

ELOGIOS PARA ¡LOS HIJOS NO TIENEN QUE SER PERFECTOS!

.....

¡Los hijos no tienen que ser perfectos! brinda consejo sabio, reflexión genuina y recomendaciones prácticas para los padres, sea cual sea la edad de los hijos. Los míos ya son mayores, y aun así descubrí muchas maneras de mejorar mis habilidades como madre. Savage y Koch tienen razón: es fundamental amar a los hijos “tal como son”. Juntas nos muestran por qué, cómo y qué hacer (y qué no hacer). Una excelente lectura, una excelente guía.

—**LIZ CURTIS HIGGS**, autora del éxito de ventas *¡No somos ángeles!*: *Breve guía de supervivencia para mujeres de carne y hueso*

¡Los hijos no tienen que ser perfectos! es uno de esos libros raros y de lectura obligatoria que todos los padres deben consultar una y otra vez. Nos equipa y nos anima bellamente. En términos sencillos, aplicar estos principios será uno de los regalos más poderosos y vivificantes que pueden ofrecer a sus hijos.

—**BRENNAN DEAN**, presidente *Great Homeschool Conventions, Inc.*

¡Increíble! El mensaje del libro de Jill y Kathy puede liberar a todos los padres de esas expectativas sutiles y poco realistas que a veces nos imponemos a nosotros mismos y a nuestros hijos. Este libro práctico y de fácil lectura nos da la esperanza y las herramientas para alcanzar el premio máximo: que nuestros hijos lleguen a ser los individuos únicos e irrepetibles que Dios quiere que sean. Como investigadora social he hablado con suficientes niños para decir a los padres sin temor a equivocarme: “¡A sus hijos les encantará que lean este libro!”.

—**SHAUNTI FELDHahn**, investigadora social, oradora, y autora de los éxitos de ventas *Solo para mujeres* y *Solo para padres*

Para muchos cristianos, la idea de que todos hemos sido creados a imagen de Dios es nada más eso: una idea. ¿Cómo sería vivirlo como si fuera verdad? ¿Cómo sería criar a nuestros hijos como si esto fuera verdad acerca de ellos? De eso se trata este libro. En ¡Los hijos no tienen que ser perfectos!, Jill Savage y Kathy Koch explican, ilustran y arrojan luz sobre lo que significa criar hijos con la convicción de que son hechos a imagen de Dios. Mejor aún, el libro abunda en consejos prácticos increíbles que pueden aplicarse de inmediato. Yo soy padre, y realmente necesitaba este libro.

—**JOHN STONESTREET**, orador y miembro del *Colson Center for Christian Worldview* y presentador de *BreakPoint Radio*

¡Los hijos no tienen que ser perfectos! ofrece a los padres una verdad contracultural que es preciso entender y abrazar. Se nos ha confiado a nuestros hijos y gastamos mucho tiempo buscando con tenacidad la “perfección” cuando deberíamos afirmar el diseño único de Dios para nuestros hijos. Jill Savage y Kathy Koch han lanzado un llamado urgente que los padres han necesitado desde hace mucho tiempo: ¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

—**TRACEY EYSTER**, fundadora y directora ejecutiva de *FamilyLife’s Mom Today* y autora de *Be the Mom*

¡LOS HIJOS
NO TIENEN
QUE SER
PERFECTOS!

Libros de Jill Savage publicados por Portavoz

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

¡Las mamás no tienen que ser perfectas!

¡LOS HIJOS
NO TIENEN
QUE SER
PERFECTOS!

Ama a tus hijos tal como son

JILL SAVAGE &
KATHY KOCH, PhD



EDITORIAL
PORTAVOZ

La misión de *Editorial Portavoz* consiste en proporcionar productos de calidad —con integridad y excelencia—, desde una perspectiva bíblica y confiable, que animen a las personas a conocer y servir a Jesucristo.

Título del original: *No More Perfect Kids*, © 2014 por Jill Savage y Kathy Koch y publicado por Moody Publishers, 820 N. LaSalle Boulevard, Chicago, IL 60610. Traducido con permiso.

Edición en castellano: ¡Los hijos no tienen que ser perfectos!, © 2015 por Editorial Portavoz, filial de Kregel Publications, Grand Rapids, Michigan 49505. Todos los derechos reservados.

Traducción: Nohra Bernal

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación de datos, o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, sin el permiso escrito previo de los editores, con la excepción de citas breves o reseñas.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de *La Santa Biblia, Nueva Versión Internacional*®, copyright © 1999 por Biblica, Inc.® Todos los derechos reservados.

Todas las páginas web y los números telefónicos citados en la presente obra son exactos en el momento de la publicación, pero pueden cambiar o dejar de existir en el futuro. El listado de referencias y recursos en línea no suponen la aprobación de todo su contenido por parte de la Editorial. La mención de grupos y organizaciones tiene propósitos informativos y no supone la aprobación de sus actividades por parte de la Editorial.

EDITORIAL PORTAVOZ
2450 Oak Industrial Drive NE
Grand Rapids, MI 49505 USA
Visítenos en: www.portavoz.com

ISBN 978-0-8254-5657-2 (rústica)
ISBN 978-0-8254-6490-4 (Kindle)
ISBN 978-0-8254-8638-8 (epub)

1 2 3 4 5 edición / año 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15

Impreso en los Estados Unidos de América
Printed in the United States of America

*Dedicamos este libro a nuestros padres,
Duane y Patsy Fleener y
Don y Arlene Koch,
porque siempre estuvieron presentes.
Estamos agradecidos por lo que invirtieron en nosotros
y por dar prioridad a su papel como padres.
Cada uno de nosotros llegó a ser lo que Dios dispuso
que fuéramos gracias a su amor y su apoyo.*

