



## **ASOCIACIÓN EDUCAR (ARGENTINA)**

**Dr. Roberto Rosler**

### **Vea el mundo a través de los ojos de su hijo – alumno**

En este apartado hablaremos sobre otro cambio fundamental de paradigma. Implica dejar de exigirle a su hijo que se ajuste a su visión del mundo y a sus expectativas (o las de los maestros) para darse la oportunidad de verlo desde los ojos de su hijo – alumno.

Esto no significa que deje de disciplinarlo o de ayudarlo a desarrollar habilidades para que pueda seguir instrucciones, sino que usted equilibre su necesidad de imponer su autoridad con la posibilidad de honrar la forma en que su hijo – alumno experimenta el mundo.

Una parte de la visión del mundo de su hijo – alumno estará conformada simplemente por el hecho de que es un niño, mientras que la otra estará compuesta por las diferencias predecibles relacionadas con su ADHD. Algunas de las formas en las cuales su hijo – alumno con ADHD es diferente es su necesidad de estimulación, cambio y actividad constante, una dosis abundante de naturaleza e inventiva en vez de aprendizaje pasivo.

#### **Renunciando a algunas demandas de rendimiento**

Tratar de alcanzar demandas constantes e implacables de rendimiento es difícil para cualquier niño o adulto, pero lo es más para un chico con ADHD. Focalizarse excesivamente en las notas académicas cuando su hijo – alumno no se adapta al sistema educativo tradicional puede desgastarle sus reservas emocionales.

Es razonable esperar altos estándares para su hijo – alumno. Pero cuando uno pierde la perspectiva y enfatiza en las demandas de rendimiento por encima de estar presente con su hijo – alumno y darle tiempo y espacio para el juego libre, probablemente lo fastidiará por las restricciones.

Parte de ver el mundo a través de los ojos de su hijo significa honrar su necesidad de jugar. Si le da a su hijo – alumno tanto el tiempo para divertirse como el don de su presencia estará llenando su tanque para que pueda lograr el esfuerzo necesario hacia el éxito.

No es razonable que el 90% de sus interacciones con su hijo – alumno involucren sermonearlo para que obedezca instrucciones, haga la tarea y se higienice. Para que su hijo – alumno lo escuche tiene que estar conectado con usted. Para esto necesitará que su tanque esté lleno por momentos, minutos, horas o días de estar junto a usted sin que le haga ninguna demanda o exigencia.

Como los diferentes niveles de octanaje en los surtidores de nafta, usted puede darle su habilidad de estar presente a su hijo – alumno. Este es un estímulo necesario para dar el salto hacia la comprensión de por qué él hace lo que hace, desea lo que desea y necesita lo que necesita.

### **De la competición mezquina a la expresión espectacular**

Preste atención a cuánto tiempo pasa comparando su hijo - alumno con otros niños de su misma edad. No es necesario definir la excelencia en comparación con otros. También piense si espera que su hijo – alumno sobresalga en demasiadas actividades.

De ser así, su hijo – alumno puede estar desperdiciando una energía vital que podría ser utilizada para el aprendizaje profundo en un área en la cual está interesado y dotado.

La capacidad para una expresión destacada podría estar agotada por ir de acá para allá de una **competición cerebral** a la otra. Tal vez por desperdiciar su tiempo y energía por seguir a la manada en la competición del día pierda la forma única de expresión de su hijo – alumno.

Puede ser que esté corriendo de la psicopedagoga hacia el partido de fútbol mientras su hijo – alumno está inspirado para ser un genio artístico. Cuando comienza a ver que las necesidades, intereses y talentos de su hijo – alumno son muy propios y distintivos de él mismo, pero profundamente significativos, puede distanciarse de sus temores de que se retrase y acercarse para descubrir su escenario de expresión destacada.

Recuerde que una vez que él construye su conexión con su expresión destacada lo proveerá con combustible para todos los otros escenarios que requieren de motivación y éxito. La expresión de sus intereses y dones lo energizará, no lo agotará.

### **Amplíe su definición de éxito**

Uno de los cambios de paradigmas más importantes que puede hacer para su hijo – alumno es escapar de su estrecha definición de éxito.

