EL CASO DE MARÍA JESÚS

ALAVA REYES
CENTRO DE PSICOLOGÍA

(Extraído de María Jesús Álava Reyes: *Lo mejor de tu vida eres tú.* La Esfera de los Libros, Madrid, 2018)

En este caso, excepcionalmente, y porque creo que es ilustrativo para el tema que nos ocupa, contaré una experiencia muy personal; mi propia experiencia. Como psicóloga he analizado en profundidad cómo fue mi infancia, cómo la viví y cómo ha influido en mi desarrollo posterior.

Personalmente, me considero una persona que cree mucho en sí misma, una persona LIBRE, con mayúsculas, en toda la profundidad del término. Pero esto no significa que haya tenido una vida excepcional; significa que desde pequeña, afortunadamente para mí, me inculcaron unos principios fundamentales, que han sido cruciales para mi vida adulta. Unos principios basados en un eje esencial: fui una niña muy aceptada, querida, valorada y respetada por mis padres en todos los ámbitos de mi vida; en mis travesuras, que fueron muchas; en mis preguntas, que eran constantes, y en mis reflexiones, que eran para mí tan estimulantes como agotadoras para mis padres.

En este sentido, sin duda, mi madre ocupó un papel clave. De mi madre aprendí la importancia de observar y saber escuchar, hacer que cada persona se sienta comprendida y lograr que la alegría prevalezca siempre sobre la tristeza, y la ilusión sobre el desánimo.

Mi padre me mostró el camino de la reflexión. Él siempre nos decía que teníamos que tener memoria y teníamos que conocer la historia, para no repetir los mismos errores. Cuando yo apenas tendría cuatro años, me impresionaba tanto la contundencia con la que mi padre hablaba de la memoria y de la historia que estaba muy preocupada por conservar mi memoria; de hecho, me sentía muy mal por no poder recordar cómo era yo cuando era más pequeña; me encantaba que me contaran qué pasó cuando nací, qué hacía cuando era bebé, pero, por más que me esforzaba, no conseguía recordar esos primeros momentos de mi vida; así que me propuse cada mañana, nada más despertarme, intentar recordar lo que había hecho el día anterior, y lo que había aprendido ese día, para no olvidarlo y no cometer los mismos errores.

Entonces me di cuenta de algo muy importante:

Aprendes mucho más observando, analizando, reflexionando, investigando, pensando y, en muchos casos, pasando a la acción; más que preguntando, porque olvidas más fácilmente lo que te dicen que las conclusiones a las que tú has llegado, o las vivencias que has experimentado.

Para mí, reflexionar es vital, es lo que nos permite vivir en armonía. Sin duda, lo aprendí de mis padres y por ello coincido con José M.ª de Pereda cuando dice que la experiencia no consiste en lo que se ha vivido, sino en lo que se ha reflexionado. Cicerón nos decía que vivir es pensar.

Cuando ejercemos como “observadores”, como ya indicábamos en el apartado anterior, vemos que existen claras diferencias entre las conductas que presentan los diferentes grupos de niños; unos son más decididos; otros, menos; algunos parecen más alegres, más espontáneos, más desinhibidos, más seguros…; otros, por el contrario, se muestran más inhibidos, menos expresivos, más inseguros…; pero todos, absolutamente todos, y cada uno “a su manera”, están desarrollando un proceso de “ensayo-error”, que les permita creer en sí mismos.

Cuando conocí a Josefina y a Susana Aldecoa, sonreí desde lo más profundo de mi ser, porque pensé: ¡por fin he encontrado el mejor ejemplo de lo que debe ser la educación al servicio de los niños!

Con ellas comparto los principios básicos de la educación: la importancia de los primeros años en la vida posterior de cada persona y cómo una educación pensada por y para los niños consigue respetar la singularidad de cada alumno, intentando a la vez sacar el máximo potencial que lleva dentro. Coincido plenamente en que educadores y padres pueden y deben trabajar juntos para lograr que los niños sean felices y tengan las mejores condiciones para hacer de ellos unos adultos maduros y preparados para la vida. Hoy hay muchos niños que necesitan aprender de verdad a mirar, para poder ver todo lo que les depara la vida y saber todo lo que ellos pueden hacer.

La Psicología y la práctica de mi profesión me han mostrado que no hay reglas universales, pero, afortunadamente, sí que existen unos principios básicos que pueden ayudarnos en esa difícil, delicada, maravillosa y compleja tarea que es educar y conseguir que cada niño crea en él.

Y esos principios hoy me parecen más necesarios que nunca, cuando, con gran pena, contemplo como tenemos aparentemente la generación con más conocimientos de la historia, con más estudios, entre comillas, pero, como, a la par, esta generación carece de las herramientas y de los recursos que nos facilita la inteligencia emocional para enfrentarnos con éxito a las dificultades de la vida.

No se trata de enseñar atajos a los niños –en educación siempre son peligrosos–, pero sí podemos y debemos facilitarles los recursos para que caminen en las mejores condiciones, y disfruten de cada una de las páginas de ese gran libro que es su propia vida.

Hoy, que de nuevo se habla tanto de suprimir determinadas asignaturas y de añadir otras nuevas, ¿cómo es posible que a nadie se le haya ocurrido incluir una asignatura que se llamase, por ejemplo, CÓMO APRENDER A VIVIR?: cómo podemos conocernos mejor, comunicarnos mejor, creer en nosotros y desarrollar mejor nuestro potencial. En definitiva, cómo conseguimos ser, de verdad, las personas que queremos ser, utilizando para ello todos los recursos que nos ofrecen la Psicología y la Pedagogía actuales.

Y en este punto, siempre insisto en la necesidad de poner unos límites, unas normas básicas, unas reglas claramente definidas y unos hábitos que ayuden a los niños de hoy a desarrollar y alcanzar los recursos que necesitarán mañana; esos recursos que les faciliten su futuro crecimiento como personas; que les eduquen en la convivencia con sus compañeros, sus padres y sus profesores; que les inculquen el cuidado hacia el medio; que les potencien su capacidad para experimentar alegría, felicidad…; que fomenten su aprecio y su respeto hacia los valores de los otros; que les permitan superar las dificultades y que puedan aprender de las adversidades y de las frustraciones…; en suma, que les ayuden a creer en ellos y, en consecuencia, a saber vivir y valorar la vida.