CONTENIDO

Prefacio.	11
Introducción.	13
1. Los hijos no tienen que ser perfectos.	19
La historia de Cheri.	34
2. La infección de la perfección es incompatible con la crianza.	35
La historia de Lea	59
3. ¿Soy de tu agrado?	61
4. ¿Soy importante para ti?	87
La historia de Connie	109
5. ¿Está bien si soy único?	111
La historia de Laura.	125
6. ¿Quién soy?	129
La historia de Christy	146
7. ¿Soy un fracaso?	149
8. ¿Cuál es mi propósito?	167
9. ¿Me ayudas a cambiar?	189
Guía del líder	215
Apéndice A: Palabras para describir sentimientos.	235
Apéndice B: Tareas apropiadas para los hijos según la edad.	239

<i>Apéndice C:</i> Cómo orar por tus hijos con versículos bíblicos	245
<i>Apéndice D:</i> Cualidades del carácter para formar en tus hijos	249
<i>Apéndice E:</i> Bendiciones bíblicas para orar por tus hijos	259
Agradecimientos de Jill	265
Agradecimientos de Kathy	267
Nota de las autoras	269

Prefacio

Una vez conocí a un joven que terminó sus estudios en la facultad de medicina y luego decidió que no quería ser médico. Él dijo: “Fui a la facultad de medicina para complacer a mi padre. Nunca fue realmente lo que yo quise hacer. Ahora que mi padre ha muerto, quiero buscar mis propios sueños”. Muchas veces me he preguntado cuántos jóvenes y jovencitas persiguen los sueños de sus padres en lugar de los propios.

Como padres, todos queremos ver triunfar a nuestros hijos. Sin embargo, nuestras ideas de éxito pueden no estar en sintonía con las habilidades y los intereses de nuestros hijos. No todo joven está llamado a ser piloto de combate o jugador de baloncesto. No toda jovencita está llamada a ser médico o abogada. Sin embargo, cada niño está dotado para afectar positivamente la sociedad. Nuestro papel como padres es ayudar a nuestros hijos a descubrir y a desarrollar esas habilidades.

No siempre usamos la palabra *perfecto*, pero la mayoría de los padres tiene una visión de lo que ellos desean que sus hijos logren. Esa visión puede incluir una imagen del niño perfecto. Pero a menos que estemos dispuestos a renunciar a nuestras ideas de perfección y pongamos a nuestros hijos en las manos de un Dios amoroso que los ha creado para sus propósitos, podemos ser padres

muy frustrados. Por otro lado, nos convertimos en padres exitosos cuando procuramos cooperar con Dios y ayudar a nuestros hijos a descubrir sus habilidades innatas y a desarrollarse física, intelectual, emocional y espiritualmente a fin de que lleguen a ser las personas que Dios tuvo en mente desde el principio.

¡Los hijos no tienen que ser perfectos! está diseñado para ayudarles a convertirse en padres exitosos. Jill Savage y la doctora Kathy Koch aportan al tema sus propias perspectivas y experiencias que son únicas. Creo que se identificarán con las experiencias personales de Jill, madre de cinco, a medida que ella revela sus propias luchas para evitar la perfección. Creo que también les gustará leer las experiencias que otros hijos y padres han comunicado a Kathy a lo largo de los años en sus seminarios y presentaciones. La experiencia de Kathy sobre la forma en que los niños aprenden, junto con la experiencia práctica de Jill, las convierte en el equipo perfecto para escribir acerca del tema del desarrollo infantil.

Creo que este libro ayudará a los padres a procesar sus sentimientos de desilusión cuando sus hijos no se desarrollan física, intelectual, emocional y espiritualmente como ellos habían esperado. Por otro lado, guiará a los padres a desarrollar acercamientos positivos para ayudar a sus hijos a lograr el potencial único que cada niño posee.

Cuando renunciamos a la idea de ser padres perfectos y de tener hijos perfectos, es mucho más probable que nos convirtamos en *buenos* padres que logran criar hijos *sanos*. Cuando esto sucede, ustedes tendrán la gran satisfacción de saber que han cooperado con Dios para lograr que sus hijos alcancen el potencial que Él les ha dado. Pocas cosas son tan satisfactorias en la vida como el sentimiento de haber triunfado como padres.

GARY CHAPMAN, PhD

Autor de *Los 5 lenguajes del amor de los hijos*

.....

Introducción

Cuando estabas esperando al bebé o en el proceso de adopción, ¿cómo te imaginabas que iba a ser tu hijo? ¿Te imaginabas un niño? ¿Esperabas que fuera una niña? ¿Le gustarán los deportes? ¿Tocará el piano? Te des o no cuenta, antes de la llegada del nuevo miembro de tu familia, tú ya tenías un vínculo con tu hijo imaginario.

Cuando al fin nació el hijo, el imaginario no desapareció. El hijo real hizo su aparición, y tú empezaste a lidiar con la brecha entre el hijo imaginario y el hijo real. Este no es un desafío de solución rápida y sencilla; es algo que continúa a lo largo de la infancia y los años de adolescencia cuando nos vemos cara a cara con nuestros hijos reales, que con frecuencia no se parecen en nada a nuestros hijos imaginarios. A veces incluso nos cuesta *conocer* a nuestros hijos reales, porque nuestros corazones siguen aferrados a los hijos imaginarios.

Cada padre y cada madre abriga esperanzas y sueños secretos para su hijo. A veces somos conscientes de esos sueños, y a veces están tan escondidos en lo profundo de nuestro interior que solo salen a la superficie cuando la burbuja de expectativas estalla en pedazos. Cuanto antes seamos conscientes de nuestras expectativas y las ajustemos a la realidad, mejor será para nosotros y para nuestros

hijos. Esto es en gran parte lo que les ayudaremos a lograr en las páginas de este libro.

Todos los hijos merecen ser reconocidos por lo que son. Cuando podemos identificar las características únicas de cada uno de nuestros hijos, resistiendo el impulso de compararlos con nosotros, con sus hermanos o con otros niños, les brindamos la libertad para ser

todo aquello para lo cual han sido creados. Dar a nuestros hijos la libertad de ser ellos mismos es uno de los mejores regalos que podemos ofrecerles. Todos los niños merecen ser reconocidos por lo que son.

