

GUÍAS PARA PADRES, 6

D.W. Winnicott

CONOZCA A SU NIÑO

Psicología de las primeras
relaciones entre el niño
y su familia



PAIDÓS

Donald W. Winnicott

Conozca a su niño

Psicología
de las primeras relaciones
entre el niño y su familia

ediciones PAIDÓS

Barcelona-Buenos Aires-México

Título original: *The Child and the Family*

Publicado en inglés por Tavistock Publications Ltd.

Traducción de Noemí Roseblatt

Fotografía de cubierta de Katy Trias

2.^a reimpresión en España, 1994

© de todas las ediciones en castellano

Ediciones Paidós Ibérica, S.A., Mariano Cubí,

92 – 08021 Barcelona y Editorial Paidós,

SAICF, Defensa, 599 - Buenos Aires

ISBN: 84-7509-921-1 Depósito legal: B-3759/1994

Impreso en Hurope, S.L. Recaredo, 2 - 08005 Barcelona

Impreso en España - Printed in Spain

Índice

Prefacio

/ . La madre y su bebé

1. Un hombre opina sobre la maternidad
2. Cómo conocer a su bebé
3. El bebé: una empresa en marcha
4. La alimentación del niño
5. ¿Adónde va el alimento?
6. El final del proceso digestivo
7. El bebé como persona
8. Primer plano de la madre alimentando al bebé
9. ¿Por qué lloran los bebés?
10. El mundo en pequeñas dosis
11. La moralidad innata del bebé
12. El destete
13. Saber y aprender
14. Los instintos y las dificultades normales

// . Los problemas familiares

1. ¿Y el padre?
2. Sus normas y las de sus hijos
3. Los niños y los adultos
4. ¿Qué entendemos por niño normal?
5. El hijo único
6. Los mellizos
7. El robo y la mentira
8. Los niños en el hospital
9. Los hijos adoptivos
10. Primeros ensayos de independencia
11. Apoyo a los padres normales

Postscriptum. La contribución de la madre a la sociedad

Prefacio

Estas charlas dirigidas a los padres se realizaron en su mayoría en los años 1940 al 1950 y se presentan ahora en conjunto sin alteraciones de importancia.

Un autor casi siempre está en deuda con su público, y yo más que nadie. El mayor estímulo lo recibí de Janet Quigley, quien sugirió durante los años de guerra que diese una serie de charlas radiales semanales dirigidas a todas las madres. Esta primera serie fue recopilada en un folleto titulado "Getting to Know Your Baby", que se agotó. En 1949 J. D. Benzie (Mrs. Royston Morley) me ofreció once charlas radiales a través de la BBC, de las cuales nueve fueron publicadas con el título de "The Ordinary Devoted Mother and Her Baby" (también agotado).

Más tarde la doctora Peggy Volkov, quien durante muchos años fue la editora de *New Era in Home and School*, me persuadió de que publicase mis charlas a grupos de padres; siempre le estaré agradecido por haberme alentado.

Me es imposible nombrar a todos aquellos que también me han ayudado; sólo puedo expresar mi esperanza de que a mi vez yo les haya sido útil.

D. W. WINNICOTT

F. R. C. P. (Londres).

LA MADRE Y SU BEBÉ

1

Un hombre opina sobre la maternidad

Para comenzar, le proporcionaré un cierto alivio saber que no me propongo decirle qué debe hacer. Como hombre no puedo saber realmente qué significa ver en esa cuna un trozo de mí mismo, una parte mía con vida independiente que, al mismo tiempo, depende de mí y que gradualmente se va convirtiendo en una persona. Es una experiencia que sólo una mujer puede tener y que quizá sólo ella es capaz de imaginar, como ocurre cuando por distintos motivos desafortunados la experiencia real no se lleva a cabo.

¿Qué puedo hacer, pues, si no me propongo dar indicaciones? Estoy acostumbrado a que las madres me traigan a sus hijos, y cuando eso ocurre, el tema de la consulta está allí presente, ante nuestros ojos. El bebé se mueve inquieto sobre las rodillas maternas, trata de apoderarse de los objetos que están sobre mi escritorio, se desliza hasta el piso y gatea por la habitación; se trepa a las sillas, o saca los libros de los estantes, o quizá se aferra a la madre por temor a ese individuo de saco blanco, sin duda un monstruo que come chicos si se portan bien y hace cosas aún más horribles si se portan mal. Cuando se trata de un niño más grande, se sienta a una mesa apartada y dibuja, mientras su madre y yo tratamos de reconstruir la historia de su desarrollo y descubrir en qué momento las cosas comenzaron a andar mal. El niño escucha con disimulo para estar seguro de que nada tramamos y, al mismo tiempo, se [13] comunica conmigo sin hablar, mediante los dibujos; de tanto en tanto, mientras converso con la madre, me levanto para verlos.

¡Qué fácil resulta todo esto, y qué distinta es mi tarea actual, para la cual debo fabricar un bebé o un niño recurriendo a mi imaginación y mi experiencia!

Usted ha tenido la misma dificultad. Si a mí me resulta imposible comunicarme con usted, ¿cómo se sintió usted con un bebé de pocas semanas, sin saber siquiera qué era, o qué no era *eso* con que debía comunicarse? Si medita un momento sobre esto, trate de recordar a qué edad su bebé dio señales de reconocerla ya como persona, y qué fue lo que le dio la seguridad, en ese momento emocionante, de que ustedes eran dos personas que se comunicaban entre sí, sin hablar. ¿Qué lenguaje habría podido usar? No, sólo le preocupaba el manejo del cuerpo del bebé, y le gustaba que fuera así. Sabía cómo levantar al bebé, cómo acostarlo y cómo dejarlo solo, para que la cuna actuara por usted; y ya había aprendido a arreglarle las ropas para que el bebé estuviera cómodo y conservara su calor natural. Sin duda, usted ya sabía todo eso cuando era una niña y jugaba con muñecas. Además, había momentos especiales durante los cuales hacía cosas definidas: alimentarlo, bañarlo, cambiarle los pañales y acunarlo. A veces la orina se deslizaba por su delantal de cocina o bien penetraba a través de la ropa y la empapaba como si le hubiera ocurrido a usted misma, pero no le importaba. De hecho, esas cosas le permitían tener la certeza de ser una mujer y una madre devota común.

Le digo todo esto porque quiero que sepa que este hombre, cómodamente apartado de la vida real, libre del ruido, el olor y la responsabilidad que implica el cuidado de un niño, sabe que la madre de un bebé está en contacto con cosas reales y que no se perdería

esa experiencia por [14] nada del mundo. Si partimos de esta base, quizás usted me permita hablar sobre una madre devota común que orienta las primeras etapas en la vida de un nuevo ser humano. No puedo decirle qué debe hacer exactamente, pero sí hablar sobre lo que todo ello significa.

En las cosas corrientes que usted hace, cumple con toda naturalidad una función muy importante, cuya belleza consiste en que no necesita ser inteligente y ni siquiera tiene necesidad de pensar si no lo desea. Quizás haya sido un desastre en aritmética o quizá todas sus amigas se hayan destacado, pero como usted no podía soportar la vista de un libro de historia, fracasó y abandonó la escuela temprano; o quizá le hubiera ido mejor de no haber tenido el sarampión antes del examen. O también es posible que sea muy inteligente. Pero todo eso no importa y no tiene nada que ver con que usted sea o no una buena madre. Si una criatura puede jugar con una muñeca, usted puede ser una madre devota típica, y creo que lo es la mayor parte del tiempo. ¿No resulta acaso extraño que algo de importancia tan tremenda dependa tan poco de una inteligencia excepcional?

El hecho de convertirse con el tiempo en individuos adultos, sanos, independientes y positivos para la sociedad depende en forma absoluta de un buen comienzo que la naturaleza asegura por medio del vínculo entre el bebé y su madre, lo que se llama *amor*. De manera que si usted ama a su bebé, éste ya tuvo un buen comienzo.

Es necesario aclarar que no me refiero a una cuestión de sentimentalismo. Todos conocemos esa clase de personas que repite sin cesar: "Yo simplemente *adoro* a los bebés". Pero, ¿los aman realmente? El amor de una madre es una emoción bastante primitiva puesto que en él hay elementos de posesión y apetito, además de generosidad, poder y humildad, pero el sentimentalismo está ausente por completo y repugna a las madres. [15]

Ahora bien; quizás usted prefiera ser una madre típica que se dedica a su hijo sin pensarlo, como el artista que a menudo odia pensar acerca del arte y de su finalidad. Por lo tanto quisiera aclararle que, en este libro, hablaremos acerca de las cosas que una madre devota *logra* siendo simplemente *ella misma*. Sin embargo, algunas querrán reflexionar sobre lo que hacen. Es probable que algunas de ustedes hayan dejado atrás esa etapa, es decir, que sus hijos ya crecieron; en ese caso, quizá quieran echar una mirada retrospectiva y meditar sobre la forma en que echaron los cimientos para el desarrollo futuro de sus hijos. Si obraron guiadas por la intuición, es probable que hayan elegido el mejor camino.

Es de importancia vital que lleguemos a comprender el papel que desempeñan quienes cuidan del niño, para proteger a la joven madre de todo aquello que se interponga entre ella y su hijo. Si no comprende su verdadera función no podrá defender su posición, y arruinará su tarea al tratar de seguir consejos o de imitar a su madre o de guiarse por lo que dice un libro.

Esto incluye también al padre, no sólo porque pueden ser buenas "madres" durante períodos limitados, sino también porque pueden ayudar a proteger a la madre y al bebé contra todo aquello que ponga en peligro el vínculo que los une y que constituye la esencia y la naturaleza misma del desarrollo normal del niño.

Más adelante intentaré describir cómo actúa una madre cuando está simple y regularmente dedicada a su bebé.

