

“Como vaya, vas a ver” “¡Si me hubieras hecho caso, esto no habría pasado!” ¿Le suenan estas frases? ¿Se las dice a sus hijos? Leticia Garcés, pedagoga de ‘Padres formados’, apuesta por ‘otra forma de educar’ y presenta su proyecto ‘Educar sin miedo’

# Cómo educar a los hijos sin que tengan miedo

**SONSOLES ECHAVARREN** Pamplona

“Si me hubieras hecho caso, esto no te habría pasado”, “si voy, ya vas a ver...”, “como le pegues a tu hermana, te doy yo”, “no llores por un tontería”... Estas y otras frases similares se escuchan día tras día por la tarde en el patio del colegio, en el parque, en el supermercado... y en las casas. “Muchas familias tienen miedo al cambio y utilizan los modelos educativos que han vivido en sus familias. Pero existe otra forma de educar sin miedo”. Así lo explica la pedagoga Leticia Garcés Lareira, del equipo ‘Padres formados’, que ha lanzado una campaña con este título #educar sin miedo, que ya cuenta con 90.000 seguidores en las redes sociales (textos, vídeos...). Ahora, ha recopilado 150 de estas frases en un libro que aboga por una “educación consciente, emocional y respetuosa”. “Hay que educar sin generar miedo en los menores. Es importante no repetir ni proyectar patrones de conducta adquiridos”. Muchos de estos contenidos se recogen también, de una forma más amplia, en el primer

libro de la autora *Padres formados, hijos educados*. Pamplonesa de 37 años y madre de dos hijos de 12 y 8, Garcés impulsó hace nueve años esta plataforma (Padres formados), junto con Uxua Otazu Ardanaz, con la educación emocional como *leit motiv*.

## Respeto y afecto

Leticia Garcés recuerda que las investigaciones científicas de las últimas décadas han demostrado la importancia que tiene para el desarrollo sano físico y mental de los niños “no solo una alimentación adecuada sino que sean criados y educados en un ambiente de aceptación, respeto y afecto”. La neurociencia ha demostrado, continúa explicando en su libro, que el funcionamiento del cerebro no solo depende de la genética sino de cómo se interactúa en el entorno familiar y social durante la gestación (así lo aseguran el psiquiatra infantil Jorge Barudy y la psicóloga y pedagoga Maryorie Dantagnan).

Garcés, que lleva años impartiendo formación en escuelas de padres de centros escolares y



La pedagoga Leticia Garcés, con sus libros y una claqueta de cine. En junio presentará los cortometrajes de su proyecto ‘Educar sin miedo’. JESÚS CASO

## SU FRASE

“Quiero sensibilizar a las familias y capacitarlas para la acción. No hablo de teoría sino de ciencia para llevar a la práctica”

otros ámbitos, asegura que muchos padres se lamentan de que es muy difícil llevar sus explicaciones a la práctica. “Quiero sensibilizar a las familias y capacitarlas para la acción. No hablo de teoría sino de ciencia para llevar a la práctica”. Y no repetir, así, frases como “si me hubieras hecho caso, esto no habría pasado”.

## Cortometrajes sin etiquetas, gritos ni insultos

El padre llega agobiado de trabajar. Tenedor en mano, bate unos huevos y prepara una tortilla para la cena. Su hija le llama: “Papá, papá...” Varias veces. Pero él no responde. Solo cuando se da la vuelta para gritar a la niña, observa que ella le ha dibujado a él con un corazón. Y, claro, se siente fatal. La pareja que grita o insulta a su hijo mayor porque no le deja la ‘tablet’ a su hermana. Y se dan cuenta de su mal comportamiento y piden al chico perdón. O la voz en off de unos padres que etiquetan al adolescente: “Parece mentira que seas mi hijo”, “no te aguanto”, “pareces tonto”, “tu hermano es más pequeño y lo hace mejor...” O la madre que pide a su hijo que comparta su balón con otro niño en el parque y ella no deja la revista a otra mujer... Son algunos de los temas que se abordan en los cinco cortometrajes para finalizar la campaña ‘Educar sin miedo’ y que se estrenan en junio. Han intervenido Irantzu Cerrillo Huici (guionista), Aitor Unzu Marco (cámara y edición), Iñaki Díaz de Rada (sonido), Ion Barbarin Lisarri (actor), Leire Ruiz Ganuza (actriz), Iker Huitzi (música), Danel y Joel Arina Garcés y Oihane Ochoa Sanz (los tres niños actores).

## SUS FRASES

**“SI NO RECOGES TUS JUGUETES, LOS TIRO POR LA VENTANA”.** “El hábito del orden se adquiere con repetición, acompañamiento, presencia del adulto y afecto”, apunta Leticia Garcés. Hay que fomentar esas conductas y no decir, sigue, “si piso alguno y se rompe, es culpa tuya” o “no cuidas tus cosas”.