Cuando los padres renuncian a sus expectativas, liberan a sus hijos para alcanzar su máximo potencial.

En las páginas de este libro exploraremos algo que denominamos la infección de la perfección, y cómo esta afecta nuestra crianza de los hijos. Analizaremos el peligro de las falsas expectativas y la seguridad y la paz que gozan los hijos cuyos padres tienen expectativas realistas. Luego conectaremos nuestras esperanzas y sueños con las preguntas esenciales que se formulan los hijos en el fondo de su

corazón: *¿Soy de tu agrado? ¿Soy importante para ti? ¿Está bien si soy único? ¿Quién soy? ¿Soy un fracaso? ¿Cuál es mi propósito? ¿Me ayudas a cambiar?*

Estas preguntas son las mismas que nosotros mismos nos formulamos siendo niños. Las respuestas a las que llegamos salieron de nuestra relación con nuestros padres y nos acompañan hasta el presente. Para algunos, nuestras conclusiones han sido útiles. Sabemos que somos amados, no necesitamos agradar a otros, y sabemos para qué servimos y para qué no somos buenos en absoluto. Sin embargo, otros seguimos lidiando con calificativos, la necesidad de agradar a otros y un sentimiento de fracaso aun en la edad adulta.

Un hijo que cuenta con unos padres que le dan importancia a estas preguntas esenciales de la identidad cuenta con una ventaja en el mundo. Cuando los padres renuncian a sus expectativas, liberan

a sus hijos para alcanzar su máximo potencial. ¡Esperamos poder ayudarte a lograrlo!

A fin de que el libro te resulte más útil, hemos incluido algunos apéndices. En la crianza de los hijos, no se trata de “esperar lo mejor”. Se trata de que, como padres, nos propongamos ofrecer la dirección e instrucción que necesitan nuestros hijos para que logren funcionar bien en este mundo. Con ese fin, en el sitio web de ¡Los hijos no tienen que ser perfectos! (www.NoMorePerfect.com), encontrarás actividades específicas que puedes realizar con tus hijos a fin de poner en práctica las verdades de este libro (recursos disponibles solo en inglés).

Este libro es el primero de Hearts at Home diseñado tanto para madres como para padres. No te desanimes si tu pareja no es un buen lector; ¡comunícale lo que aprendes a lo largo del camino! No obstante, si ambos deciden leer el libro, esperamos que esto estimule el diálogo entre ustedes. Hay mucho qué reflexionar en lo que respecta a la dirección de nuestros hijos.

Este libro es un esfuerzo de dos autoras, y nos gustaría presentarnos:

JILL PRESENTA A KATHY

La doctora Kathy Koch es una de las oradoras más queridas en las conferencias de Hearts at Home para madres. Lo que he visto es que cuando la doctora Kathy habla, ¡las mamás escuchan! ¡Yo me incluyo! En su trabajo a través de Celebrate Kids, Inc., la doctora Kathy ha investigado a fondo los corazones de los hijos para entender lo que realmente necesitan, sus luchas, y cómo los padres pueden ayudarles a vivir lo que son. La doctora Kathy ha consagrado su vida profesional a ayudar a los padres a ser los mejores padres que pueden ser. Sus talleres en las conferencias de Hearts at Home se llenan de asistentes que toman nota de cada palabra cuando ella comunica su sabiduría maravillosa en su estilo encantador. La doctora Kathy

.....

vive en Texas, donde dirige Celebrate Kids, Inc., una organización sin ánimo de lucro dedicada a ayudar a los padres, educadores e hijos de todas las edades a satisfacer de forma constructiva sus necesidades esenciales de seguridad, identidad, pertenencia, propósito y competencia. El aporte de la doctora Kathy a este libro es el mensaje central de ayudar a los padres a conocer y a entender a sus hijos como seres únicos.

LA DOCTORA KATHY PRESENTA A JILL

Encontré por primera vez a Jill en la conferencia Hearts at Home de 2011 en Illinois, donde ella reside. De inmediato me identifiqué con su pasión por el ministerio para madres e hijos que fundó en 1994 con el fin de animar, educar y capacitar a las madres en cada etapa de la crianza. Ella valora a las madres, ha vivido con su esposo Mark las dichas y los sufrimientos de la crianza de los hijos, y es la embajadora perfecta de la maternidad. Al dar prioridad a su relación con Dios, su esposo, sus hijos y sus nietos, ella ha bendecido a miles de madres con su enseñanza bien fundamentada y su sinceridad que revela su vulnerabilidad. Tal vez ella, más que cualquier persona que conozco, logra contar las historias sin adornarlas ni mitigar el dolor al tiempo que honra a sus protagonistas. Jill nos recuerda que las relaciones exigen mucho trabajo, pero valen cada lágrima. Ella es ejemplo de los beneficios de avanzar paso a paso y confiar en que mañana es un nuevo día. Verla nos inspira a saber que podemos crecer y que Dios puede honrar las oraciones y el clamor del corazón de sus seguidores fieles. Sus ejemplos y anécdotas dan vida a mis ideas. Sus sugerencias serán una bendición para ustedes. Es un honor para mí trabajar con ella, y me alegra mucho que nos acompañen.



Para facilitar la lectura, escribiremos como una sola voz, la de Jill. Todos los pronombres se referirán a Jill. El nombre de la doctora

.....

Kathy aparecerá en sus ejemplos e historias. El mensaje de ¡Los hijos no tienen que ser perfectos! es una combinación de nuestro anhelo común de animar a los padres y de ser una voz para los hijos.

Voltea la página y estudia con nosotras. Vamos a explorar lo que sucede al interior de la mente y el corazón de un hijo. También veremos cómo los padres podemos amar a nuestros hijos tal como son y ayudarles a ser todo lo que Dios ha planeado para ellos.