Aún tenemos mucho que aprender acerca de los primeros años de la vida humana y sólo las madres pueden decirnos lo que queremos saber. La diferencia entre un bebé y otro es muy grande, y ni el desarrollo en los primeros años ni el de épocas posteriores nos permitirán afirmar si el niño llegará o no a ser un triunfador. [16]

2

Cómo conocer a su bebé

La vida de una mujer cambia en muchos sentidos cuando concibe a un niño. Hasta ese momento, puede haber sido una persona de amplios intereses, quizá dedicada a los negocios o a la política, o una entusiasta de los deportes o las diversiones. Quizás haya despreciado la vida relativamente restringida de sus amigas con hijos y haya hecho comentarios descorteses al respecto. También es probable que la hayan horrorizado detalles como el lavado y el planchado de pañales. Si ha sentido algún interés por los niños, es de suponer que se trataba de un interés más sentimental que práctico. Pero, tarde o temprano, también ella queda embarazada.

No es raro que al principio lo lamente, porque comprende con claridad que ello significa una "terrible" interferencia en su "propia" vida. No está lejos de la verdad y sería tonto negarlo. Un bebé representa una serie de dificultades y una verdadera molestia cuando no se lo desea. Si una mujer joven no ha comenzado aún a desear al bebé que lleva dentro de sí, sentirá que ha tenido mala suerte.

La experiencia demuestra, sin embargo, que gradualmente se producirá un cambio tanto en los sentimientos como en el cuerpo de la joven embarazada. ¿Será porque sus intereses se van limitando? Quizá sea mejor afirmar que la dirección de sus intereses se *modifica*: abandona lo [17] exterior por lo interior. Poco a poco siente que el centro del mundo está en su propio cuerpo.

Es posible que la lectora haya llegado ya a esta etapa y comience a sentirse orgullosa de sí misma, de que es alguien que merece respeto y a quien la gente debería cederle el lugar en todas partes.

A medida que adquiera conciencia de su próxima maternidad, su único interés se centrará en el pequeño por nacer; de esta manera, el bebé será suyo en el más profundo sentido, y usted será de él.

Los inconvenientes que usted soporta para convertirse en madre le permiten ver con claridad ciertos principios fundamentales del cuidado infantil, lo que no ocurre con aquellas que no lo son y necesitan años de estudio para alcanzar la comprensión que usted obtiene en el curso de su experiencia diaria. Pero podría ocurrir que usted necesitara la ayuda de quienes la estudiamos, porque las supersticiones y las leyendas — algunas bastante modernas— no tardan en aparecer y en hacerla dudar de sus propios sentimientos.

Vemos qué es lo que una madre sana corriente sabe sobre su bebé, eso que, a pesar de su importancia vital, casi todos tienden a olvidar.

Creo que lo más importante es su capacidad para sentir que su bebé es algo que vale la pena conocer como una persona desde el primer instante. Nadie puede saberlo tan bien como usted misma.

Incluso en el vientre, su bebé es un ser humano, distinto de cualquier otro ser humano, y en el momento de nacer ya atesora una considerable experiencia, tanto

agradable como desagradable. Naturalmente, es fácil leer en el rostro de un recién nacido cosas que no están allí, aunque, sin duda, un bebé tiene a veces una expresión muy sabia, incluso filosófica. Pero, en su lugar, yo no esperaré hasta [18] que los psicólogos decidieran en qué medida un bebé es humano en el momento de nacer: seguiré adelante y trataré de conocer al pequeño y dejar que me conozca.

Usted ya sabe algo acerca de las características de su bebé por los movimientos que ha aprendido a esperar de él dentro de su vientre. Si los movimientos han sido frecuentes, usted se ha preguntado cuánto hay de cierto en eso de que los varones patean más que las niñas; en cualquier caso, ha sentido placer ante ese signo real de vida que expresan los movimientos. Y supongo que durante ese tiempo el bebé ha llegado a conocerla bastante. Ha compartido sus comidas; su sangre ha fluido con mayor velocidad mientras usted bebía una taza de té por la mañana o corría para alcanzar el ómnibus. En cierta medida, el bebé capta su ansiedad, su excitación o su enojo. Su propia inquietud lo ha acostumbrado al movimiento y ya está preparado para que usted lo haga saltar sobre su rodilla y lo acune. Por el contrario, si usted es una persona tranquila, el bebé ha conocido la paz y quizá sabe que tendrá un regazo tranquilo y una cuna inmóvil. En cierto sentido, diría que la conoce mejor que usted a él, hasta el momento en que nace y usted oye su llanto y se siente bastante bien como para mirarlo y tomarlo en sus brazos.

Las madres y los bebés varían enormemente en cuanto a su condición después del parto, y quizás en su caso pasen dos o tres días antes de que usted y su bebé estén en condiciones de disfrutar de la mutua compañía. Pero, si su estado lo permite, no hay motivos para que no comiencen a conocerse de inmediato. Conozco a una madre joven que tuvo su primer contacto muy tempranamente con su primer bebé. Desde el día de su nacimiento, después de cada mamada, una enfermera muy sensata lo dejaba en la cuna junto al lecho de la madre. El bebé solía permanecer [19] despierto en la habitación silenciosa y la madre extendía la mano hacia él; antes de que hubiera transcurrido una semana, comenzó a tomarle los dedos y a mirar en su dirección. Esta relación íntima continuó y se desarrolló sin interrupciones, y creo que ha contribuido a establecer las bases de la personalidad del niño y de lo que llamamos su desarrollo emocional, así como de su capacidad para soportar las frustraciones y los sobresaltos que todo niño experimenta tarde o temprano.

El aspecto más emocionante de su temprano contacto con el bebé será el de su alimentación, es decir, cuando el bebé está agitado. También usted puede sentirse agitada, y experimentar sensaciones en los senos indicadoras de que su excitación es útil y que se está preparando para dar leche. El bebé es afortunado si puede aceptar desde el comienzo a su madre y su excitación sin dificultades, y dedicarse así a satisfacer y manejar sus propios impulsos y urgencias, pues, según mi criterio, es muy alarmante ser un bebé y descubrir las sensaciones que aparecen cuando surge la excitación. ¿Se le ocurrió alguna vez mirar las cosas desde este ángulo?

Por lo tanto, tendrá que llegar a conocer a su bebé en dos estados: cuando está satisfecho, y más o menos tranquilo, y cuando está excitado. Al principio, en el primer estado, estará casi siempre durmiendo; por lo tanto, los momentos que pasa despierto pero tranquilo son preciosos. Sé que algunos bebés casi nunca logran sentirse satisfechos y lloran dando muestras de aflicción aun después de una mamada, y no se duermen con facilidad, por lo que resulta muy difícil para la madre lograr un contacto satisfactorio. Pero es probable que, con el tiempo, las cosas mejoren y haya una cierta medida de

satisfacción y, quizá mientras lo bañe, pueda comenzar a establecer una relación humana. [20]

Uno de los motivos por los cuales usted debe conocer a su bebé cuando está satisfecho y cuando está excitado es que necesita su ayuda, y usted no puede ayudarlo si no sabe en qué estado se encuentra. El bebé la necesita para manejar las terribles transiciones que van desde el dormir o la satisfacción en la vigilia hasta un ataque desenfrenado de avidez. Podríamos decir que ésta constituye su primera tarea como madre, aparte de la rutina, y para la cual se requiere una habilidad que sólo la madre del niño posee, y que está también al alcance de las mujeres que adoptan un bebé a los pocos días de su nacimiento.

Por ejemplo, los bebés no nacen con un reloj despertador colgado del cuello, donde pueda leerse "Aliméntese cada tres horas". La alimentación regular es una comodidad para la madre o el ama de cría, y, desde el punto de vista del bebé, podría resultar sólo el mejor sustituto del sistema que consiste en comer cada vez que siente deseos de hacerlo. Pero un bebé no comienza necesariamente con el *deseo* de alimentarse de modo regular; de hecho, considero que lo que una criatura espera encontrar es un pecho que aparece cuando lo desea y desaparece cuando no lo necesita más. En ocasiones, puede ser necesario que una madre dé el pecho de forma desordenada durante un breve período, antes de que le sea posible seguir una rutina rígida adaptada a su comodidad. De cualquier modo, es conveniente que cuando usted empiece a conocer a su bebé sepa qué es lo que éste espera, aunque considere que es imposible satisfacerlo y, si llega a conocerlo en todos sus aspectos, comprobará que su actitud imperiosa sólo aparece cuando está excitado. En los intervalos, el bebé se siente feliz al comprobar que detrás del pecho o el biberón está la madre y, detrás de ella, la habitación y el mundo fuera de ésta. Si bien hay mucho que aprender sobre el bebé durante sus comidas, en realidad opino que aún hay más [21] que aprender acerca de él mientras se baña, o descansa en su cuna o mientras usted le cambia los pañales.

Si usted cuenta con la ayuda de una enfermera, espero que ella me comprenda y no piense que me entrometo al afirmar que la madre se encuentra en desventaja si sólo ve al bebé cuando lo alimenta. Es posible que necesite una enfermera, pues aún no está lo bastante fuerte como para encargarse usted misma del bebé, pero si no lo conoce cuando duerme, o yace despierto con la mirada perdida, tendrá una impresión muy extraña de él cuando se lo entreguen para alimentarlo. En ese momento es un montoncito de aflicción, un ser humano, sin duda, pero en cuyo interior rugen tigres y leones furiosos, por lo cual él mismo está asustado de sus propias sensaciones. Si nadie se lo ha explicado no sería raro que usted también se asustara.

Si por el contrario ya conoce a su hijo por haberlo observado mientras yace a su lado y por haberle permitido jugar en sus brazos mientras toma el pecho, percibirá su excitación en sus verdaderas proporciones y la reconocerá como una forma de amor. Asimismo, estará en condiciones de comprender lo que ocurre cuando aparta la cabeza y se niega a mamar, o cuando se duerme en sus brazos en lugar de succionar o cuando está tan agitado que no puede concentrarse en la tarea. Lo que le ocurre es que tiene miedo de sus propias sensaciones, y usted puede ayudarlo en esos momentos mejor que nadie con su infinita paciencia y permitiéndole que juegue, que tome el pezón con la boca o con la mano; en una palabra, todo aquello que el bebé se permita a sí mismo como placer, hasta que adquiera la confianza necesaria para correr el riesgo de succionar. Ello no es fácil para usted, porque sus pechos están demasiado llenos o bien deben esperar a que el niño

succione para empezar a llenarse. Pero si sabe lo que ocurre, [22] podrá superar ese momento difícil y lo ayudará a establecer una buena relación con usted mientras come.

