

# Eva Millet

## «Hay que permitir que los hijos se aburran»

**Ser padre y madre significa criar personas.** La divulgadora alerta, sin embargo, de que inmersos en un mundo ansioso y competitivo como estamos, hay progenitores obsesionados en criar hijos perfectos. Niños hiperestimulados, hiperasistidos e hiperprotegidos.

POR **OLGA PEREDA**

Barcelona, 1968. Periodista y escritora

**S**i cargas con la mochila de tu hijo a la salida del colegio, si tu crío tiene agenda de ministro, si no se aburre nunca, si te provoca ansiedad convertirle en el próximo Messi o Mozart es más que probable que seas un padre o madre helicóptero y hayas caído en las garras de la hiperpaternidad, un fenómeno importado de EEUU y estudiado en profundidad por la periodista Eva Millet, autora de libros como *Hiperpaternidad*, *Hiper niños*, *¿Hijos perfectos o hipohijos?* y *Niños, adolescentes y ansiedad* (editados por Plataforma Actual).

— **Hay madres que atan las zapatillas a sus hijos de 10 años. ¿También son hipermadres?**

— Sí, un claro ejemplo, como el de cargar con las mochilas cuando salen de la escuela. La hiperpaternidad es curiosa porque, por una parte, se esperan grandes cosas del niño, pero las más

normales no las hacen. A los seis años saben esquiar pero no se atan las zapatillas. O hablan chino pero son incapaces de decir 'buenos días' al entrar en un sitio. El tema de la mochila es un clásico. Hoy los padres somos sherpas y cargamos con la de nuestros hijos. La deben llevar ellos. Es su mochila, su responsabilidad.

— **La generación EGB se acostumbró a que sus padres no les hicieran demasiado caso. ¿Por qué hemos pasado de los niños mueble a los niños altar?**

— Por varios factores. El primero, el demográfico. La media de hijos en España es de 1,3. Se tienen a una edad más tardía y ha habido tiempo de planear cómo será ese hijo. Nos hemos profesionalizado como padres y madres. En la hiperpaternidad se importan herramientas del mundo laboral a la crianza. Es decir, algo que es natural lo hemos profesionalizado y es un trabajo a tiempo completo. El segundo

**Selenció en la UAB** y trabajó en Londres para *The Guardian* y la BBC, cadena para la que ejerció de corresponsal en México. Actualmente, es colaboradora habitual en diarios y revistas.

**Tiene dos hijos.** A raíz del nacimiento del primero, en el 2002, empezó a publicar temas de educación y crianza. En el 2014 puso en marcha el blog [www.educa2.info](http://www.educa2.info).

**Acaba de participar** en Barcelona en una charla en el marco de la iniciativa del BBVA 'Aprendemos juntos'. Organizada en colaboración con EL PERIÓDICO, la conferencia se centró en la hiperpaternidad y la ansiedad.

motivo es que hay una oferta brutal para hacer de tu hijo lo que tú quieras. Te acabas metiendo en una rueda porque parece que si no le ofreces todos estos *inputs* el niño no triunfará. Eso provoca mucha ansiedad.

— **Pero estamos delante de la generación de padres y madres con menos tiempo de la historia.**

— No diría eso. Yo diría que somos la generación con menos tiempo tranquilo. Hoy los padres dedican más tiempo a su prole que nunca. Pero esas horas se dedican siempre a hacer muchas cosas. Madeline Levine, divulgadora americana, afirma que la crianza se ha convertido en un campo de entrenamiento. Eso de estar en casa una tarde de sábado sin hacer nada queda mal. No tener tiempo libre y que tu agenda esté llena de cosas se ha convertido en un símbolo de estatus.