CAPÍTULO 1



¡LOS HIJOS NO TIENEN QUE SER perfectos!

Me quedé junto a la puerta de la habitación de mi hija mayor de seis meses, oyendo su llanto. La había cambiado. La había arrullado. La había alimentado. Nada la calmaba. Al fin, para no perder mi cordura a las 3 de la mañana, decidí que tenía que ponerla en su cama y dejarla llorar un rato. El hijo de mi mejor amiga durmió la noche entera apenas a los dos meses. *Mi preciosa niña, ¿por qué no puedes dormir como duerme el bebé de mi amiga?* Era mamá por primera vez, y ya mis expectativas para mi primer hijo se enredaban con comparaciones y desilusiones. Soñaba con abrazar a mi adorada bebé, no con estar de pie junto a la puerta de su habitación, agotada, llorando de frustración junto con ella.

Me encontraba sentada detrás de la línea de banda de un campo de fútbol —yo, la mamá que no tiene idea de deportes—, tratando de descifrar cuál era la forma de animar a mi hijo aficionado al fútbol. Hubiera preferido estar sentada junto a él en un banco de piano que al lado de un campo de fútbol. *Estoy tratando de entender el juego y estar ahí par apoyarte. Sé paciente conmigo, querido hijo.*

.....

Mis expectativas volvían a asomar: soñaba con un hijo que tocara el piano, no con el jugador sudoroso y despeinado que corría por un campo de fútbol.

Trataba de conectar con mi hija de doce años. A mi tercer hija le gusta el diseño de modas. Le encantaba ir de compras, no tanto con la intención de comprar sino más bien de ver cómo estaban diseñadas y confeccionadas las prendas. Yo, por otro lado, detesto ir de compras y no tengo un solo gramo de interés en el “diseño de modas”. Si pudiera, preferiría pagarle a alguien que hiciera las compras por mí. ¿Cómo terminó esta mamá que no tiene idea de *moda con una hija interesada en la moda*? Nunca imaginé que una amante de la moda pudiera nacer de una madre que no podría ser más indiferente al buen vestir.

El hijo número cuatro, que estaba en la secundaria, preguntó: “Mamá, ¿me ayudas a estudiar para un examen?”. Tomé la guía de estudio de sus manos, crucé la habitación para sentarme en un sillón

*Esperábamos
que todo fuera
perfecto... Entonces
tuvimos hijos.*

reclinable. Cuando me di vuelta, vi a mi hijo de trece años al revés, en otro sillón reclinable, al otro lado de la habitación. Su cabeza estaba en el asiento y sus pies colgaban del espaldar del sillón. Me refrené para no corregirlo. Él respondió todas las preguntas correctamente,

al revés y todo. *Señor, ayúdame a ver a mi hijo con tus ojos. Él es único, irrepetible y mucho más que la etiqueta de Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad que lleva.* Nunca soñé tener un hijo con problemas de atención.

Me encontraba visitando a mi quinto hijo en su primera de múltiples hospitalizaciones por cuestiones de salud mental. Hacía diez años, Dios había movido cielo y tierra para traer a nuestro hijo desde un orfanato en Rusia hasta nuestra amorosa familia en medio de los campos de maíz de Illinois. Él se adaptó bien durante los primeros años de su adopción, pero al entrar en los últimos años de adolescencia surgieron en nuestro hogar problemas de identidad, desórdenes

de apego y personalidad, depresión y otros. *Esta no fue la vida que había imaginado para ti cuando atravesamos el océano para traerte a casa.* Nunca estuvo en mis sueños que una familia amorosa sufriera la agonía de una enfermedad mental.

A todos los padres nos sucede. Antes de tener los hijos, soñamos cómo sería nuestra familia. Pensamos en la manera como los miembros de nuestra familia interactuarían entre sí. Contemplamos todos los logros que alcanzarían nuestros hijos. Decidimos en nuestra mente quiénes serían nuestros hijos. Imaginamos lo que harían. Anticipamos lo que harían juntos, cada uno por su lado y como familia. Esperábamos que todo fuera perfecto.

Entonces tuvimos hijos.

Ser padres es más difícil de lo que parece. Aun si nuestras vidas, nuestras familias y nuestros hijos fueran como los imaginamos, surgen desafíos en cada esquina. Las etapas de desarrollo nos resultan desconocidas y, en ocasiones, exasperantes. Le decimos a un hijo que “actúe conforme a su edad” ¡y luego nos damos cuenta de que realmente lo hace!

Para algunos, nuestros hijos no son en absoluto como los imaginamos. Su temperamento es una combinación de papá y mamá, y no sabemos cómo manejar eso. A medida que crecen nos damos cuenta de que no tienen los intereses que pensamos que tendrían o que deseábamos que tuvieran. Sus talentos son diferentes de los nuestros. No les gustan las mismas cosas que a nosotros. Tienen luchas que no comprendemos. No toman las decisiones que nosotros tomaríamos. ¡A veces no toman una sola buena decisión!

Algunos quizá luchamos con disparidades aún más grandes con nuestra visión, como tener un hijo con un problema médico, una incapacidad mental o física, o retraso en el desarrollo. Quienes recorren ese camino son personas que pensaban que irían a vivir a Italia, pero en lugar de eso terminaron en Holanda. Un lugar también hermoso, pero muy diferente de lo que esperaban.

La mayoría tenemos expectativas para cada hijo. Esperamos que crezcan y aprendan. Esperamos que hagan su mejor esfuerzo. Esperamos que se comporten bien y sean responsables. Esperamos que asimilen bien la vida. Esperamos que actúen conforme a su edad, ¡pero a veces olvidamos o sencillamente no tenemos idea de lo que es normal para un niño de su edad! (¿Y cuán realista es esta meta si nosotros mismos debemos admitir que no siempre actuamos conforme a nuestra edad?)

