

Lo que he aprendido sobre las ciencias del comportamiento desde que soy padre

Y por qué muchas veces no crié a mi hija como me había imaginado

Michael Feigelson

CEO

Fundación Bernard van Leer

El número de 2022 de *Espacio para la Infancia* contribuye a abordar la cuestión de cómo aplicar las ciencias del comportamiento en la primera infancia. En estas páginas se trata una gran variedad de asuntos: el fomento de la lectura a los niños y las niñas, la enseñanza de técnicas de orientación para trabajadores de la salud, el papel de las nuevas tecnologías para el cambio de conductas, la importancia del humor y la alegría, la transformación de espacios públicos en lugares para la crianza, la simplificación de la burocracia para mejorar las vidas de las familias. Como soy el director ejecutivo de la Fundación Bernard van Leer, una organización que invierte en el uso de las ciencias del comportamiento para mejorar la eficacia de las políticas destinadas a la primera infancia, me han invitado a compartir mi punto de vista.

Para escribir un artículo sincero, tenía que empezar por reflexionar sobre mi propia experiencia como padre. Si en el trabajo pasaba horas leyendo estudios científicos y hablando con los mejores especialistas en primera infancia del mundo, ¿por qué tantas veces no lograba criar a mi hija como me había imaginado?

¿Qué ocurrió entonces? Pasó un mes sin que escribiese el artículo, y acabé entregando un borrador semanas después del plazo acordado. Entre mis

obligaciones laborales y mis responsabilidades familiares, era difícil sacar tiempo para este tipo de reflexión. Eso es lo que me decía a mí mismo, pero quizá había otra razón...

Con todo lo que sé sobre desarrollo infantil, mi intención era ser la pareja perfecta durante el embarazo de Melania, pero este coincidió con un periodo muy estresante en el trabajo. Yo estaba físicamente presente y hacía lo que se esperaba de mí, pero tenía siempre la cabeza en otro sitio. A esto se sumó un primer trimestre difícil, y mi actitud generó mucha tensión en casa. Ambos dejamos atrás enseguida nuestra visión idílica y romántica del embarazo y nos sumergimos en una convivencia conflictiva. Como pareja, pasé de ser el compañero modelo del siglo XXI que siempre colaboraba a un marido ausente y a la defensiva.

Cuando nació nuestra hija Mila, también me resultó difícil poner en práctica los hábitos de crianza positiva que sabía que eran importantes. Por ejemplo, yo había escrito un artículo para recomendar a los fabricantes de pañales que escribiesen en sus productos mensajes para recordar a los padres y a las madres que hablasen con los bebés, pues el momento de cambiarlos parecía perfecto para contarles un cuento. Sin embargo, cada vez que cambiaba a Mila, al terminar me daba

cuenta de que me había olvidado por completo de hablarle. Por lo general, el problema era el agotamiento. No dormíamos mucho. Me sentía como un zombi y también le cambiaba el pañal como uno.

Otro ejemplo: a los 3 años, Mila enfermó seriamente y pasó 10 días ingresada en el hospital. Lo único que la calmaba era el iPad. Hoy, a los 8 años, goza de muy buena salud, pero nunca le quitamos ese hábito. A pesar de tener acceso a las mejores reflexiones de la American Academy of Pediatrics sobre el tiempo de uso de pantallas, prácticamente a diario seguimos dejando que supere el máximo recomendado. ¿Por qué? Al principio, estábamos siempre cansados y esta era la forma más fácil de tomarnos una pausa. Después llegó la COVID y se convirtió en un mecanismo de supervivencia para poder trabajar desde casa. Con el paso del tiempo, este hábito se fue arraigando y cada vez resultaba más difícil modificarlo.

Por último, está el tema de la paciencia. En mi opinión, si hay una característica por la que se diferencia un padre modélico, es la paciencia. Saber escuchar. Respetar la voz de los niños y las niñas.

Cuando empezamos a trabajar, Melania y yo habíamos sido educadores y nos habían enseñado a poner en práctica estos principios. Cuando nació nuestra hija, queríamos criarla según lo aprendido. Dedicamos mucha energía para lograrlo, pero tiene un coste. Cuando la crianza se convierte en una especie de negociación interminable con tu hija, la paciencia se va agotando, lo cual me ha hecho perder la calma más veces de las que me gusta admitir.

Uno de los errores más habituales en los programas para la primera infancia consiste en dar por hecho que el problema está en tener información: que si las familias y los cuidadores y cuidadoras saben más, cambian de comportamiento. Sin embargo, como he tratado de ilustrar, el conocimiento no basta.

Para que una iniciativa sea eficaz, en primer lugar hay que tener en cuenta que las personas que se dedican al cuidado infantil siempre están ocupadas y cansadas. El diseño de los programas no puede

pasar por alto que esta situación limita el espacio cognitivo necesario para aprender y poner en práctica nuevos comportamientos.

«Cuando nació nuestra hija Mila, también me resultó difícil poner en práctica los hábitos de crianza positiva que sabía que eran importantes»

En segundo lugar, los programas deberían incentivar, no juzgar. El verdadero motivo por el que dejé pasar tanto tiempo antes de escribir el artículo es que en mi entorno las normas sociales sobre la crianza hacen que resulte difícil admitir los errores. Hay una fuerte presión para desempeñar esta labor a la perfección, e ideas muy consolidadas sobre lo que conlleva esa «perfección». En otras culturas, tal vez las normas sean diferentes, pero el principio sigue siendo el mismo. Quien diseña programas debe conocer las normas sociales por las que se guían las familias, pues de estas dependerá qué es posible y qué no.

Para las madres, los padres y otras personas que cuidan a niños pequeños, la primera infancia es muy bonita, pero también es caótica, estresante y complicada. Es inevitable cometer errores a diario y tendemos a juzgarnos a nosotros mismos y a los demás con una severidad que reservamos a pocos otros ámbitos de la vida. Si somos conscientes de esta realidad, resulta más fácil cambiar de hábitos.

↓ Michael y su hija Mila



➤ Este artículo está disponible en [espacioparalainfancia.online/2022-1](https://www.espacioparalainfancia.online/2022-1)