— **¿Cómo evitar la hiperpaternidad?**

— Permite que tu prole se aburra

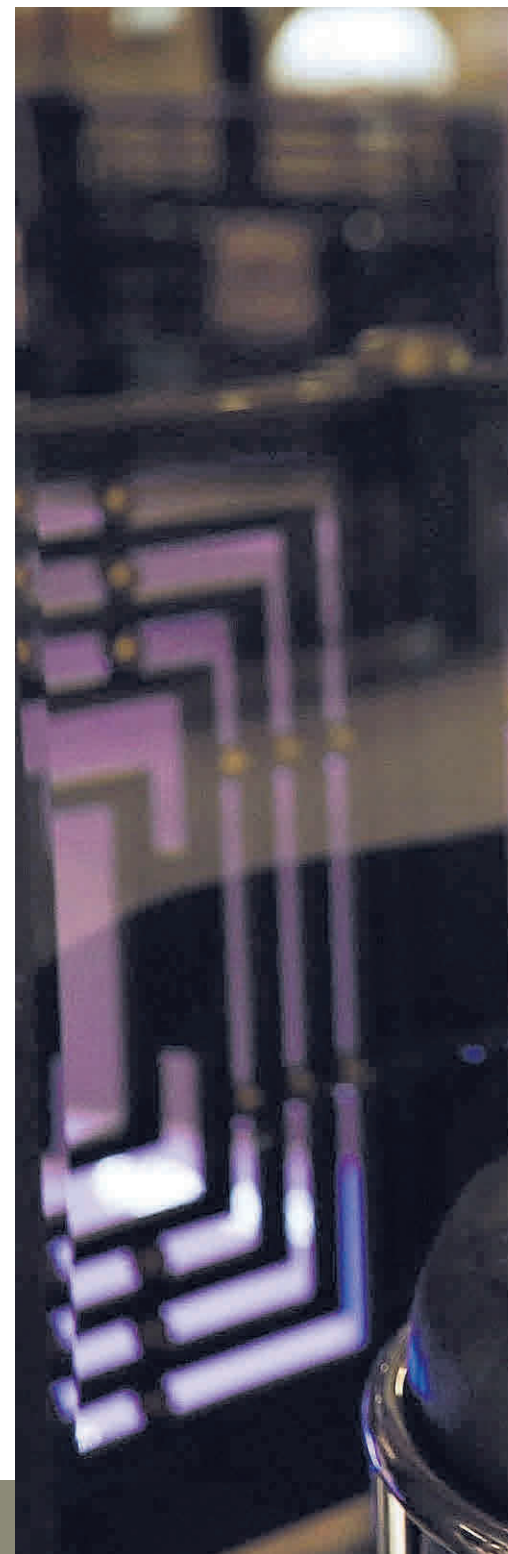
un rato y deja de ser su animador o animadora sociocultural. Que tu hijo espabile y juegue con sus juguetes. Nunca han tenido tantos y, sin embargo, carecen de tiempo. Los menores cada vez juegan menos, el día no les da tanto de sí. Jugar es un derecho, que no se nos olvide. Es fundamental para el desarrollo infantil. Los padres, sin embargo, nos sentimos culpables si se aburren 10 minutos. Aburrirse es sano.

— **«Hoy nos preparamos el examen». «Mañana tenemos piscina». Utilizar el plural es otro síntoma de hiperpaternidad o hipermaternidad.**

— Es una de sus características. La comunión con los hijos es tal que hablamos en plural. Intentemos distanciarnos. Ellos son ellos. Y nosotros, nosotros.

— **Hablando de agendas de ministros, la actual lista de extraescolares es colosal.**

— A veces es la única posibilidad que tenemos de compaginar



ELISENDA PONS



Eva Millet participó en el foro 'Aprendemos juntos' de BBVA y EL PERIÓDICO DE CATALUNYA.

— **¿Cuál es la receta para lo contrario?**

—Lo que comentaba antes, relajarnos un poco y pensar que no todo depende de nuestro control. Dejar a los niños un poco más a su aire. Este modelo de proyectarlos como el futuro pianista o el cirujano hace que estemos todo el día encima suyo. Conclusión: les estamos arrebatando autonomía. Yo hablaría de sana desatención, de observar sin intervenir a la primera de cambio. Crecer es equivocarse. Si no, no aprenderán a valerse por ellos mismos. Hay que darles herramientas para que sepan solucionar sus pequeños problemas. Un ejemplo serían los deberes escolares, que tendrían que hacer ellos mismos. Dejemos de preguntarles todo. Trabajemos los límites. Y, sobre todo, confíemos en ellos y en nosotros. La crianza es un proyecto a largo plazo.