Enfrentémoslo: la vida no siempre se ve como la imaginamos. Queríamos un hijo, ¡pero no sabíamos que esto supondría noches sin dormir durante doce meses o más! Queríamos jugar en el patio a atrapar la pelota, pero el pequeño Pedro prefiere tocar piano en la sala. Anhelábamos un hijo al que le gustara aprender, y terminamos en conferencias para padres que tratan de entender por qué Susana falla en sus clases. Imaginábamos risa y amor y pasamos por alto el hecho de que también las lágrimas, las pataletas y los conflictos serían parte del paquete. Amamos a nuestros hijos con todo nuestro corazón, pero no siempre sabemos qué hacer cuando nuestras expectativas no coinciden con la realidad. ¿Qué podemos hacer cuando nuestras expectativas no coinciden con la realidad?

Con el tiempo, pensamientos como estos pueden cruzarse por nuestra mente: *Desearía que fuera más como su hermano*, o *Nunca pensé que tendría un hijo que quisiera quedarse en casa y leer después de la escuela en lugar de participar en actividades extracurriculares*, o *Desearía que mi pequeño cumpliera un horario de siesta*.

Cuando estamos decepcionados, frustrados, confundidos o incluso desilusionados, es natural tener estos pensamientos. Sin embargo, cuando pasamos demasiado tiempo pensando o deseando que alguien sea diferente, podemos abrigar frustración y desánimo por decir lo menos, y en el peor de los casos, críticas, quejas y rechazo.

En algún momento, cada uno de los padres debe enfrentar la decisión de abandonar la fantasía y abrazar la realidad. *Este es el*

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

hijo real. Estas son las circunstancias reales de mi vida. Estas son las aguas desconocidas que debo navegar. ¿Cómo puedo guiar y orientar a un hijo que a veces no comprendo? ¿Cómo puedo amar al bebé, al niño, al adolescente o al joven adulto que tengo frente a mí y no desear que fuera otro? ¿Cómo puedo deleitarme en la forma como ha sido creado aunque sea diferente a como lo imaginé? ¿Cómo inspiro y animo a mi hijo sin esperar perfección de su parte? ¿Cómo puedo alegrarme con su progreso y mantener a raya las falsas expectativas?

Estas son las preguntas que responderemos en las páginas que vienen. Nuestros hijos son regalos únicos de Dios que merecen ser motivo de gozo. Han sido diseñados por su Creador para contribuir a este mundo en forma singular. Tienen un valor presente y un potencial que solo espera ser liberado. La clave para nosotros es ver ese potencial en ellos en los días buenos y también en los malos. ¡Emprendamos este viaje de descubrimiento para recibir con brazos abiertos a nuestros hijos tal como son y para reconocer la creación única que son!

¿DÓNDE EMPIEZA TODO?

Al entrar en la habitación, te sorprendes al ver a tu hijo de pie. Te das cuenta de que se trata de un gran logro en su vida.

En ese momento no gritas: “Siéntate. ¡Podrías lastimarte!”. En lugar de eso, pides que alguien traiga la cámara de vídeo mientras tú te alistas. Tú esperas que haya progreso, y se lo demuestras a tu hijo por medio de tu lenguaje y comportamiento.

Tomas posición con tus pies atrás y tus brazos extendidos, y con una gran sonrisa hablas en tono de voz alentador. Con los ojos en la meta, le comunicas: “Ven a mamá”.

*Buscamos
progreso, no
perfección.*

Un paso. Luego otro. Una caída. Un segundo intento parecerá una salida en falso. En los días siguientes habrá tropiezos. Intentos. Pasos a medias. Caídas.

.....

Sin embargo, no hay “errores”. Nunca diríamos que nuestro hijo cometió un error al tratar de caminar, aun si se cae en el décimo intento. Antes bien, anunciamos cada uno de sus intentos. Llamamos a nuestros padres, hermanos, y amigos e incluso tal vez lo publicamos en Facebook: “¡Jaime trató de caminar hoy!”. Esa es nuestra actitud porque buscamos progreso, no perfección. Crecimiento, no conclusión.

Sabemos que caminar sin error es la meta. Es posible, pero solo si es el destino. La perfección no puede ser el camino. El camino debe construirse sobre la fe en las posibilidades y en la expectativa de lo bueno, lo mejor y lo máximo al final.

Tal vez hayas notado que los niños no gatean por mucho tiempo. Se impulsan para estar de pie, caminan con algún apoyo, luego caminan solos, saltan, trotan y, al final, corren. Cuando caen haciendo alguna de estas cosas, casi siempre se ponen de pie solos y lo siguen intentando a menos que reaccionemos como si fuera algo preocupante. Si emitimos un grito ahogado, los miramos asustados, corremos hacia ellos y preguntamos si están bien, seguramente provocaremos lágrimas aun si no han sufrido en la caída. Nuestros hijos imitan a menudo nuestras reacciones.

Su meta de caminar se logra y se celebra. Tal vez tú esperabas alcanzar “tu meta”. Pero caminar es también la meta de ellos. Esa es otra razón por la cual los niños no se quedan gateando. Desde pequeños, anhelan progresar. Cuando veo a mi nieta de diez meses impulsarse y caminar sujeta a los muebles, me doy cuenta de que no difiere mucho de mis hijos adolescentes que todavía están en casa y buscan progresar en términos de independencia.

¿Qué pasaría si a lo largo de sus años de crecimiento, tuviéramos la actitud de: “Ven a mamá”? ¿Cómo cambiaría todo si pudiéramos ver progreso aun al nivel más insignificante en nuestro hijo en edad preescolar, escolar, o en nuestro adolescente o joven adulto? ¿Qué pasaría si esperaríamos tropiezos en el camino y no pensáramos que

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

tropezar es un error? ¿Qué pasaría si nos pusiéramos a un metro de distancia de ellos y no a tres? ¿Qué pasaría si extendiéramos nuestros brazos hacia nuestros hijos en lugar de tenerlos cruzados? ¿Qué pasaría si sonriéramos en lugar de fruncir el entrecejo? ¿Qué pasaría si usáramos un tono de voz alentador y optimista, pidiéramos algo que nuestros hijos quieren hacer y no exigencias que están fuera de su alcance?