Tampoco su bebé es ningún tonto. Cuando uno piensa que la excitación constituye para él una experiencia similar a la de verse arrojado en una guarida de leones, no resulta extraño que quiera estar seguro de que usted es digna de confianza, antes de aceptar la leche. Si le falla, él deberá sentirse como si lo devoraran bestias salvajes. Déle tiempo y él la descubrirá, y de esta manera ambos llegarán a valorar incluso su ávido amor por el pecho.

Creo que un elemento importante en la experiencia de una madre joven en el *contacto temprano* con su bebé es la seguridad de que su hijo es normal (cualquiera que sea el significado de este término). En su caso, como ya dije, quizá se sienta demasiado agotada como para iniciar una relación con su bebé el primer día, pero le conviene saber que es por completo natural que una madre desee conocer a su bebé en cuanto nace. Y no sólo porque anhela conocerlo, sino también —y ello lo convierte en un asunto de urgencia— porque se le han ocurrido toda clase de ideas respecto de dar a luz algo espantoso, algo que sin duda no es tan perfecto como un bebé. Es como si a los seres humanos les resultara difícil creer que son bastante buenos como para crear dentro de sí mismos algo que sea completamente bueno. No creo que ninguna madre crea en su hijo real y plenamente al principio. Esto afecta también al padre, pues éste experimenta con la misma intensidad que la madre la duda acerca de su capacidad para crear un niño normal y sano. Por lo tanto, conocer a su bebé es, en primer lugar, un asunto urgente, debido al alivio que la feliz comprobación proporciona a ambos progenitores.

Superada esta etapa, su amor y su orgullo la impulsarán a conocer a su hijo; entonces lo observará en detalle [23] con el fin de proporcionarle la ayuda que necesita y que sólo puede recibir de quien lo conoce mejor, es decir, de usted, su madre.

Todo esto significa que el cuidado de un niño recién nacido constituye una tarea de dedicación exclusiva y que sólo hay una persona que puede hacerla bien. [24]

3

El bebé: una empresa en marcha

Hasta ahora he hablado en forma general sobre las madres y sus propios bebés. No fue mi intención particular instruir a las madres sobre lo que deben hacer, porque existen centros en donde pueden obtener consejos referentes a esos detalles. De hecho, es demasiado fácil recibir ese tipo de consejos, que más de una vez crean un sentimiento de confusión. He preferido, en cambio, dirigirme a aquellas madres que por lo común son eficientes para cuidar a sus propios bebés, con el propósito de ayudarles a saber cómo son sus hijos y mostrarles parte de lo que ocurre, en la creencia de que, cuanto más sepan, más fácil les será confiar en su propio criterio. Una madre resulta más eficaz que nunca cuando confía en su propio criterio.

Sin duda, es muy importante que una madre tenga la experiencia necesaria para hacer lo que le parece apropiado, lo cual le permite descubrir la plenitud de la maternidad; así como un escritor se siente sorprendido ante el caudal de ideas que surgen cuando comienza a escribir, de idéntico modo la madre se sorprende constantemente ante la riqueza que descubre en su contacto con el bebé.

De hecho, cabría preguntar en qué otra forma que no sea asumiendo plena responsabilidad puede una mujer aprender lo que significa ser madre. Si se limita a hacer lo que le dicen, debe seguir con ese sistema y la única forma [25] de mejorar consistiría en elegir un mejor consejero. Pero si se siente libre para asumir la actitud que surge espontáneamente, se tornará cada vez más capaz para la tarea.

Es aquí donde el padre puede colaborar, proporcionando a la madre una cierta medida de tranquilidad con respecto al mundo exterior. Protegida así por su marido, la madre no tiene necesidad de dirigir su atención hacia afuera en un momento en que desea tanto volcarse hacia adentro, en que anhela ocuparse únicamente del interior del círculo que puede formar con los brazos y en cuyo centro está el bebé. Este período, durante el cual la madre se preocupa por ese único niño, no dura mucho. El vínculo entre la madre y el bebé es muy poderoso al principio, y debemos hacer todo lo posible para permitirle ocuparse de su bebé en ese momento, que es el momento natural.

Ahora bien, ocurre que esta experiencia es buena no sólo para la madre sino también para el bebé, quien necesita exactamente ese tipo de situación. Sólo ahora comenzamos a comprender cuán absoluta es la necesidad del bebé con respecto al amor de la madre. La salud de la persona adulta se consolida a través de toda la infancia, pero los cimientos de la salud del ser humano dependen de la madre en las primeras semanas y meses de la vida del bebé. Quizás esto ayude un poco cuando se sienta desconcertada ante una pérdida temporaria de interés por los asuntos del mundo. Usted está construyendo la salud de una persona que será un miembro de nuestra sociedad, y eso es algo valioso. Lo extraño es que, por lo general, se piensa que el cuidado de los niños resulta más difícil cuanto mayor es su número. En realidad, estoy seguro de que la

tensión emocional es mayor cuanto menos hijos se tienen. La devoción para con una criatura exige el máximo esfuerzo, y la tarea conserva su eficacia si sólo dura un cierto tiempo. [26]

De modo que todo su interés se concentra ahora en un objeto único. ¿Qué va a hacer usted ante esa situación? ¡Pues gozar de ella! Gozar de que se la considere importante, de permitir que otra gente cuide del mundo mientras usted produce un nuevo miembro de él, de estar volcada hacia adentro y casi enamorada de sí misma, pues el bebé es como una parte suya. Gozar de la forma en que su marido se siente responsable por su bienestar y el de su hijo. Gozar descubriendo nuevas cosas sobre sí misma, disfrutando de mayores derechos que nunca, y de hacer lo que siente más adecuado. Gozar de su enojo con el bebé cuando los gritos y el llanto le impiden aceptar la leche que usted anhela brindarle generosamente. Goce de todos esos sentimientos femeninos que ni siquiera puede comenzar a explicarle a un hombre. En particular, sé que disfrutará con los signos que, en forma gradual, indican que el bebé es una persona y que la reconoce también a usted como a una persona.

Disfrute de todo esto por su propio bien, pero sepa que el placer que usted puede obtener de esta complicada tarea que es el cuidado de un niño es de importancia vital para el bebé, pues éste no desea recibir la alimentación adecuada en el momento adecuado, sino recibir el alimento de alguien que goza alimentándolo. El bebé da por sentadas cosas como la suavidad de la ropa y la tibieza del agua en que lo bañan. Lo que es imposible dar por sentado es el placer que experimenta la madre al vestir y bañar a su propio bebé. Si usted goza con todo ello, el niño siente que su mundo se llena de sol. El placer de la madre debe estar presente, pues de no ser así toda su actividad resulta muerta, inútil y mecánica.

Este goce, que surge naturalmente, puede verse interferido por sus otras preocupaciones, y la preocupación proviene en gran medida de la ignorancia. Es algo similar [27] a lo que quizás haya leído acerca de los llamados métodos de relajación en el parto. Los autores de tales libros hacen todo lo posible para explicar lo que ocurre durante el embarazo y el parto, con el fin de que las madres puedan relajarse, lo cual significa dejar de preocuparse por lo desconocido y, por así decirlo, confiar en el proceso natural. Casi todo el dolor del parto no es inherente a él sino a la rigidez ocasionada por el miedo, en particular por el miedo a lo desconocido. Todo eso se explica en tales libros, y si usted cuenta con un médico y una enfermera eficaces, puede soportar el dolor que es imposible evitar.

De idéntico modo, una vez que el niño nace, el placer que usted obtiene del cuidado del bebé depende de que la ignorancia y el temor no la hagan sentir tensa y preocupada. El propósito de estas charlas es proporcionar información a las madres, con el fin de que sepan más acerca de lo que ocurre en el bebé y comprendan que éste necesita precisamente aquello que una madre puede hacer si está tranquila, si actúa con naturalidad y se concentra en la tarea.

Hablaré acerca del cuerpo del bebé, de su interior, y también de la persona que se desarrolla en él y cómo usted le presenta el mundo en pequeñas dosis, para no crearle confusión.

En primer lugar, hay un punto que deseo aclarar. Su bebé no depende de usted para su crecimiento y desarrollo. Cada bebé es *una empresa en marcha*. En cada uno de ellos existe una chispa vital, y ese anhelo de vida, crecimiento y desarrollo forma parte del bebé, es algo con lo que el niño nace y que se cumple en una forma que no necesitamos comprender. Por ejemplo, si usted entierra un bulbo en una maceta, sabe muy bien que

no necesita hacer algo para que se convierta en un narciso; simplemente se limita a proveer la clase de tierra adecuada y proporcionarle el [28] agua que necesita. El resto se produce naturalmente, porque el bulbo contiene vida en sí mismo. Ahora bien, el cuidado de los niños es mucho más complicado que el de un narciso, pero el ejemplo es adecuado porque, en ambos casos, tiene lugar un proceso del cual usted no es responsable. El bebé fue concebido en usted y desde ese momento se convirtió en un morador de su cuerpo. Después del parto, se alojó en sus brazos, temporariamente, pues se trata de una situación que no durará para siempre, ni siquiera mucho tiempo, puesto que no tardará en ir a la escuela. Por el momento, este morador tiene un cuerpo débil y pequeño y necesita del cuidado especial que surge de su amor de madre, pero ello no altera el hecho de que la tendencia a la vida y el crecimiento sea inherente al bebé.

Me pregunto si le produce algún alivio oír decir todo esto. He conocido madres que no pudieron gozar plenamente de su maternidad por sentirse en cierto modo responsables de la vida de su hijo. Si el bebé dormía se acercaban a la cuna con la esperanza de que se encontrara despierto y diera muestras de estar vivo. Si el bebé estaba de mal humor, le hacían muecas o gestos destinados a producir una sonrisa, lo cual, naturalmente, no significaba nada para el niño ya que se trataba de una simple reacción. Este tipo de gente siempre está haciendo bailar a los niños sobre las rodillas para conseguir una risita o cualquier otra cosa que la tranquilice.