— **Estamos en Navidad. Muchas familias organizan un viaje a Lapponia para ver a Papá Noel. ¿Una moda o una buena idea?**

—Si quieres ir, ve. Pero lo veo innecesario. Uno de los problemas de la paternidad es una oferta descomunal en el mercado, no solo de actividades académicas sino de experiencias. Ahora en la vida no compras cosas, sino experiencias. Y en los niños son experiencias mágicas, ya sea alquilar una limusina rosa para celebrar el cumpleaños o ir a Disneyland o Lapponia.

— **Si no entras en esa rueda eres un padre paria.**

—Antes hablábamos de los límites. Y esto es un ejemplo. Si tú no quieres hacer ese viaje, puedes hacer una fiesta de cumpleaños en un parque y disfrutar mucho. Hay mucha competencia entre familias.

— **Problemas del primer mundo.**

—Criar a un hiperniño es carísimo. Me gustaría resaltar, además, que cada vez hay más niños desamparados en nuestro país. Solo en Catalunya, según un informe de Save the Children, el 27,7% de la población infantil vive en riesgo de pobreza. Niños abandonados por las familias y por la sociedad. Luego están los niños hiperestimulados, hiperviajados e hiperconsentidos. La clase media en la crianza está desapareciendo. ≡

nuestra vida familiar con la laboral. La conciliación, o la falta de ella, es un tema del que deberíamos hablar. Pero es cierto que hay un abuso de las extraescolares, que, además, cada vez se practican antes. El motivo son los neuromitos educativos que circulan entre los nuevos padres. Esas teorías que dicen que hasta los tres años se hacen todas las conexiones neuronales y que después ya es tarde para aprender. Queremos pequeños Messi, pequeños Mozart y pequeños Einstein. Si tu hijo no está interesado en hacer música no le apuntes. ¿A quién le interesa que asista a las extraescolares? ¿A mí o a mi hijo? La hiperpaternidad implica grandes dosis de ansiedad en los padres. Quizá los críos están mejor en el parque que en el aula de música.

— **Nunca como hasta ahora se hablaba tanto de las emociones infantiles. ¿Son tan importantes?**

—Las emociones se están convirtiendo en un producto de merca-

do más. Reina esta idea de que la inteligencia emocional servirá para nuestros hijos en el futuro. Está bien hablar de emociones y saber gestionarlas. Pero la educación emocional no es decirle al niño todo el rato lo guapo y lo listo que es. Es necesario educar en la empatía, la tolerancia a la frustración y el autocontrol.

— **Usted defiende que una familia no es una democracia y que nunca debemos preguntar a un niño de tres o cuatro años, por ejemplo, qué quiere cenar.**

—Es que eso lo tienes que decidir tú, que sabes qué es lo que le conviene. Hay padres que si el chiquillo está malito le preguntan si quiere medicina. Basta. No acosemos a los niños a preguntas. En el mundo de la paternidad corre la idea de que todos somos iguales y que cómo les vamos a imponer un menú. La familia no ha de ser una dictadura, cierto. Pero hay jerarquía. Una buena crianza necesita amor, pero también límites.

“

«Hay un abuso de extraescolares, que, además, cada vez se practican antes. Queremos pequeños Messi, pequeños Mozart y pequeños Einstein. Pero, si tu hijo no está interesado en la música, no le apuntes»

— **¿Y los castigos? No físicos, por supuesto.**

—La palabra es peyorativa. Estar educando con castigos continuos no es buena idea. ¿Se puede educar sin límites ni castigos? Creo que es difícil. Los castigos deben ser pocos, moderados y solo imponerlos cuando son necesarios.

— **«No tenemos que educar a un hijo perfecto sino criar personas», recuerda en sus libros.**

—Esta idea de la perfección es muy americana. La casa perfecta, la boda perfecta, las vacaciones perfectas... Ahora tienes que tener el hijo perfecto. La hiperpaternidad es un fenómeno que empieza en EEUU. Una de las causas de la ansiedad de los progenitores es, precisamente, esta presión por la perfección. La perfección está en una fórmula matemática o en un atardecer, pero en los seres humanos, no. Aspiramos a tener unos hijos razonablemente buenos. Buscar la perfección es una receta para la ansiedad.