¿Qué pasaría si nuestros hijos tuvieran un sistema de creencias de “ven a mamá”? *Yo puedo lograr lo que mis padres me piden. Los intentos no son un fracaso, sino parte de la vida. Puedo levantarme y volver a intentarlo. La perfección puede que nunca se logre ni sea necesaria siquiera porque sé que mis padres se alegrarán con mi progreso.*

Si queremos que esto suceda, tal vez tengamos que hacer algunos ajustes en la manera en que pensamos y reaccionamos. Esta clase de afirmación motivadora puede ser ajena a nuestra experiencia personal cuando fuimos niños, así que tendremos que aprender algo nuevo y festejar nuestro propio progreso sobre la marcha. Como padres, tenemos un poder increíble sobre la manera en que nuestros hijos se sienten consigo mismos y en relación con nosotros.

EL PODER DE LAS EXPECTATIVAS

Sabemos que las cosas en exceso, por buenas que sean, pueden ser malas: demasiado helado, demasiada ropa para lavar, demasiadas llamadas telefónicas, demasiadas hojas para rastrillar, y expectativas demasiado elevadas.

La mayoría de los padres empezamos la crianza con expectativas elevadas para nuestros hijos, porque los amamos y queremos lo mejor para ellos. Si nuestros hijos cumplen con ellas, creamos unas nuevas que son aún más elevadas. Después de todo, han demostrado que son capaces y no queremos que dejen de crecer o de aprender. Todo parece muy inocente... al principio.

.....

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

Sin embargo, esto puede empezar una escalada. Si siempre estamos fijando expectativas cada vez más altas, nuestros hijos pueden pensar que nunca estaremos satisfechos. Justo cuando logran algo,

*¿Qué pasaría si
extendiéramos nuestros
brazos hacia nuestros
hijos en lugar de
tenerlos cruzados?*

y piensan que estaremos contentos y que pueden descansar, les anunciamos algo nuevo que se espera de ellos. Cuando no reconocemos que han cumplido nuestras expectativas, fácilmente dan por sentado que no estamos satisfechos.

Cuando preguntas a niños de todas las edades por qué creen que sus padres esperan perfección, ellos responden fácilmente. Algunas de las respuestas son: “Ellos me dijeron que debía mejorar. Estuve de acuerdo en que podía hacerlo mejor. Lo hice. Obtuve una mejor calificación. Ellos no dijeron ‘bien hecho’ o ‘gracias’. Solo dijeron: ‘¡Puedes hacerlo mejor!’”.

En su investigación en Celebrate Kids, la doctora Kathy señala que algunos niños añaden más comentarios. Algunos simplemente concluyen: “Nunca puedo agradar a mis padres”. Esa es una conclusión peligrosa a la que llegan los hijos, porque puede llevarlos a dejar de intentarlo. Tal vez ya no les importe lo que se espera de ellos. Quizá ya no crean en nosotros cuando decimos: “Solo queremos que hagas tu mejor esfuerzo”. Algunos nos dicen que evitan mejorar deliberadamente por la presión que viene después. Otros niños nos dicen que están enojados porque se sienten engañados. Un muchacho de secundaria confesó a la doctora Kathy: “Si lo que mi papá quería era un puntaje perfecto, desearía nada más que me lo hubiera dicho”.

Cuando nuestros hijos hacen un trabajo que no es excelente, no queremos que se acostumbren a hacer trabajos mediocres o a cometer los mismos errores, así que manifestamos nuestra preocupación, insatisfacción o decepción. Sin embargo, dependiendo de cómo reaccionamos a su trabajo, los hijos pueden malinterpretar

.....

nuestras inquietudes. Pueden creer que nunca estaremos satisfechos y que lo que buscamos es la perfección. Tal vez no logren separar su trabajo de su identidad personal, y creen que ellos son lo que hacen. *Si a papá no le agrada mi trabajo, yo tampoco le agrado.*

Fijar expectativas justas y apropiadas es clave para la crianza exitosa. Esto nos exige conocer a nuestros hijos, conocerlos realmente. Si nuestras metas son demasiado bajas, los hijos no lograrán tanto como podrían. Si son demasiado elevadas, los hijos pueden sentirse frustrados y darse por vencidos. En cualquier caso, podrían no alcanzar lo que son capaces de hacer. Fijar expectativas apropiadas nos exige conocer *realmente* a nuestros hijos.

Así como Ricitos de Oro buscaba una silla, un desayuno y una cama “a su medida”, los padres debemos buscar expectativas que estén “a la medida” de cada hijo. Al igual que Ricitos de Oro, tenemos que probarlas. ¿Cómo responde nuestro hijo mayor a esta expectativa? ¿Cómo responde nuestro hijo menor a esta otra? ¿Cómo puedo explicarla mejor para que él la entienda? Por medio de una observación atenta y detallada en los intentos de prueba y error, debemos ser capaces de ajustar las expectativas “a la medida”. Que no sean demasiado fáciles ni demasiado difíciles. Deben ser un desafío sin ser una frustración. Deben ser posibles de alcanzar con esfuerzo. Personalizadas. No un modelo de “talla única”.

¿Cuál es una actitud más sana que esperar la perfección? No se trata, por cierto, de esperar un sinnúmero de errores y fracasos. Más bien es esperar que los hijos usen toda su capacidad y sus actitudes para convertirse en aquello para lo cual han sido creados. Queremos que se conviertan plenamente en lo que son.

