

# ¿Estamos educando para la felicidad o para la capacidad de vivir?

Queremos que nuestros hijos e hijas sean felices. Pero ¿qué ocurre cuando, en nuestro empeño por conseguirlo, intentamos evitarles todo aquello que les hace sufrir?

**ESCUELA DE FAMILIAS**



Hay pocas cosas que nos importen tanto como la felicidad de nuestros hijos/as. Queremos que se sientan queridos, que tengan amigos, que les vaya bien en los estudios, que encuentren su lugar y que la vida les ofrezca oportunidades. Y, cuando las cosas no van bien, nos duele. Nos duele verlos tristes, escuchar que alguien los ha rechazado, comprobar que se esfuerzan y no consiguen lo que esperaban o descubrir que algo que para nosotros parece pequeño a ellos les hace sufrir de verdad.

Entonces intentamos ayudar. Les animamos, buscamos soluciones, hablamos con quien haga falta, les recordamos que no es para tanto o tratamos de encontrar la manera de que aquello no vuelva a ocurrir. Lo hacemos porque los queremos. Porque, si podemos evitarles un disgusto, ¿por qué no hacerlo?

Sin embargo, hay una pregunta que merece la pena hacerse: ¿estamos preparando a nuestros hijos/as para que la vida les vaya bien o también para cuando las cosas no les vayan bien?

No es una pregunta cómoda. Tampoco tiene una respuesta sencilla. Pero quizá sea una de las cuestiones más importantes que podemos plantearnos como educadores.

## Cuando queremos ahorrarles el mal trago

Un niño llega a casa llorando porque sus amigos han jugado sin contar con él. Una adolescente suspende un examen y siente que ha decepcionado a todo el mundo. Nuestro hijo se enfada porque no consigue algo que desea. Nuestra hija se compara con sus compañeras y empieza a pensar que no es tan buena como ellas.

¿Qué hacemos cuando nos cuentan algo así?

A veces escuchamos. Otras veces intentamos quitarle importancia, ofrecemos soluciones antes de conocer bien lo ocurrido o buscamos la manera de que el problema desaparezca cuanto antes. Nos cuesta verlos sufrir y, en ocasiones, su malestar nos genera tanta inquietud que necesitamos hacer algo para aliviarlo. No soportamos bien su tristeza, su frustración o esa sensación de impotencia que aparece cuando no podemos arreglar las cosas.

Es comprensible. Somos sus padres y queremos protegerlos. Pero quizá convenga distinguir entre evitarles un sufrimiento innecesario y evitarles cualquier experiencia que les haga sufrir.





# Equivocarse también forma parte de crecer

Pensemos en un niño que se equivoca una y otra vez al intentar algo. O en una adolescente que se esfuerza mucho en una asignatura y, aun así, obtiene un resultado que no esperaba. ¿Qué necesita aprender de esa experiencia?

Puede quedarse con la idea de que no vale para eso, de que siempre le sale mal o de que no merece la pena seguir intentándolo. Pero también puede descubrir que un mal resultado no dice todo sobre sus capacidades, que quizá necesite otra estrategia, que puede pedir ayuda o que hay cosas que requieren más tiempo del que imaginaba.

La diferencia no depende únicamente de cómo interprete lo ocurrido. También importa cómo lo acompañamos los adultos.

Si cada error se convierte en un reproche, si cada dificultad despierta una decepción visible o si nos apresuramos a intervenir antes de que pueda intentarlo de nuevo, quizá termine prestando más atención a no fallarnos que a aprender. En cambio, cuando podemos hablar de lo sucedido sin convertirlo en un juicio sobre su persona, le ayudamos a reconocer lo que necesita mejorar sin perder de vista lo que sí puede hacer.

Esto no significa quitar importancia a las consecuencias ni celebrar cualquier resultado. Significa entender que equivocarse puede ser una oportunidad para aprender, siempre que haya espacio para pensar qué ha ocurrido y qué podemos hacer con ello.

Nuestros hijos/as necesitan experimentar que pueden afrontar dificultades proporcionadas a su edad, tomar decisiones, asumir consecuencias y pedir ayuda cuando la necesitan. Necesitan, poco a poco, ir comprobando que no todo depende de que alguien venga a resolverles las cosas.

La confianza no consiste en creer que todo va a salir bien, sino en saber que, cuando algo sale mal, podremos buscar la manera de afrontarlo.

# Estar a su lado no significa evitarles todas las dificultades

A medida que crecen, esta cuestión adquiere una importancia especial. Lo que hacemos por un niño pequeño no puede ser lo mismo que lo que hacemos por un adolescente. Los primeros años requieren mucha presencia, ayuda y acompañamiento. Después, nuestros hijos/as necesitan ir ganando autonomía, aunque eso implique que algunas decisiones no nos gusten o que cometan errores que nosotros habríamos evitado.

Y aquí empieza una de las partes más difíciles de educar: aceptar que no siempre podemos elegir por ellos.

Queremos que escojan bien a sus amigos, que estudien lo suficiente, que no se equivoquen en sus decisiones y que sepan distinguir lo que les conviene de lo que puede perjudicarlos. Pero no podemos acompañar cada paso de su vida ni anticiparnos a todas las consecuencias. Llegará un momento en que tendrán que decidir sin tenernos al lado, afrontar situaciones para las que no hay una respuesta perfecta y aprender de experiencias que nosotros no habríamos elegido para ellos.