**“A MÍ, NO ME GRITES ASÍ, QUE TE ESTAMPO. YO A MI PADRE NO LE HABLABA ASÍ”.** “Las conductas agresivas no se combaten con más agresividad”, insiste la pedagoga. A

partir de los 6 años, continúa, ya no hay tantos berrinches pero sí conductas inaceptables que necesitan un límite.

**“UNA BOFETADA A TIEMPO...”** “La resolución de conflictos no puede estar impregnada de violencia. La mano que acaricia no puede ser la misma mano que agrede”, recuerda Garcés.

**“SI NO ME OBEDECES, NOS VAMOS A CASA”.** La obediencia no es el resultado de una buena educación, explica la pedagoga, sino de un buen adiestramiento. “Cuando la falta de

obediencia les pone en peligro, es mejor actuar que recurrir a condiciones”.

**“YA NO TE AGUANTO MÁS, VOY A PERDER LA PACIENCIA”** “La paciencia no se pierde. Lo que ocurre es que nunca se ejercitó lo suficiente”, explica la pedagoga. “Si te supera la convivencia con tus hijos, no prolongues ese clima familiar. Los gritos son habituales pero no normales. Se puede aprender a educar en positivo”, opina.

**“TAMPOCO HEMOS SALIDO TAN MAL...”** “Mi padre me que-

ría aunque fuera estricto” “Lo hicieron lo mejor que supieron”... Son algunas de las frases que, apunta Garcés, utilizamos para justificar comportamientos de nuestros padres. “La persona que las dice transmite rabia y resignación. Tenemos miedo a los cambios y nos agarramos a lo que conocemos”, recuerda la pedagoga.

**“TIENES QUE SER VALIENTE. LOS NIÑOS NO LLORAN”.** Si un niño de 2 años se cae de la bici, apunta la experta, es habitual escuchar: “Arriba, valiente”. “El niño aprende que caerse no es

motivo para sentirse abrumado. Parece que estas emociones no tienen cabida, si no ha sucedido algo grave”. Aconseja decir: “¡Vaya, te has caído! ¡Eso te ha tenido que doler!”

**LO IMPORTANTE ES PARTICIPAR...** “No te pongas así por perder”, “otro día ganarás”, “así es la vida”... En lugar de estas frases, Garcés explica que los niños “no necesitan ánimos sino compartir su desánimo”. “Es tan sencillo como decir: ‘Hijo, entiendo que estés molesto. Saliste al campo a ganar y no ha sido así’”, concluye.

## BBVA despliega en Navarra su nueva identidad de marca

BBVA presentó ayer formalmente su nueva identidad de marca y el logo que la acompaña, tras darlo a conocer a sus empleados en abril pasado. En Navarra, las oficinas de Pamplona (av. Carlos III) y Tudela (c/ Muro, 4) están entre las primeras que han estrenado imagen en España. El logo conserva elementos ya conocidos -específicamente el color y el uso de mayúsculas-, pero introduce una nueva tipografía y un diseño que le otorgan más versatilidad y funcionalidad en plataformas y canales digitales..

## Las agencias inmobiliarias prevén un 6% más de actividad

Los agentes inmobiliarios de Navarra prevén un crecimiento del 6,2% de su actividad económica durante 2019 respecto a 2018, según los resultados del primer ‘Estudio Perspectivas y Retos del Sector de las Agencias Inmobiliarias’, realizado por la Federación Nacional de Agencias Inmobiliarias (FAI) por comunidades autónomas y en el que han participado La Asociación de Inmobiliarias de Navarra (AINA) y la Asociación Colabora MLS de Navarra.

## AJE reactiva las ayudas de seguimiento para jóvenes empresarios

Por undécimo año consecutivo, la Asociación de Jóvenes Empresarios de Navarra activa el programa Servicio de Seguimiento para ofrecer 10 horas de consultoría gratuita en cualquier área de la empresa a 51 jóvenes empresarios navarros. Una ayuda a la mejora de la competitividad empresarial muy demandada y con altos niveles de éxito. Financiado por el Gobierno de Navarra, AJE Navarra coordina este programa de seguimiento.

## El programa educativo Fungastic llegará en octubre a Navarra

Nedgia, en colaboración con la Fundación Naturgy, ha iniciado una nueva edición del programa itinerante educativo Fungastic, una iniciativa que enseña de forma didáctica y lúdica, a alumnos de primaria y secundaria, cómo hacer un correcto uso de la energía, y en concreto del gas natural, a la vez que fomenta la eficiencia energética y contribuye a mejorar la calidad del aire. Fungastic llegará en octubre a Navarra.

## Amedna participa en la conformación del Eje Atlántico de directivas

Amedna se reunió en Oviedo con asociaciones de mujeres empresarias y directivas del Norte para trabajar en el impulso de un Eje Atlántico y sentar las bases de las actuaciones de dicho Eje, cuyo objetivo es crear una red entre asociaciones y promover desde la misma la colaboración y la transmisión de conocimiento. Asistieron su presidenta, Cristina Sotro junto con Cecilia Wolluscheck, Victoria Vidaurre y Susana Labiano.