Nos arriesgamos a lastimar seriamente a nuestros hijos cuando esperamos que sean lo que no son. Esperar que nos den lo que no pueden dar no funciona. Tal vez hayas leído la ingeniosa historia que explica bien esto con animales. Por ejemplo, los conejos son buenos para saltar. Si tratáramos de enseñarles a volar e incluso los

calificáramos según su habilidad, reprobarían. Y, al usar toda su energía para aprender a volar, los conejos podrían perder, desestimar o dejar de usar su capacidad para saltar. Saltar podría ya no procurarles ninguna satisfacción.

Si una niña es tan genial para la música que es capaz de memorizar rápido e interpretar bellamente obras de piano complejas, eso es lo que debería hacer. Escoger música más simple o contentarse con menos que interpretaciones estelares sería un error. Esto no honraría al Creador porque estaría desestimando la forma como fue creada.

Sin embargo, esperar que esta misma niña obtenga siempre las mejores calificaciones en las clases de matemáticas puede ser injusto. No es correcto dar por sentado que al hacer algo bien (memorizar música), tenga la obligación de hacer otra bien (memorizar datos matemáticos). Antes bien, debemos buscar y usar evidencias en el momento de fijar metas y expectativas para nuestros hijos. Cuando los hijos perciben que desechamos la evidencia de lo fácil o difícil que es una actividad, se desaniman.

Un niño de sexto grado entró por la puerta, feliz de empezar al fin su escuela secundaria. Sin embargo, su dicha se desvaneció de inmediato cuando oyó a su padre decir antes de despedirse: “Vas a tener un año fabuloso en matemáticas”. Ese día más tarde, este niño le preguntó con enojo a la doctora Kathy: “No sé lo que hace pensar a mi papá que en el verano de repente me he vuelto bueno en matemáticas. Pero nada pasó. ¿Por qué no puede aceptar el hecho de que las matemáticas son difíciles para mí?”.

EL PODER DE LAS QUEJAS Y LAS COMPARACIONES

Tener expectativas poco realistas o elevarlas constantemente no es lo único que lleva a nuestros hijos a la conclusión de que esperamos que sean perfectos. Si nunca estamos contentos con nosotros mismos y ellos oyen nuestras quejas y comparaciones, también pueden

formarse una idea equivocada. ¿Qué *te* han oído decir recientemente?

“Nuestra cocina es demasiado pequeña. ¡No puedo vivir así!”.

“¡Este tráfico es horrible! Debí tomar otra vía”.

“Miren todas esas malezas. Nuestro césped es el peor de la cuadra”.

Con razón los hijos piensan que es difícil complacernos y nada es lo bastante bueno. En la crianza de los hijos, la mayoría de cosas se asimilan. Tenemos que preguntarnos: “¿Qué están ‘asimilando’ mis hijos de lo que yo hago?”.

La insatisfacción constante crea una existencia lamentable. Ya es bastante difícil para los adultos que incluso han desarrollado gran resistencia y mecanismos de defensa. Sin embargo, es muy dañino para los hijos. Ellos nunca experimentarán el gozo y la paz que produce el contentamiento. En lugar de eso, terminarán:

Intentando, sin nunca triunfar.

Esperando, siempre desilusionados.

Al fin paralizados, sin tomar más riesgos.

Comparándose siempre.

Las críticas hieren demasiado. Los perfeccionistas tienden a ver incluso las imperfecciones más imperceptibles. Aunque eso ya es muy malo, ellos van incluso más allá. Los perfeccionistas deciden que las imperfecciones hacen de ellos o de otras personas totalmente inaceptables. Esto puede dañar su capacidad de tener relaciones saludables. Los perfeccionistas tienden a pensar que las imperfecciones son completamente inaceptables.

El contentamiento no es fácil. Quizá nunca lo ha sido, pero hoy es aún más difícil por la facilidad con la cual se compara. Siempre podemos encontrar a alguien más inteligente, capaz, apuesto, o más organizado. Con los anuncios de televisión que nos recuerdan constantemente lo que no tenemos, las revistas mostrándonos apariencias perfectas, las publicaciones, fotografías y vídeos de Pinterest y Facebook que provocan aun en adultos maduros complejos de

inferioridad, no es sorprendente que sea difícil estar contento. Es fácil empezar a sentirse mal consigo mismo.

No obstante, cuídate de tener esa actitud. Ya sabes que te roba el gozo, la paz y la satisfacción. Sustituye el contentamiento con preguntas, dudas y confusión. Puedes identificar esa actitud si evalúas tu vida mental. Mira si a veces piensas:

Si tuviera la cocina de ella, prepararía mejores comidas y podría atender invitados.

Desearía vivir donde no hubiera tráfico. Así podría llevar a los niños a muchos lugares divertidos.

No puedo creer lo mal que se ve nuestro césped comparado con la casa de la esquina. ¡Ni siquiera eso lo tengo bien!

Desearía tener un auto mejor. Nuestro auto viejo se ve muy mal comparado con el de nuestro vecino.

Si tuviéramos más dinero, podríamos _____.

Es pensar que lo ajeno es mejor. Cuando miramos otros horizontes y creemos que son mejores, rápidamente nos sentimos insatisfechos. Somos críticos. Podemos llegar a enojarnos.

Esta actitud de mirar otros horizontes y creer que son mejores nos lleva a pensar:

Sería feliz si...

Si mis hijos fueran mejores lectores, entonces...

Nuestros hijos se comportarían mejor si...

El contentamiento significa vivir la vida confiadamente *tal como es*. Criar a nuestros hijos *tal como son*. Cuando aceptamos nuestra vida real, a nuestros hijos reales y a nuestra pareja real, no cuestionaremos todo. No culparemos a otros. No nos preguntaremos “lo que pasaría si...”. No nos criticaremos. No viviremos con la mentalidad de “si tan solo...”.