A algunos niños nunca se les permite, ni siquiera en su más temprana infancia, estar quietos y tranquilos. Ello significa una seria carencia, e incluso pueden llegar a perder por completo la sensación de que ellos mismos desean vivir. Creo que si logro convencerla de que en el bebé existe ese proceso vital (proceso que, en realidad, es muy difícil de extinguir), usted estará en mejores condiciones para disfrutar con su cuidado. En última instancia, la [29] vida depende menos de la voluntad de vivir que del hecho de respirar.

Algunas de ustedes han creado obras de arte. Han hecho dibujos y pinturas, han modelado arcilla, han tejido pulóveres o han hecho vestidos. El resultado de tales actividades fue obra de ustedes. Pero los bebés son distintos. El bebé crece, y usted, como madre, le proporciona un medio adecuado.

Algunas personas creen que un niño es como arcilla en las manos de un alfarero. Comienzan a moldear al bebé y a sentirse responsables del resultado. Sin embargo, están equivocados. Si usted siente lo mismo, se verá aplastada por una responsabilidad que no le corresponde asumir en absoluto. Si puede aceptar la idea de un bebé como una empresa en marcha, entonces se sentirá libre para interesarse por lo que ocurre en el desarrollo del niño mientras usted disfruta al satisfacer sus necesidades. [30]

4

La alimentación del niño

Desde el comienzo de este siglo la alimentación del niño ha sido objeto de considerable estudio, y médicos y fisiólogos han escrito numerosas obras e innumerables artículos científicos, cada uno de los cuales contribuyó a aumentar nuestros conocimientos. Como resultado de esta tarea, es posible distinguir actualmente dos grupos de factores: los de naturaleza física o bioquímica o sustancial, que nadie puede conocer en forma intuitiva o sin un conocimiento profundo de algunas cuestiones científicas, y los de naturaleza psicológica, que siempre han estado al alcance de todos, sea a través del sentimiento o de la simple observación.

Por ejemplo, para llegar a la raíz de las cosas sin demoras, la alimentación del niño es un problema inherente a la relación madre-hijo, una puesta en práctica de una relación de amor entre dos seres humanos. No obstante, este criterio no tuvo fácil aceptación (aunque las madres sentían que era cierto) hasta que el estudio del aspecto físico del problema aclaró muchas cuestiones. Cabe suponer que, en cualquier período de la historia del mundo, una madre natural de vida sana haya considerado la alimentación del niño simplemente como una relación entre ella misma y el bebé, pero, al mismo tiempo, también hubo un bebé que murió de diarrea y vómitos; su madre no [31] sabía que un germen lo había matado y debe haber estado segura de que su leche era mala. La enfermedad y la muerte infantiles hacen que las madres pierdan confianza en sí mismas y traten de obtener un consejo autorizado. La enfermedad física ha complicado de muchas maneras la actitud de la madre frente al problema. De hecho, sólo los grandes progresos realizados en el campo de la salud y la enfermedad físicas nos permiten ahora volver al factor principal: la situación emocional, el vínculo afectivo entre la madre y el bebé. Del desarrollo satisfactorio de este vínculo afectivo depende el éxito de la alimentación.

Hoy día, los médicos del cuerpo comprenden lo suficiente acerca del raquitismo para evitar su repetición. Saben bastante acerca de los peligros de la infección como para impedir la ceguera que solía seguir a la infección gonocócica del bebé al nacer; saben bastante acerca del peligro de la leche tuberculosa de vacas infectadas para prevenir buena parte de la meningitis tuberculosa que antes era común y fatal, y lo suficiente acerca del escorbuto como para haberlo eliminado virtualmente. Y ahora se torna imperativo que quienes nos ocupamos de los sentimientos planteemos con la mayor exactitud posible el problema psicológico que toda madre enfrenta, por completa que sea la ausencia de enfermedades y perturbaciones corporales lograda por los progresos médicos.

Sin duda, aún nos resulta imposible plantear con exactitud el problema psicológico que debe encarar la madre de cualquier recién nacido, pero podemos intentarlo, y las madres pueden ayudar corrigiendo nuestros errores y agregando lo que omitimos.

Correré el riesgo. Supongamos que se trata de una madre sana en el sentido corriente de la palabra, que vive en un hogar medianamente normal manejado por ella y su esposo, y que, asimismo, el bebé llegó en el momento [32] adecuado gozando de buena salud en tales circunstancias cabe afirmar algo muy simple: la alimentación del niño no es más que una parte, si bien una de las más importantes, de una relación entre dos seres humanos. La madre y el recién nacido estarán dispuestos a ligarse entre sí con lazos muy poderosos de amor, y es natural que deban conocerse uno al otro antes de aceptar los grandes riesgos emocionales implicados. Una vez que han alcanzado esa mutua comprensión —lo cual puede ocurrir de inmediato o si no después de algunos conflictos— confían uno en otro y se comprenden mutuamente y, por lo tanto, la alimentación ya no ofrece problemas.

En otras palabras: si la relación entre la madre y el bebé ya ha comenzado, y se desarrolla naturalmente, las técnicas para la alimentación se tornan innecesarias, y lo mismo ocurre con las pesadas y las otras formas de investigación; los dos saben qué está bien, mucho mejor que cualquier observador. En tales circunstancias, el bebé sabe cuánta leche debe tomar y a qué velocidad, y cuándo debe dejar de tomarla. En tal caso, tampoco es necesario que ningún observador extraño se preocupe por la digestión y las excreciones del bebé. Todo el proceso físico se realiza sin tropiezos por el simple hecho de que la relación emocional se desarrolla normalmente. Incluso me atrevería a decir que, en tales circunstancias, una madre puede aprender a conocer a los bebés a través de su propio bebé, tal como éste aprende a conocer a su madre a través de ella misma.

La verdadera dificultad consiste en que son tantas las sensaciones de placer que acompañan el íntimo vínculo corporal y espiritual que puede existir entre una madre y su bebé, que las madres se convierten en fáciles presas de aquellos para quienes tales sensaciones son prohibidas. No cabe duda de que aquí, en el campo de la alimentación [33] infantil, ejerce su influencia el puritanismo moderno. ¡A quién se le ocurre mantener a un bebé apartado de su madre después del parto, privándolo de la única posibilidad (a través del olfato) de sentir que la ha vuelto a encontrar después de haberla perdido! ¡A quién se le ocurre arropar al bebé, en tal forma, mientras come, como para que no pueda tomar con las manos el pecho o el biberón, con el resultado de que su única intervención en el proceso consiste en decir "sí" (cuando succiona) o "no" (cuando aparta la cabeza o se duerme)! ¡A quién se le ocurre comenzar la alimentación de un bebé siguiendo el reloj, antes de que haya tenido la vivencia de que algo existe realmente fuera de él mismo y de sus deseos!

En casos normales (es decir, cuando los dos seres humanos implicados son sanos) es posible dejar las técnicas, las cantidades y los horarios en manos de la naturaleza. En la práctica, ello significa que la madre puede permitir que el niño decida en todo aquello que está a su alcance decidir, porque ella, por su parte, está en condiciones de decidir y proporcionar lo que le corresponde dar, sea en forma de cuidados o de leche.

Quizá se me juzgue imprudente por decir todo esto, porque son muy pocas las madres que se ven libres de dificultades personales y de la tendencia a preocuparse que las lleva a buscar ayuda; asimismo, no cabe duda de que algunas madres descuidan a sus bebés o son crueles con ellos. Opino, sin embargo, que incluso las madres que saben que necesitan consejo casi permanente, estarán en mejores condiciones si conocen estos hechos básicos. Si una madre aspira a lograr un contacto positivo con su segundo o tercer bebé, debe saber cuál era su objetivo incluso con el primero, para cuyo cuidado necesitó tanta ayuda; su finalidad es independizarse de todo consejo en el manejo de sus propios hijos. [34]

La alimentación natural se realiza exactamente cuando el bebé la desea y cesa en cuanto el bebé deja de desearla. Esta es la base sobre la cual el niño puede comenzar a llegar a un acuerdo con su madre, cuyo primer aspecto consiste en aceptar una alimentación regular y confiable, digamos cada tres horas, que resulta conveniente para la madre y que el niño aún puede vivir como la satisfacción de su propio deseo, siempre y cuando pueda arreglar las cosas de tal manera que sienta hambre a intervalos regulares de tres horas. Si este intervalo resulta muy largo para el niño, aparece la angustia, y el método más rápido para devolverle la confianza es alimentarlo cuando él lo requiera durante un cierto período, para volver luego a un horario regular conveniente, a medida que el bebé se torna capaz de tolerarlo.

También esto puede resultar un poco audaz. Una madre que ha aprendido a inculcar hábitos regulares a su bebé, empezando por la alimentación cada tres horas, se siente realmente perversa si le dicen que alimente a su bebé como "una gitana". Como ya manifesté, se asusta ante el enorme placer que ello entraña, y siente que sus suegros y vecinos la harán responsable de todo lo que ande mal a partir de ese día. La principal dificultad consiste en que la gente se siente abrumada por la responsabilidad de tener un hijo y está más que dispuesta a aceptar normas, reglas y preceptos que tornan la vida menos arriesgada, aunque un poquito aburrida. Sin embargo, en cierta medida, médicos y enfermeras son culpables y debemos apresurarnos a eliminar todo aquello que hayamos contribuido a colocar entre la madre y su bebé. Incluso la idea de la alimentación natural sería nociva si se convirtiera en una finalidad consciente, por el solo hecho de estar recomendada por las autoridades.

En cuanto a la teoría de que la disciplina debe empezar [35] a imponerse lo antes posible, no es recomendable hasta que el niño no haya aceptado el mundo exterior y se haya adaptado a él; y la base para tal aceptación de la realidad externa es el primero y breve período durante el cual la madre satisface naturalmente los deseos del bebé.

Por supuesto, no sugiero que prescindamos totalmente de los centros especializados que aconsejan a las madres una dieta básica, vitaminas, vacunas y la mejor manera de lavar pañales.

Lo que sí sostengo es que tanto médicos como enfermeras deberían tratar de manejar este aspecto físico de tal modo que nada perturbe el delicado mecanismo de la relación madre-hijo.