Algunos padres tienen modelos como el siguiente: si mi hijo no se saca un diez en todos los exámenes no podrá ir a la universidad y no podrá ser un buen abogado, médico, etc. Este constructo es un poco exagerado, pero representa una ansiedad tóxica muy frecuente y arraigada de que un niño se caerá de la Tierra si se baja de un estrecho camino de éxitos constantes y crecientes.

Si usted se escapara de este estrecho y sofocante molde para su hijo – alumno, ¿qué le comenzaría a permitir hacer? Tal vez le permitiría abandonar las clases de clarinete y hacer en su lugar taekwondo. O le liberaría los fines de semana si dejara de

obligarlo a participar en el taller de ajedrez aun cuando él se ha quejado constantemente de que lo aburre muchísimo.

En realidad el éxito en la vida es tanto más amplio que la estrecha definición de los padres. Usted no puede proteger a su hijo – alumno de las frustraciones y las desilusiones involucradas en lograr que los sueños se hagan realidad. Lo grandes sueños de su hijo – alumno pueden estar en lugares que están por fuera de sus concepciones de éxito.

Puede ser que esté preocupado porque su hijo – alumno quiere ser un atleta o un artista y se pregunte cómo va a mantenerse con este tipo de actividades. Dele permiso a que ame lo que ama.

Logre una perspectiva más amplia y recuerde que esta pasión alimenta su habilidad para desarrollar capacidades y aumentará su motivación en otros escenarios.

Si permite que sus miedos distancien a su hijo – alumno de su pasión también lo estará alejando de su conexión con él y su fuente de energía.

### **Actividades**

Las actividades de este módulo lo ayudarán a alejarse de la lucha diaria de intentar amoldar a su hijo – alumno al molde cultural que hasta los expertos están discutiendo. Al probarlas será capaz de tomar una perspectiva más amplia y liberarse de las luchas de poder con su hijo – alumno. Recuerde que cuánto más honre la perspectiva de su hijo, mayor será la conexión que forjará con él y más probable será que su hijo le haga caso.

### **Buscador de información**

En esta actividad entrevistará a su hijo como si fuera para un artículo de una revista. Muchos padres y docentes sienten que saben todo lo que necesitan saber sobre su hijo - alumno. Pero si se toma el tiempo necesario de hacerle preguntas profundas e inquisitivas, se sorprenderá de todo lo que aprenderá.

Una posibilidad para abordar este trabajo puede ser elegir como tema algo que su hijo – alumno ame hacer o que haga en forma diferente a los demás niños. Pregúntele por qué lo hace de esa forma, por qué ama el objeto que lo apasiona tanto y cuáles son sus secretos para ser tan bueno en esa labor.

De esta manera, en vez de asumir en forma automática que usted sabe qué es lo que hace y por qué, se estará abriendo para poder aprender cómo se ve el mundo a través de sus ojos. También puede aplicar esta actividad en situaciones más espontáneas.

Si se enoja por algo que hizo su hijo – alumno, tal vez por algo que parece un desafío o resistencia, recuerde buscar más información antes de expresar su disconformidad. Antes de enojarse y repartir castigos, haga la mayor cantidad de preguntas posibles mientras piensa por qué su hijo – alumno hizo lo que hizo, qué estaba tratando de hacer y qué estaba pasando en su mente.

La información podría eliminar completamente su enojo y traducirlo en la comprensión de que la conducta de desafío puede llevar a una de independencia. Por ejemplo, puede encontrar que lo que parecía un desafío directo a su pedido de que ordene su

cuarto fue en realidad el resultado de su curiosidad de encontrar un juguete roto que quería arreglar. En vez de empezar a ordenar empezó a trabajar con el juguete, utilizando su creatividad para ver qué podía hacer para repararlo.

También es posible que aun luego de buscar información tenga motivos de estar enojado y necesite disciplinarlo. Sin embargo, el paso de hacer preguntas y buscar información antes de expresar su enojo le permitirá conectarse más con su hijo – alumno, lo cual incrementará la efectividad de su medida disciplinaria.

### **Queja creativa**

En vez de sermonear a su hijo para que deje de quejarse, pruebe con honrar la queja y traducirla hacia una creatividad constructiva. Si su hijo – alumno protesta por el entrenamiento de básquet, reflexione sobre la posibilidad de abandonarla. ¿Por qué practica básquet? ¿Por qué está jugando al básquet? ¿La agenda de quién está satisfaciendo esta actividad?