Cuando podemos contentarnos con lo que tenemos, no supondremos que “esto” o “aquello” nos va a hacer más felices. No gastaremos tanto tiempo pensando que debemos comprar otra casa,

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

casarnos con otra persona, o conformarnos con dos hijos. No gastaremos tiempo enojándonos a causa de oportunidades perdidas. No nos obsesionaremos con un comentario negativo en nuestro reporte de trabajo. No lloraremos sobre leche derramada ni perderemos de vista el aspecto positivo de las cosas porque solo buscamos la perfección.

Contentamiento significa que no nos enfocamos en lo que no tenemos, en lo que no podemos hacer, en lo que está mal con cada cosa y con todos los que nos rodean. Seremos conscientes de estas cosas, porque sabemos que la vida no puede ser perfecta, pero no nos enfocaremos en eso. Antes bien, nos enfocaremos en lo que *sí* tenemos, en lo que *sí podemos* hacer, y en lo que *sí* funciona en el mundo, aun en nuestro pedazo de mundo.

*Contentamiento
no es lo mismo
estancarse.*

Contentamiento y perfeccionismo no puede coexistir. El contentamiento dice que estamos satisfechos. El perfeccionismo dice que nunca lo estamos.

Nuestro contentamiento está ligado a tener expectativas realistas de nosotros mismos. Esto es posible solo cuando nos conocemos bien a nosotros mismos. Debemos ser sinceros y saber si hay fortalezas que todavía no hemos aprovechado y debilidades que consideramos permanentes y dañinas. Podemos compararnos con lo que fuimos en el pasado y no con una imagen distorsionada de quién somos o quién deseábamos ser. Resistimos el impulso de decidir si estamos bien o mal según las comparaciones con los demás.

Debemos valorar nuestras habilidades sin caer en el orgullo, y aceptar nuestras debilidades sin dejar que nos vengzan. Las personas agradecidas se sienten a gusto con lo que son. Hemos aprendido a pasar por alto las señales culturales y las palabras de los “amigos” que dicen que deberíamos tener mucho más de lo que tenemos o que podríamos ser mucho más de lo que somos. Los padres agradecidos no se comparan constantemente con otros. Están más agradecidos por lo que tienen que preocupados por lo que no tienen.

.....

Los adultos que están contentos consigo mismos desearán que sus hijos también lo estén. Han aprendido que contentamiento no es lo mismo que estancarse, contentarse con la mediocridad o con menos de lo que ellos son capaces. Con demasiada frecuencia, la culpa y la vergüenza pueden ir ligadas a esas decisiones. Los padres que están satisfechos con lo que son han aprendido a valorar la paz y quieren que sus hijos experimenten lo mismo. A ellos les gusta la calma que acompaña el contentamiento y anhelan que sus hijos también la conozcan. También aprecian la dicha del contentamiento y de poder enfocarse en otros, y quieren que sus hijos experimenten esas cualidades.

El contentamiento no lleva a los padres o a los hijos a conformarse con menos. ¡Todo lo contrario! El contentamiento en realidad nos permite arriesgar más. Nos esforzamos por aprender algo nuevo. Estamos más dispuestos a intentar un ascenso en el trabajo porque nuestras vidas no dependen de eso. Invitaremos personas a cenar aunque la casa no esté perfecta. Incluso podemos preparar a los invitados una nueva receta que no hemos comido antes en familia.

A los hijos que viven satisfechos y no se les ha enseñado el razonamiento del “qué pasaría si...” propio de la actitud de preferir lo que otros tienen, tendrán mayores posibilidades de convertirse en las personas que Dios ha deseado que sean. Se sentirán a gusto con lo que son y aprenderán a contentarse con sus fortalezas naturales, talentos e intereses. Los usarán, los desarrollarán, y servirán a Dios con ellos. Sus debilidades no los asustan, no los definen ni los controlan.

¿No es esto lo que tú y yo queremos para nuestros hijos? Queremos que tengan la libertad de ser ellos mismos en un mundo que los presiona para que se conformen a otro molde. Anhelamos ser sus admiradores a pesar de sus errores. Queremos que sean lo mejor que pueden ser. Queremos que sean ellos mismos, no perfectos, simplemente todo lo que pueden ser.

¡Los hijos no tienen que ser perfectos!

¿Cómo lograrlo? ¿Cómo mantenerse alejado de la perfección?
¿Cómo podemos ver a nuestros hijos a través de los ojos de nuestro
Creador? ¡Sigue leyendo! Hay preguntas importantes que es pre-
ciso formularse, y lecciones importantes que los padres debemos
aprender.

LA HISTORIA DE CHERI

Fue un desastre total. Había hecho una simple pregunta. Ella lanzó su pequeño cuerpecito de cinco años en el piso. Yo me exasperé de inmediato. Alzaba la voz al tiempo que intentaba mantener la calma. Mi primer instinto fue: *¿Te estás burlando de mí?!* Mi segundo instinto fue que necesitaba acostar a esta criatura. Rápidamente mi pregunta se volvió una exigencia.

Después de tres hijos, un sinnúmero de pataletas, y trece años de maternidad, ¿por qué sigo permitiendo que estos berrinches me saquen de quicio?

La perfección.

Es una palabra fea.

Espero demasiado de mis hijos. Paso por alto las señales. Yo sabía que mi niña había estado afuera nadando, jugando, comiendo y riendo todo el día con los niños vecinos. Sabía que acababa de recuperarse de una infección de oído y dolor de garganta. Sabía que no había dormido bien. Sabía que estaba exhausta. Aun bajo todas esas circunstancias, esperaba que ella cooperara sin discutir.

Tan pronto me di cuenta de lo que estaba haciendo, renuncié a mi exigencia. La abracé. Ella dejó de llorar, y se logró un acuerdo. Volvimos a empezar. No soy una mamá perfecta. No tengo hijos perfectos. Nos las arreglamos con gracia y perdón, con lecciones aprendidas.

No seas demasiado duro con tus hijos. Presta atención a las señales. Perdona. Ama.¹

1. Cheri Nixon, blog post "Perfection is an ugly word", 17 de julio de 2013. Usado con permiso. www.hecticsweetness.com.