Desde luego, si me dirigiera a las enfermeras encargadas de cuidar de bebés ajenos, podría decir mucho acerca de sus dificultades y desilusiones. En un libro notable, *The Nursing Couple*,¹ mi extinto amigo, el doctor Merrell Middlemore, escribió:

No es sorprendente que los malos modos de la enfermera surjan a veces de su nerviosidad. Ella sigue los aciertos y los fracasos de los progenitores de comida en comida y, hasta cierto punto, comparte sus intereses como propios. Quizá le resulte difícil observar los torpes esfuerzos de la madre para alimentar al niño y quizá se vea impulsada a intervenir, en la creencia de que puede arreglar las cosas. Su propio instinto maternal surge para competir con el de la madre, en lugar de reforzarlo.

Las madres que lean estas palabras no deben sentirse perturbadas si han fracasado en su primer contacto con uno de sus hijos. Existen múltiples razones que explican [36] tales fracasos, y es mucho lo que puede hacerse en una época posterior para compensar los errores o las omisiones. Pero es necesario correr el riesgo de apenar a algunas madres

¹ *The Nursing Couple*, Merrell P. Middlemore, M.D., Hamish Hamilton Medical Books.

si nos proponemos ayudar a aquellas que aún pueden tener éxito o lo están teniendo en esta tarea, la más importante de todas las que incumben a una madre. De cualquier modo, debo correr el riesgo de herir a quienes se encuentran en dificultades, si quiero expresar mi opinión de que una madre que maneja su relación con su bebé por *su cuenta* hace lo mejor por su hijo, por sí misma y por la sociedad en general.

En otras palabras, la única base verdadera para la relación de un niño con sus progenitores, con otros niños y, eventualmente, con la sociedad, es la primera relación exitosa entre la madre y el bebé, entre dos personas, sin que nada las separe, ni siquiera un horario regular de comidas y/o incluso una regla según la cual el niño debe ser alimentado con leche materna. En asuntos humanos, lo más complejo sólo puede desarrollarse a partir de lo más simple. [37]

5 ¿Adónde va el alimento?

Cuando los bebés empiezan a sentir hambre, algo comienza a adquirir vida en su interior, algo listo para adueñarse de ellos. Usted empieza a hacer ciertos ruidos, relacionados con la preparación del alimento, que el bebé reconoce como un signo de que se aproxima el momento en que podrá permitir que la avidez de comida se convierta en una gran urgencia. Usted podrá ver cómo fluye la saliva, porque los bebés pequeños no la tragan, con lo cual demuestran al mundo que se interesan por cosas de las que pueden apoderarse con la boca. Ahora bien, ello sólo significa que el bebé se está excitando, particularmente en la boca. Las manos también desempeñan un papel en la búsqueda de satisfacción. De modo que cuando usted le da de comer, satisface en él un deseo muy grande de alimento. La boca está preparada, los labios son muy sensibles en ese momento, y ayudan a proporcionar un alto grado de sensación oral placentera, que el bebé nunca volverá a tener en su vida futura.

Una madre se adapta en forma activa a estas necesidades, y disfruta con ello. Su amor la torna experta para hacer delicados ajustes en su manejo, que a otras personas podrían parecerles sin importancia o que directamente ignorarían. Sea que lo alimente usted con el pecho o con el [39] biberón, la boca del bebé se torna muy activa y la leche pasa de usted o de la botella a la boca del bebé.

En general se considera que existe una diferencia entre el bebé que toma el pecho y el que se alimenta con biberón. En el primer caso, el bebé va más allá de la base del pezón y presiona con las encías. Ello puede resultar bastante penoso para la madre, pero esa presión es necesaria para que la leche del pezón pase a la boca. Luego traga la leche. En el segundo caso, en cambio, el bebé debe emplear una técnica distinta: lo importante es la succión, que puede constituir una cuestión relativamente secundaria en la experiencia del pecho.

Algunos bebés necesitan un orificio bastante grande en la tetina del biberón porque quieren conseguir la leche sin succionar, hasta que aprenden a hacerlo. Otros succionan desde el comienzo y se atragantan si el orificio es demasiado grande.

Si lo alimenta con biberón, deberá estar preparada para introducir cambios de una forma más consciente que si le diera el pecho. La madre que da el pecho está tranquila, siente que la sangre acude a sus senos y que la leche está allí, pero con el biberón tiene que estar siempre atenta; debe separar cada tanto la tetina de la boca del bebé para permitir que entre un poco de aire, pues, de otro modo, se produce un vacío tan grande en el biberón que el bebé no puede extraer una sola gota. Debe entibiar la leche a temperatura adecuada y probarla echando unas gotas sobre la parte interna de su brazo; si el bebé es lento y la leche se enfría demasiado tendrá cerca un recipiente con agua caliente para colocar en él el biberón.

Ahora veremos qué ocurre con la leche. Podríamos decir que el bebé sabe mucho acerca de la leche hasta el momento que la traga. Esta entra en la boca, donde produce

una sensación definida y tiene un sabor definido, lo cual [40] resulta, sin duda, muy satisfactorio. Después se la traga, lo que significa que está casi perdida desde el punto de vista del bebé. Los puños y los dedos son más convenientes en este sentido, porque no desaparecen y siempre están disponibles. Con todo, el alimento ingerido no se pierde por completo, al menos mientras permanece en el estómago. Siempre es posible hacerlo volver desde allí. Los bebés parecen estar enterados del estado de sus estómagos.

Probablemente usted sabe que el estómago es un órgano pequeño, colocado en forma transversal de izquierda a derecha por debajo de las costillas, y que es un músculo, bastante complicado, con una maravillosa capacidad para hacer lo que las madres hacen con sus bebés: adaptarse a nuevas condiciones. Lo hace en forma automática, a menos que se vea perturbado por la excitación, el temor o la ansiedad, así como las mujeres son naturalmente buenas madres a menos que se encuentren tensas o ansiosas. Es algo así como una buena madre interna en miniatura. Cuando un bebé está tranquilo (o lo que llamaríamos relajado tratándose de personas adultas) este recipiente muscular que denominamos estómago se porta bien. Ello significa que mantiene una cierta tensión dentro de sí mismo, no obstante la cual conserva su forma y posición.

De manera que la leche llega al estómago y queda retenida allí, comenzando entonces una serie de procesos que llamamos digestión. Siempre hay líquido en el estómago —jugos digestivos— y en el extremo superior siempre hay aire; este aire encierra un interés particular para madres y bebés. Cuando el bebé traga la leche, aumenta la cantidad de líquido en el estómago. Si usted y el bebé están bastante tranquilos, la presión en la pared estomacal cede y el estómago se agranda, pero como el bebé suele estar algo excitado, el estómago tarda un poco en adaptarse, y la presión temporariamente aumentada en el estómago [41] resulta molesta. Por lo tanto, una manera rápida de solucionar el problema consiste en eructar. Por esta razón, después de alimentar al bebé o incluso mientras está comiendo, es conveniente que usted espere un pequeño eructo, y si el bebé está derecho, en ese momento es más probable que sólo eructe aire en lugar de devolver parte de la leche al mismo tiempo. Es por tal motivo que muchas madres apoyan a su bebé sobre el hombro y le palmean suavemente la espalda, porque esos golpecitos estimulan el músculo estomacal y ayudan al bebé a eructar.

Desde luego, muchas veces ocurre que el estómago del bebé se adapta con tal rapidez al alimento y acepta la leche con tanta facilidad que no necesita eructar. Pero si la madre del bebé se encuentra en estado de tensión (como puede muy bien ocurrir a veces), el bebé también se torna tenso y entonces el estómago necesita más tiempo para adaptarse al aumento de la cantidad de comida dentro de él. Si usted comprende lo que ocurre, podrá manejar todo el asunto con mucha facilidad y no se sentirá desconcertada ante el hecho de que una comida sea distinta de la otra, o de que su bebé sea distinto de otros en este sentido.

Si usted no comprende lo que ocurre tenderá a sentirse confusa. Una vecina le dice: "El bebé tiene que eructar después de comer". Como realmente desconoce los hechos, no puede discutir, y se apresura a colocar al bebé contra su hombro y a palmearlo vigorosamente para obtener ese eructo que usted cree indispensable. Este sistema puede llegar a convertirse en una especie de religión. De tal modo, impone sus propias ideas (o las de su vecina) a su bebé, e interfiere la reacción natural que, en última instancia, es la única adecuada.

Ahora bien, este pequeño recipiente muscular conserva la leche durante un cierto tiempo, hasta completar la primera etapa de la digestión. Una de las primeras cosas [42] que le ocurren a la leche es que se corta. Tal es la primera etapa en el proceso natural de

la digestión. De hecho, usted imita lo que ocurre en el estómago cuando hace cuajada. Por lo tanto, no se alarme si su bebé regurgita un poco de leche cortada, pues no puede ser de otro modo; además, es normal que los chicos vomiten con cierta frecuencia.

En este período, durante el cual el proceso tiene lugar en el estómago mismo, es muy conveniente que el bebé esté quieto. A usted le corresponde decidir si lo mejor es colocar al bebé en la cuna después de comer o pasarlo suavemente en brazos durante un rato, porque no hay dos madres o dos bebés que sean iguales. En las circunstancias más favorables, el bebé yace de espaldas y parece perdido en la contemplación de su interior. En ese momento puede haber una agradable sensación interna, porque la sangre acude a la región activa y ello produce una placentera y cálida sensación en el vientre del bebé. Las perturbaciones, distracciones y excitaciones durante esta primera parte de los procesos digestivos tienden a provocar un llanto de protesta, regurgitaciones o un prematuro pasaje del alimento antes de haber experimentado todos los cambios que debe sufrir en el estómago mismo. Usted sabe cuan importante es mantener alejados a los vecinos mientras alimenta a su bebé. Esto no se aplica únicamente al momento en que el niño come, sino que es válido hasta el instante en que la comida deja el estómago. Es algo así como la parte importante de una ocasión solemne, que se arruina si un avión cruza el cielo en ese momento. En efecto, este período solemne incluye el momento posterior a la ingestión de alimento, cuando éste aún no ha sido del todo aceptado.

