

NO TENGA PIEDAD CON SU HIJO-A CUANDO JUEGUE AL PARCHIS

Dejarles ganar parece el camino más fácil para hacerles felices, pero a largo plazo puede ser un error. Así les afecta psicológicamente una falsa victoria

Es seguramente una de las frases más lapidarias de nuestra infancia: "Hay que saber perder". Cuando somos adultos ya lo sabemos e intentamos asumirlo con mayor o menor elegancia, pero cómo nos escocía cuando, siendo niños, comenzamos a escucharla de un día para otro, tras estar acostumbrados a saborear siempre las mieles de la victoria. La manía de muchos padres, tíos y abuelos de dejar ganar al niño-a resulta no ser una buena idea y puede pasar factura después, según explican los expertos.

Muchas veces, cuando jugamos contra un niño-a nos da *no sé qué* que pierdan y fingimos una derrota. Esto, que quizá se utiliza para levantarle el ánimo o para evitar rabietas o partidas interminables, puede resultar perjudicial, ya que arrebatamos al niño-a la posibilidad de desarrollar estrategias psicológicas y de comportamiento que son necesarias para competir de forma real y minimizar el disgusto de haber perdido.

¿Por qué nos empeñamos los padres-madres en edulcorar la realidad? ¿Tan grave es perder que evitamos que los más pequeños-as se enfrenten a esa experiencia? "Muchas veces los adultos pierden de vista cuál es la intención de las decisiones que se toman a la hora de educar a un niño-a. Estamos viviendo la época de *facilitemosles todo* sin pensar en las consecuencias", explica **Nano López Romero**, *coach* especializado en preadolescentes, adolescentes y padres.

Con los más pequeños-as

Pero ante la pregunta de si deberíamos o no dejar ganar a un niño-a, **Joe Taravella**, supervisor de la unidad de psicología pediátrica del centro médico y de investigación NYU Langone (EE UU), no respondería con una negativa tajante: "A veces. Todo depende de la edad del niño-a". En edades muy tempranas, según explica este investigador, la victoria y la derrota son conceptos irrelevantes para él-ella, ya que no ve competidores en sus compañeros-as. El juego en estas etapas consiste en "participar por turnos y compartir", explica el doctor, quien asegura que, antes de competir, hay que aprender a jugar "siguiendo las reglas". Respecto a dejarle ganar, lo mejor será hacerlo de una forma *legal* y estructurada, como pueda ser dándole algún tipo de ventaja para "ajustar un poco las cosas" en términos de edad y

tamaño: si hacemos una carrera, por ejemplo, le dejaremos salir unos metros antes. Eso sí, que el niño-a sepa que le damos ventaja y por qué lo hacemos.

Otro truco para mantener la motivación en el niño-a y no *hundirlo* en lo que pretende ser una actividad divertida podría ser emplearse en juegos que tengan más que ver con el azar y menos con la habilidad, aconseja Tarvella. Lo más importante será manejar la empatía en los casos en los que el niño-a pierda para ayudarlo a resolver la situación. Para lograrlo, el doctor aconseja poner sus emociones en palabras, pero "sin emitir juicios ni resultar condescendiente". De este modo conseguiremos generar una conversación con él-ella en lugar de una crisis emocional. Por su parte, López Romero considera la empatía en este contexto "una buena herramienta para sostener la emoción por haber perdido". A nadie nos gusta ver sufrir a un niño-a, pero la compasión puede tener algunas connotaciones negativas, como que el niño-a no piense que le tomamos en serio, por lo que aconseja simplemente empatizar. "Mediante una recepción empática podemos prestar atención a lo que ellos observan y necesitan. Esto les puede ayudar a sacar de sí mismos lo que sienten en un espacio seguro y de reflexión, ideal para crear nuevas acciones y poder hacer cosas nuevas", asegura el coach.

A partir de los cuatro años

Cuando crecen un poco, la cosa cambia y los padres deben emplearse a fondo en lo de enseñarles a saber perder, sin trucos ni engaños. Una reciente investigación de la Universidad de Massachussets (EE UU) evidencia que los niños-as a los que se les lleva a una victoria no merecida, distorsionan la percepción que tiene sobre sus propias habilidades. Según explica la autora del estudio, "si los niños-as experimentan mucho éxito en una tarea - mamá o papá siempre permitiéndoles ganar en un juego, por ejemplo - pueden llegar a ser menos conscientes de la información importante que podrían utilizar para aprender sobre el mundo, porque lo ven como menos relevante para su futuro éxito".

Aunque nos dé mucha pena que los niños-as pierdan, dejarles ganar gratuitamente a partir de los 4 o 5 años no les hace ningún favor, según asegura **Matthew Biel**, doctor de la unidad de psiquiatría pediátrica del Centro médico de la Universidad de Georgetow. Este investigador explicaba en *The Wall Street Journal* que "perder les ayuda a aprender la importancia de recobrase después de la derrota". Instruirles en las habilidades para aceptar haber perdido es tan importante como inculcarles el respeto por las normas. Ser naturales, felicitarles si ganan y no mostrar decepción cuando pierdan será lo mejor para evitarles rabietas y numeritos frente a sus rivales. Al fin y al cabo, es sólo un juego, y debemos centrarnos en la parte divertida y positiva. Sobre todo, porque no queremos que nuestro hijo-a se convierta "ese niño-a del que todos nos acordamos, que cuando perdía, lanzaba el balón al bosque".

En esta misma línea, López Romero nos recuerda las palabras de Einstein en relación al papel de los errores en el aprendizaje. El genio afirmaba que "la persona que nunca se equivoca nunca prueba algo nuevo". Aunque el *coach* no ve problema (e incluso le parece positivo) dejarles ganar de vez en cuando, matiza que "sería interesante que lo hiciéramos después de haberles ganado, para así analizar qué es lo que lleva al éxito o a la derrota". De este modo mantendríamos a salvo su motivación.

"EL País" egunkariko artíkulua/ Artículo de "El País".

PATRICIA PEYRÓ JIMÉNEZ

19 DIC 2016 - 08:43 CET