trabajar en el niño pero sí en el padre, en su estrés. ●