Si todo anda bien, este período de particular sensibilidad llega a su fin y usted comienza a escuchar gorjeos y murmullos. Ello significa que la parte de la digestión que [43] tiene lugar en el estómago ha concluido y que el estómago tiende de forma automática a hacer pasar la leche parcialmente digerida a los intestinos, a través de una válvula.

Ahora bien, no es necesario que usted sepa mucho acerca de lo que ocurre en los intestinos. La continuación del proceso digestivo de la leche es muy compleja, pero, de forma gradual, la leche digerida es absorbida por la sangre que la lleva a todos los rincones del cuerpo. Es interesante señalar que, poco después de que la leche deja el estómago, la bilis entra en acción. La bilis es producida por el hígado en el momento adecuado y a ella se debe que el contenido intestinal tenga su color particular. Quizás usted misma haya tenido ictericia catarral, y entonces sabe muy bien qué mal se siente uno cuando la bilis no puede pasar del hígado a los intestinos, debido a la inflamación del pequeño conducto que la difunde. En esta enfermedad, la bilis pasa a la sangre y no a los intestinos, y quien la padece adquiere un intenso color amarillo. Pero cuando la bilis sigue su camino normal en el momento adecuado, entonces el bebé se siente bien.

Si consulta un libro de fisiología podrá saber todo lo que ocurre en la digestión ulterior de la leche, pero tales detalles no interesan si usted es una madre. Lo importante es que los gorgoteos indican el final del período durante el cual el niño es sensible y que la comida está ahora realmente adentro. Desde el punto de vista del bebé, esta nueva etapa debe constituir un misterio, pues la fisiología está fuera de su alcance. *Nosotros* sabemos, sin embargo, que el alimento se absorbe de diversas maneras a través de los intestinos, y eventualmente se distribuye por todo el cuerpo y llega a todos los tejidos a través de la corriente sanguínea. En un bebé, tales tejidos crecen sin cesar con un ritmo muy acelerado y necesitan que el aprovisionamiento se repita con regularidad. [44]

6

El final del proceso digestivo

En la última charla describí el destino de la leche que el bebé traga, digiere y absorbe; en sus intestinos tiene lugar un complicado proceso que no interesa a la madre y constituye un misterio para el niño. Sin embargo, éste vuelve a intervenir en la última etapa, que denominamos excreción, de manera que la madre también se ve envuelta en ella y desempeñará su papel de forma positiva si sabe qué ocurre en ese momento.

El alimento no se absorbe totalmente; incluso la mejor leche materna deja algún residuo y, además, está el deterioro natural de los intestinos; cualquiera que sea la causa, el residuo existente siempre es considerable y debe ser eliminado.

Los diversos elementos que constituirán la deposición van pasando en forma gradual al extremo inferior de los intestinos, en dirección a la salida que denominamos ano. ¿Cómo se produce todo esto? El material avanza mediante una serie de contracciones que se producen a todo lo largo de los intestinos. De paso, ¿sabía usted que la comida debe pasar por un angosto tubo de unos 7 metros de longitud en un adulto? Los intestinos del bebé tienen unos 4 metros.

Más de una vez, alguna madre me ha dicho que "la comida pasaba directamente por el bebé", pues ella creía que, en cuanto se introducía un alimento en el bebé, [45] inmediatamente salía por el otro extremo. Se tiene esa impresión, pero no es correcta. Lo importante es que los intestinos del bebé son sensibles y que la ingestión de alimentos pone en marcha las ondas de contracción en los intestinos. Cuando éstas alcanzan la porción inferior, se produce una deposición. Por lo general, esta última porción de los intestinos, el recto, se encuentra más o menos vacía. Las contracciones se producen cuando el contenido intestinal es grande, o si el bebé está excitado o si alguna infección ha inflamado el intestino. Sólo en forma gradual el bebé va adquiriendo una cierta medida de control, y me gustaría explicar este desarrollo.

Al principio podemos imaginar que el recto comienza a llenarse porque hay una gran cantidad de residuo que espera turno para seguir descendiendo. Probablemente el estímulo real para el movimiento de los intestinos provenga del proceso digestivo iniciado por la última ingestión de alimento. Tarde o temprano el recto se llena. El bebé no ha tenido mayores noticias del proceso mientras éste tenía lugar en la región superior, pero al llenarse el recto, experimenta una sensación definida que no es desagradable y que le produce el deseo de mover el vientre de inmediato. Al comienzo no cabe esperar que el bebé retenga el material en el recto. Usted sabe muy bien que cambiar y lavar pañales ocupa un lugar más que destacado en las primeras etapas del cuidado del niño. Si el bebé está vestido, el cambio frecuente de pañales es inevitable, pues una deposición que se mantiene durante largo tiempo en contacto con la piel produce irritación, en especial si, por una u otra razón, la deposición ha sido muy rápida y, por lo tanto,

líquida. El problema de los pañales no puede solucionarse mediante una educación apresurada. Si usted tiene paciencia y aguarda un tiempo razonable, las cosas comenzarán a cambiar. [46]

Si el bebé retiene la materia fecal en el recto durante esta última etapa, aquélla se seca, pues el cuerpo absorbe durante ese lapso su contenido de agua. La deposición se convierte entonces en algo sólido, cuyo pasaje produce placer al bebé; de hecho, el pasaje de la materia fecal puede producir tal excitación que el bebé llora por la ansiedad de esa sensación. ¿Ve lo que consigue al dejar las cosas en manos de su bebé (aunque lo ayude en la medida en que él no puede arreglarse solo)? Le da todas las oportunidades posibles para que aprenda, por medio de la experiencia, que es agradable retener ese material antes de expulsarlo, y aun para que descubra que el resultado es interesante y que, en realidad, defecar puede constituir una experiencia en extremo satisfactoria si todo anda bien. El establecimiento de esta actitud sana por parte del bebé hacia tales cuestiones constituye la única base sólida para todo lo que usted pueda querer hacer más tarde en cuanto a su educación.

Quizás alguien le haya dicho que desde el comienzo coloque a su bebé en la bacinilla después de cada comida, con la idea de educarlo lo antes posible. Si usted lo hace, debe saber que sólo la mueve el deseo de lavar menos pañales. Y no sería una mala idea, pero ocurre que por el momento el bebé no es en modo alguno capaz de aprender algo en este sentido. Si no le permite desarrollarse por su cuenta en estas cuestiones, obstaculiza los comienzos de un proceso natural. Además, se pierde muchas cosas agradables. Por ejemplo, si usted es paciente, tarde o temprano descubrirá que el bebé, que yace allí tranquilo en su cuna, encuentra la manera de anunciarle que ha defecado; y pronto le dará a entender que está a punto de hacerlo. Usted se encuentra ahora al principio de una nueva relación con el bebé, quien no puede comunicarse [47] con usted tal como lo hacen los adultos, pero ha encontrado una forma de hablar sin palabras. Es como si dijera: "Creo que voy a mover el vientre; ¿te interesa?". Y usted (sin llegar realmente a decirlo), responde "sí", y le hace saber que su interés no se debe a que le preocupe la idea de tener que limpiarlo ni a su deseo a enseñarle a ser limpio. Su interés tiene sus raíces en su amor por el bebé, de modo que todo lo que tiene importancia para él la tiene también para usted; entonces no le importará llegar tarde, porque lo esencial no es que el bebé se mantenga limpio, sino responder al llamado de un semejante.

Más adelante, su relación con el niño en estos términos se tornará más rica; a veces un bebé tiene miedo de la deposición que está por producirse, y otras, siente que es algo valioso. Como sus actos se basan en el simple hecho de que usted lo ama, pronto podrá distinguir los momentos en que usted lo ayuda a librarse de cosas malas y los momentos en que usted recibe su amoroso regalo.

Conviene mencionar aquí una cuestión de orden práctico. Cuando el bebé ha tenido una deposición satisfactoria, usted puede pensar que ya todo terminó, lo cambia y retorna a sus actividades. Pero el bebé puede volver a sentirse molesto o bien ensuciar el pañal limpio casi de inmediato. Es muy probable que después de vaciar el recto, éste vuelva a llenarse casi sin dilación. Si usted no está apurada y puede aguardar unos momentos, el bebé podrá tener otra deposición cuando se produzcan las nuevas contracciones. Esto puede ocurrir una y otra vez. Si usted puede aguardar, permite que el bebé vacíe el recto, lo cual tiende a conservarlo sensible, de modo que, cuando se llene de nuevo, algunas horas después, todo el proceso volverá a repetirse en una forma natural. Las madres que están siempre apuradas dejan a sus bebés con [48] algo en el

recto. Este sobrante será eliminado, provocando un aumento innecesario de pañales sucios, o bien quedará retenido en el recto, con lo cual éste se torna menos sensible y los comienzos de la experiencia siguiente se ven dificultados en cierta medida. El manejo paciente, durante un largo período, echa las bases para un sentido del orden en la relación del bebé con sus funciones excretorias. Si usted está apurada y no tiene tiempo para esperar hasta que la experiencia se realice totalmente, aquél iniciará su desarrollo en medio de una confusión. El bebé que no está confuso podrá seguirla más adelante y renunciar gradualmente al enorme placer que produce el hecho de defecar en cuanto surge el impulso de hacerlo; no lo hará simplemente para satisfacer su deseo de ensuciar la menor cantidad posible de pañales, sino porque quiere esperarla, para entrar en contacto con la satisfacción que a usted le produce ocuparse de todo lo relacionado con su propio bebé. Mucho más tarde, el niño adquirirá control en esa zona y se ensuciará cuando quiera dominarla o bien esperará a que llegue el momento adecuado, cuando desee complacerla.

Podría contarle mucho sobre los bebés que nunca tuvieron oportunidad de encontrarse a sí mismos en esta importante cuestión. Sé de una madre que prácticamente nunca permitió a sus hijos tener una deposición natural. Tenía una teoría según la cual la materia fecal retenida en el recto envenena al bebé. Esto es a todas luces erróneo; los bebés y los niños pequeños pueden retener dicho material en el recto durante varios días sin sufrir daño alguno. Esta madre siempre interfería en el funcionamiento intestinal de sus hijos con supositorios y enemas, y el resultado fue más que caótico. Por supuesto, no tenía ninguna probabilidad de criar niños felices que pudieran quererla fácilmente. [49]

Usted espera, sin duda, que me refiera también al otro tipo de excreción, la orina. Los principios generales son idénticos en ambos casos.