Si se queja, explore posibilidades alternativas. ¿Son actividades que usted impulsa y que su hijo – alumno resiste? ¿Realmente tienen la intención de cumplir con las necesidades del padre - docente? Si su hijo – alumno se queja, considere esta posibilidad.

Si su hijo se lamenta porque nunca tiene un momento para descansar o relajarse, elija un día y experimente cambiando su horario de forma tal que tenga más tiempo para descansar.

Encuentre formas de traducir una o más de las quejas de su hijo – alumno en actividades que respeten el contenido de sus quejas. Experimente viendo la queja como un plan de acción. No es necesario que haga la promesa de que el cambio será a largo plazo, pero explore cómo se siente hacer las cosas de una forma diferente.

En vez de decirle a su hijo – alumno que deje de quejarse, ríndase por un tiempito y ofrézcale el sentido del poder que proviene de ser escuchado. Este compromiso puede revelar que lo que él desea no funciona, pero al menos su hijo – alumno tendrá la sensación de haber sido escuchado y aprenderá que lo que quiere no es razonable.

También es posible que las quejas de su hijo – alumno transformen su vida de una manera positiva, liberándola de expectativas irrazonables que son un lastre para su hijo – alumno y para usted.

### **Artista de paisaje**

Un tema principal de este módulo es que lo que puede parecer desafío puede ser visto como independencia. Cuando se toma el tiempo de examinar la perspectiva de su hijo – alumno cuando no obedece sus instrucciones, a menudo encontrará que está buscando una necesidad que es previsible en un niño con ADHD.

Muchas malas conductas en niños con ADHD pueden ser explicadas por su necesidad aumentada de actividad física y por su deseo de estar en la naturaleza. Muchos niños no ordenan sus cuartos o no hacen la tarea para el hogar porque están ansiosos de salir y ponerse en movimiento. Una vez que cumplen con esta necesidad, será más fácil que cumplan con su agenda.

Pruebe las habilidades de su hijo – alumno para seguir instrucciones dándole proyectos que se desarrollen afuera. Puede pedirle que actúe como un artista del paisaje, ayudándolo a diseñar e implementar un plan para su jardín. Este proyecto combinará la actividad física con estar al aire libre.

Incluso le puede pedir que plante algunas flores y saque la maleza. Si le da a su hijo – alumno la oportunidad de estar afuera y utilizar su creatividad mientras lo mantiene ocupado, usted cumplirá con muchas de sus necesidades.

### **Clase de apreciación musical**

Uno de los beneficios de tratar de ver el mundo a través de los ojos de su hijo – alumno es que forjará una fuerte conexión con él. Pero debe lograr y ganar esta conexión. Puede requerir que deba tomar una actitud muy diferente a la que normalmente tiene.

Puede ser útil que piense en usted mismo como un antropólogo que observa silenciosamente a su hijo – alumno, con una gran curiosidad pero sin una opinión preconcebida, tratando de explicar el mundo en el cual su conducta cumple una función importante.

Cuando comienza a desarrollar esta habilidad, se abrirán nuevos mundos para usted. Recuerdo una vez cuando uno de mis hijos desenrolló todo un papel higiénico a través de todo el departamento.

Me detuve antes de reprenderlo, me calmé y le pregunté qué estaba haciendo. Me dijo que estaba construyendo la vía férrea de su tren imaginario. Decidí mostrar respeto por su imaginación y permitirle que invirtiera todo ese papel higiénico en su construcción ferroviaria.

En esta actividad usted buscará aprender sobre lo que su hijo – alumno está obsesionado que a usted le desagrada.

Le pedirá a su hijo – alumno que le enseñe acerca de algo que es causa de que usted típicamente lo sermonee: puede ser la música que elige, un videojuego, un programa de la televisión, etc.

Actúe como un antropólogo y trate de comprender por qué la conducta que lo irrita es tan significativa para su hijo – alumno. Si la conducta que lo irrita es escuchar un tipo de música que le parece horrible pida una clase de apreciación musical.

### **Referencia bibliográfica:**

- Tarver J, Daley D, Sayal K. Attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD): an updated review of the essential facts. Child Care Health Dev. 2014 Nov;40(6):762-74. doi: 10.1111/cch.12139.

*Imagen: [Shutterstock](#)*