Nuestra tarea no consiste en desaparecer ni en dejarlos solos. Consiste en prepararlos para que, cuando necesiten caminar sin nosotros, tengan recursos para hacerlo.

Eso implica enseñarles a reconocer lo que sienten, a expresar lo que necesitan, a resolver conflictos, a tolerar la frustración y a pedir ayuda. Pero también exige confiar en ellos, darles responsabilidades reales y aceptar que aprenderán algunas cosas de una manera distinta a la nuestra.

Quizá nos equivoquemos a veces. Quizá intervengamos demasiado o demasiado poco. No hay una medida exacta que sirva para todas las familias ni para todas las situaciones. Lo importante es preguntarnos si nuestra manera de ayudar está contribuyendo a que nuestros hijos/as crezcan o si, sin quererlo, estamos haciendo por ellos más de lo que necesitan.



# ¿Y si dejamos de intentar que estén siempre bien?



No hay nada malo en querer que nuestros hijos/as sean felices. Al contrario. El problema aparece cuando interpretamos que su bienestar depende de que las cosas les salgan bien, de que no sufran decepciones o de que podamos evitarles todo aquello que les resulta difícil.

Porque entonces cualquier tristeza nos preocupa, cualquier fracaso nos parece una amenaza y cualquier frustración se convierte en algo que debemos solucionar. Y nuestros hijos/as pueden terminar aprendiendo, aunque nunca se lo digamos expresamente, que sentirse mal es algo que no debería ocurrir, que equivocarse es algo que hay que evitar a toda costa o que, cuando las cosas se complican, alguien tendrá que encontrar una solución por ellos.

Pero sentirse triste no significa ser infeliz. Frustrarse no significa no saber afrontar la vida. Y necesitar ayuda no significa ser incapaz.

A veces, lo que más necesitan nuestros hijos/as es que no nos asustemos ante lo que sienten. Que podamos escuchar su tristeza sin apresurarnos a borrarla, acompañar su enfado sin permitir que hagan daño y aceptar su decepción sin transmitirles que todo está perdido. Que sepan que pueden venir a contarnos lo que les pasa, incluso cuando no tenemos una solución, y que no necesitan fingir que están bien para que nosotros estemos tranquilos.

También necesitan saber que hay sufrimientos que no tienen por qué soportar solos. Que pedir ayuda es necesario en muchas ocasiones y que los adultos estamos para protegerlos cuando la situación lo requiere. Enseñarles a afrontar las dificultades no significa pedirles que puedan con todo, sino ayudarles a reconocer cuándo pueden intentarlo, cuándo necesitan apoyo y cuándo algo debe cambiar.

Quizá de eso se trate: de que no confundan ser fuertes con no sufrir, ni ser autónomos con no necesitar a nadie.

Una  
pregunta  
para llevar a  
casa



# Una pregunta para llevarnos a casa

A veces pensamos en la educación como una preparación para el futuro. Queremos que nuestros hijos/as sean responsables, que sepan tomar decisiones, que tengan confianza en sí mismos y que puedan desenvolverse cuando llegue el momento de hacerlo por su cuenta. Sin embargo, esas capacidades no aparecen de repente al cumplir dieciocho años. Se construyen mucho antes, en situaciones pequeñas y cotidianas que, vistas desde fuera, quizá no parezcan tan importantes.

Cuando dejamos que nuestro hijo intente resolver un conflicto antes de intervenir. Cuando acompañamos a nuestra hija después de una decepción sin buscar culpables de inmediato. Cuando les ayudamos a asumir las consecuencias de una decisión sin hacerles sentir que han fallado como personas. Cuando confiamos en que pueden aprender algo que todavía no saben hacer. Y también cuando nosotros nos equivocamos, reconocemos que no hemos actuado bien y volvemos a intentarlo. Porque educar para la vida no consiste en ofrecerles un modelo perfecto, sino en mostrarles que las dificultades se pueden afrontar, que los errores se pueden reparar y que siempre hay algo que podemos aprender de lo que nos sucede.

Quizá nuestros hijos/as no necesiten que les garanticemos que todo irá bien. Necesiten saber que, si las cosas no van bien, podrán hablar con nosotros, pedir ayuda y buscar una salida. Que confiamos en sus posibilidades sin exigirles que puedan con todo. Y que nuestro amor no depende de sus resultados, de sus aciertos ni de que estén siempre contentos.

No podemos evitarles todas las caídas. Tampoco podemos decidir qué les traerá la vida. Pero podemos acompañarlos para que aprendan a levantarse, a reconocer cuándo necesitan una mano y a seguir adelante sin pensar que una dificultad lo cambia todo.

Y quizá merezca la pena preguntarnos, de vez en cuando, si estamos intentando resolverles la vida o ayudándoles a prepararse para vivirla.

**Porque querer que nuestros hijos/as sean felices es natural. Ayudarles a descubrir que pueden afrontar la vida, incluso cuando no es fácil, también es una forma de quererlos.**