El agua se absorbe en la corriente sanguínea, y lo que es innecesario se elimina a través de los riñones y de la vejiga, junto con otros residuos disueltos en ella. El bebé no sabe nada hasta que la vejiga comienza a llenarse, y entonces experimenta un urgente deseo de orinar. Al principio todo esto es más o menos automático, pero el bebé aprende de forma gradual que hay una recompensa en retener un poquito: después de retener, al bebé le resulta placentero eliminar la orina. Así se desarrolla otra pequeña orgía que enriquece la vida del niño, que hace la vida más digna de vivirse y el cuerpo más digno de vivir en él.

Con el curso del tiempo, usted puede llegar a utilizar este descubrimiento del bebé, porque existen ciertos signos que le permiten saber que algo va a ocurrir, y si le demuestra su interés por todo el proceso puede enriquecer aún más la experiencia del bebé. Más adelante, a éste le resultará agradable esperar, si la espera no es demasiado prolongada, con el fin de que todo el ceremonial pueda realizarse dentro de la relación amorosa que existe entre ustedes dos.

¿Comprende ahora en qué sentido la madre es necesaria para el manejo de las excreciones, tal como lo es para la alimentación? Sólo la madre siente que vale la pena seguir las necesidades infantiles en detalle, y ello permite que las experiencias corporales excitantes lleguen a formar parte de una relación amorosa entre dos personas: ella misma y su bebé.

Cuando todo esto ocurre y se mantiene durante un cierto tiempo, lo que llamamos educación puede realizarse [50] sin mayores dificultades, pues la madre se ha ganado el derecho a tener aquellas exigencias que no están más allá de la capacidad del niño.

Este constituye otro ejemplo de la forma en que una madre corriente establece los cimientos de una vida sana, mediante el cuidado amoroso de su propio bebé. [51]

7

El bebé como persona

Hasta ahora estuve tratando de encontrar la mejor manera de comenzar a describir a los bebés como personas.

Resulta fácil comprender que, luego de ingerido, el alimento se digiere y se distribuye, en parte, por todo el cuerpo del bebé y sirve para su crecimiento. Parte del alimento se almacena como energía y el resto se elimina de una u otra manera. En este enfoque, lo que interesa es el cuerpo del bebé. Pero si observamos al mismo bebé como a una persona, nos será fácil comprobar que, además de los procesos corporales, hay una experiencia imaginaria de alimentarse.

Creo que usted puede obtener una gran satisfacción de la idea de que todas las cosas que hace por amor al bebé penetran en él igual que el alimento. El bebé construye algo con todo eso; además, pasa por diversas fases en algunas de las cuales hace uso de usted y en otras, la deja de lado, igual que con la comida. Quizá me resulte más fácil explicarle lo que quiero decir si tomo como ejemplo a un bebé de más edad.

Imaginemos a un bebé de 10 meses. Está sentado en la falda de su madre mientras ésta habla conmigo. Se lo ve animado y despierto, con un interés natural por las cosas. En lugar de permitirle que haga un lío con los objetos que tiene a su alcance, coloco un objeto atractivo en la esquina [53] de la mesa, entre mi silla y la de la madre. Nosotros podemos seguir hablando, pero también podemos observar de reojo al bebé. Puede estar segura de que, si se trata de un bebé normal, notará la presencia del objeto atractivo (podría ser una cuchara) y tratará de cogerla. Es probable que, en cuanto haya hecho un gesto de acercamiento, asuma de pronto una actitud reservada, como si pensara: "Será mejor que lo piense primero. Me pregunto qué siente mamá con respecto a este asunto. Será mejor que me quede quieto hasta que lo averigüe". Y se apartará de la cuchara como si nada estuviera más lejos de su interés. Al cabo de pocos instantes, sin embargo, volverá a ella y con cierta vacilación la tocará con los dedos. Quizá la tome con la mano y se vuelva para mirar a su madre y tratar de descubrir sus sentimientos por la expresión de los ojos. Probablemente a esta altura deba yo indicar a la madre qué debe hacer, pues es posible que intente ayudarlo demasiado o bien obstaculizar el intento del bebé, por lo que le pido que intervenga lo menos posible.

Ahora bien, el bebé comprueba gradualmente, por la expresión en los ojos de su madre, que ésta no desapruueba su nueva acción; por lo tanto, aprieta la cuchara con más fuerza y comienza a apropiarse de ella. Sin embargo, aún sigue tenso, porque no se siente seguro con respecto a lo que ocurrirá si hace con ese objeto lo que tanto anhela. Ni siquiera sabe con certeza qué desea hacer, pero suponemos que, al cabo de un breve lapso, descubre qué desea, porque su boca comienza a dar signos de excitación. Todavía se muestra tranquilo y pensativo, pero la saliva comienza a fluir de su boca. Tiene la lengua húmeda. Su boca comienza a desear la cuchara; sus encías comienzan a anhelar el

placer de morderla y no transcurrirá mucho tiempo antes de que se la introduzca en la boca. Entonces experimenta sensaciones de la índole agresiva habitual [54] que corresponde a los leones y los tigres, y a los bebés cuando se apoderan de algo bueno: parece dispuesto a comerse la cuchara.

Ya podemos decir que el bebé ha tomado este objeto y lo ha hecho suyo. Ha perdido toda la inmovilidad que acompaña la concentración, la extrañeza y la duda. Se muestra confiado y muy enriquecido por la nueva adquisición. Más aún, diría que, en su imaginación, se la ha comido. Así como el alimento que ha penetrado en él es digerido y se convierte en parte de su cuerpo, del mismo modo este objeto del que se ha apropiado de manera imaginaria forma ahora parte de él y puede utilizarse. ¿De qué manera?

Usted conocerá la respuesta porque sólo se trata de un ejemplo especial de lo que ocurre continuamente en su hogar. El bebé la acercará a la boca de la madre para alimentarla, y querrá que ella intervenga en el juego y pretenda comerla. Pero no olvidemos que no desea realmente que la madre la muerda y que se asustaría bastante si ella permitiera que se la introdujera en la boca. Se trata de un juego, de un ejercicio de la imaginación. El bebé está jugando e invita a jugar. ¿Qué más hará? Me dará de comer a mí y quizá desee también que yo juegue a comerla. Quizás haga un gesto dirigido a la boca de alguna otra persona en la habitación. Quiere que todos compartan su objeto bueno; él ya lo ha tenido, ¿por qué no pueden tenerlo todos? Posee algo con lo cual puede mostrarse generoso. Ahora coloca la cuchara en el pecho de la madre, por debajo de la blusa, para luego redescubrirla y sacarla otra vez. Después la empuja por debajo del papel secante y se divierte jugando a que la pierde y la encuentra otra vez, o bien observa alguna taza sobre la mesa y comienza a tomar una sopa imaginaria. Se trata de una experiencia muy rica, que corresponde al misterio del interior del cuerpo, los procesos digestivos, el período que transcurre [55] entre el momento en que la comida se pierde al ser tragada y el residuo se redescubre en el extremo inferior, en las heces y la orina. Se podrían describir muchas otras de las actitudes que exhiben los distintos bebés cuando se ven enriquecidos por este tipo de juego.

Ahora dejará caer la cuchara: supongo que su interés comienza a desplazarse hacia algún otro objeto. La recojo y se la entrego. Sí, parece quererla y retorna al juego anterior, utilizando la cuchara como antes, es decir, como una parte de sí mismo. ¡Oh, la ha dejado caer otra vez! Es evidente que no se trata de una casualidad. Quizá le guste el ruido que produce la cuchara al caer sobre el piso. Ya veremos. Se la entrego una vez más. Ahora la suelta de forma deliberada: lo que le gusta es dejarla caer. Vuelvo a dársela y prácticamente la arroja con fuerza. La cuchara ya no le interesa; hemos llegado al final del juego.

Hemos visto cómo el bebé desarrolla un interés por algo, lo hace parte de sí mismo, cómo lo utiliza y termina por abandonarlo. Esto ocurre todo el tiempo en su hogar, pero la secuencia resulta más evidente en este marco especial, que da tiempo al bebé para realizar la experiencia completa.

¿Qué hemos aprendido observando a este pequeño bebé?

En primer lugar, hemos presenciado una experiencia completa. La existencia de circunstancias controladas permitió que hubiera un principio, un medio y un fin; se trató de un acontecimiento total. *Esto es bueno para el bebé.* Cuando usted está apurada, o atosigada, no tiene tiempo para *experiencias totales* y su bebé queda empobrecido, pero si dispone de tiempo —lo cual es sin duda de vital importancia cuando se tiene un

bebé— puede permitirle tales experiencias que lo capacitan para tener la [56] vivencia del tiempo va que no nacen sabiendo que toda experiencia llega a su fin.

¿Comprende ahora que sólo es posible disfrutar o, al menos tolerar, la parte media de las cosas, si existe una fuerte sensación de comienzo y final?

Al permitirle a su bebé experiencias totales, y al intervenir en ellas, usted establece de forma gradual la base en que ha de fundarse la capacidad del niño para disfrutar sin sobresaltos de toda clase de experiencias.

La observación del bebé con la cuchara nos permite comprender otra cosa. Vimos que dudó y vaciló al comienzo de una nueva aventura. Vimos cómo extendió la mano para tocar y apoderarse de la cuchara y cómo, después de la primera reacción simple, abandonó su interés temporariamente. Luego, al captar la actitud de la madre, permitió que su interés retornara a la cuchara, pero se mantuvo tenso e inseguro hasta que se llevó la cuchara a la boca y la mordió.

Al principio su bebé está dispuesto a consultarla si está presente cuando surgen nuevas situaciones; por eso, usted debe saber con claridad qué cosas puede permitirle tocar y cuáles no. El mejor método es el más simple y consiste en no tener a la vista los objetos que no debe llevarse a la boca. El bebé trata continuamente de captar los principios en que usted basa sus decisiones para poder así saber por anticipado qué le está permitido. Un poco más adelante, las palabras la ayudarán y entonces podrá decirle "eso corta", "eso quema", o indicar de otra manera el peligro corporal.0 bien cómo hacerle saber que el anillo dé compromiso que usted deja sobre la repisa mientras se lava las manos no está allí para beneficio del bebé.

¿Comprende ahora cómo ayudarlo a evitar la confusión respecto de lo que puede y lo que no puede tocar? Podrá lograrlo mediante el sencillo recurso de tener ideas claras [57] con respecto a lo que está prohibido y por qué, y de estar siempre presente, para prevenir y no para curar, proporcionándole deliberadamente objetos que pueda tocar y morder.

Otra cosa. Podríamos referirnos a la experiencia observada en términos de habilidades, es decir, el bebé que aprende a dirigirse a un objeto, descubrirlo y tomarlo, y colocárselo en la boca. Me siento sorprendido cuando un bebé de 6 meses realiza todos esos actos. Por otra parte, los intereses de un niño de 14 meses son demasiado variados como para que podamos observar las cosas con tanta claridad como en el caso de nuestro bebé de 10 meses.

De todas maneras creo que lo más importante lo hemos aprendido observando a nuestro bebé; *lo ocurrido nos demuestra que no es sólo un cuerpo: el bebé es una persona.*

Es importante considerar las edades en las que se desarrollan los diversos tipos de habilidades, pero en lo que vimos había algo más que habilidad: había juego. Al jugar, el bebé demuestra que ha construido en sí mismo algo que podríamos denominar material para el juego, un mundo interior de vida imaginaria, que se expresa en él.

¿Quién puede decir cuándo comienza esta vida imaginaria que enriquece y se ve enriquecida por la experiencia corporal? A los 3 meses, un bebé puede tratar de introducir un dedo en la boca de la madre y jugar a que la alimenta, mientras toma el pecho. ¿Y qué decir de las primeras semanas de vida? ¿Quién lo sabe? Un pequeño bebé puede tratar de chuparse el puño o un dedo mientras toma el pecho o el biberón (algo así como tener la torta y comerla), y ello demuestra que se trata de algo más que de la mera necesidad de satisfacer el hambre.

Pero, ¿para quién digo todo esto? Las madres no tienen ninguna dificultad en ver a sus bebés como personas desde [58] el comienzo, pero hay quienes sostienen que, hasta los 6 meses, un bebé no es más que un cuerpo y un conjunto de reflejos. Por favor, no se deje impresionar por quienes hablan así.

Disfrute a medida que vaya descubriendo la persona que es su bebé, porque éste necesita que usted lo haga, y así estará preparada, aguardando sin apuro, agitación o impaciencia a que el bebé comience a jugar. Esto es lo que indica, por encima de todo, la existencia de una vida personal interna en el bebé. Si encuentra en usted una correspondiente capacidad para el jugar, la riqueza interior del bebé florece, y los momentos en que juegan juntos se convierten en la mejor parte de la relación entre ustedes dos. [59]

8

Primer plano de la madre alimentando al bebé

Dije ya, en una charla anterior, que el bebé aprecia, quizá desde el comienzo mismo, la actitud alerta y activa de la madre. El placer que la madre experimenta en lo que hace por su hijo permite que éste no tarde en enterarse de que existe un ser humano por detrás de toda esa actividad. Pero lo que eventualmente hace que el bebé sienta a la madre como una persona es la especial capacidad de ésta para colocarse en el lugar del bebé y saber así cómo se siente. Ninguna regla teórica puede reemplazar la intuición de una madre con respecto a las necesidades del bebé, que la capacita para realizar a veces una adaptación casi exacta a tales necesidades.

Me parece conveniente explicar este punto con referencia a la alimentación y comparando a dos bebés distintos. En el caso de uno de ellos, la madre lo alimenta en el hogar; en el otro, recibe el alimento en una institución, un lugar agradable, pero donde las enfermeras están muy ocupadas y no queda tiempo para la atención individual.

Consideremos en primer término este último caso. Las enfermeras que lean estas líneas, y que prestan atención individual a los bebés bajo su cuidado, tendrán que perdonarme por utilizar como ejemplo el peor aspecto, y no el mejor, de lo que pueden hacer.

Tenemos, pues, al bebé en el momento de la comida, por [61] completo ignorante de lo que puede esperar. Este bebé no sabe mucho acerca de los biberones o de la gente, pero comienza a estar dispuesto a creer que algo satisfactorio puede ocurrir en cualquier momento. El bebé está en la cuna, en posición no del todo horizontal, y hay un biberón lleno colocado sobre almohadones para que quede al alcance de su boca. La enfermera introduce la tetina en la boca del bebé, espera un par de minutos y luego se aleja para atender a otro que está llorando. Al principio, las cosas pueden andar bastante bien, porque el hambre impulsa al bebé a succionar la tetina y la leche le llega a la boca y lo hace sentir bien; pero ahí se queda, en la boca, y en unos pocos instantes se ha convertido en una amenaza muy grande para su existencia; entonces llora y se agita, la tetina se le sale de la boca, lo que le produce alivio sólo temporario porque no tarda en sentir otra vez hambre y la botella no viene y el llanto se reanuda. Pasados unos minutos, la enfermera retorna y vuelve a colocar el biberón en la boca del bebé, pero ahora el biberón, que para nosotros ofrece el mismo aspecto que antes, se ha convertido en algo malo y peligroso para el bebé. Y así una y otra vez.

Pasemos ahora al otro extremo, al bebé cuya madre siempre está cerca cuando la necesita. Siempre me siento atónito ante la delicadeza con que una madre que no está ansiosa maneja la misma situación. Allí está, asegurando el máximo de comodidad para el bebé, y preparando un *marco* adecuado para que pueda comer. El marco es parte de una relación humana. Si la madre le da el pecho, observamos que permite que las manos de su bebé, por pequeño que sea, queden libres, de modo que cuando se descubre el pecho aquél pueda sentir la textura de la piel y su calor, y la distancia entre el pecho y el

bebé es corta, porque éste cuenta sólo con un pequeño sector del mundo para colocar objetos, el sector que puede alcanzar con la boca, las manos [62] y los ojos. La madre permite que el rostro del bebé esté en contacto con sus senos. Al principio los bebés no saben que el pecho forma parte de la madre. Si su mejilla roza el pecho, no saben al comienzo si la sensación agradable se produce en el pecho o en el rostro. De hecho, los bebés juegan con sus propias mejillas y las aprietan, como si fueran senos, y existen sólidos motivos para que las madres permitan al bebé todo el contacto que desee. Sin duda, las sensaciones del bebé en este sentido son muy agudas, y si son agudas podemos estar seguros de que son importantes.

El bebé necesita, en primer término, todas estas experiencias más bien *tranquilas* que describo, y necesita sentirse sostenido con amor, es decir, en una forma viva pero sin agitación, ansiedad o tensión. Tal es el marco. Tarde o temprano se producirá algún contacto entre el pezón de la madre y la boca del bebé. Lo que ocurre exactamente carece de importancia: la madre está allí, forma parte de la situación y disfruta con la intimidad de esa relación. Llega a ella sin ideas preconcebidas en cuanto a la forma en que el bebé debería comportarse.

Este contacto del pezón con la boca del bebé despierta en éste ideas: "Quizás ahí afuera haya algo que valga la pena conseguir". La saliva comienza a fluir; de hecho, puede fluir en tal cantidad que el bebé goce tragándola y, durante un tiempo, casi no necesite la leche. Poco a poco, la madre permite que el bebé construya en la imaginación lo mismo que ella tiene para ofrecerle, y entonces el bebé coloca la boca sobre el pezón y lo aprieta con las encías y, quizá, comienza a succionar.

Y luego se produce una pausa. El bebé suelta el pezón y se aparta de la madre. La idea del pecho se desvanece.

¿Se da cuenta de la importancia de lo ocurrido? El bebé tuvo una idea, y entonces surgió el pecho con el pezón y se [63] produjo un contacto: luego el bebé abandonó la idea y se apartó, y el pezón desapareció. Este es uno de los aspectos más importantes en que la experiencia de este bebé difiere de la de un niño colocado en una atareada institución. ¿Cómo reacciona la madre frente al bebé que se aparta? No le introduce el pezón por la fuerza en la boca para que se reanuden los movimientos de succión. La madre comprende lo que siente el bebé porque está alerta y posee imaginación. Espera. Al cabo de breves minutos, o antes, el bebé se vuelve una vez más hacia ella, que todo el tiempo ha deseado que su hijo tome el pezón, y así se establece un nuevo contacto, justo en el momento adecuado. Tal situación se repite una y otra vez, y el bebé no mama de un objeto que contiene leche, sino de una posesión personal que ha prestado por un momento a una persona que sabe qué hacer con él.

El hecho de que la madre sea capaz de efectuar una adaptación tan delicada demuestra que es un ser humano, cosa que el bebé no tarda en comprender.

Quiero destacar, en particular, la forma en que la madre del bebé del segundo ejemplo permite que éste se aparte. Es precisamente aquí, cuando retira el pezón en el momento en que el bebé deja de desearlo o de creer en él, donde se asume como madre. Se trata de una operación tan delicada al principio que el éxito no siempre es factible, en especial porque el bebé tiene necesidad de establecer su derecho a una actitud personal rechazando la comida, apartando la cabeza o quedándose dormido. Ello resulta muy frustrante para una madre que anhela mostrarse generosa. A veces le es imposible soportar la tensión en los senos (a menos que alguien le haya explicado cómo puede extraer un poco de leche, lo cual le permitirá esperar hasta que el bebé decida comer). Sin embargo, si las madres supieran que el gesto de apartarse del pecho o del biberón

[64] encierra un significado especial, estarían en mejores condiciones para hacer frente a esos momentos difíciles. Tomarían esa actitud, o el hecho de que el bebé se duerma, como una indicación de que el niño necesita cuidado especial. Ello significa que debe hacerse todo lo necesario con el fin de proveer el marco adecuado para la alimentación. Tanto la madre como el bebé deben estar cómodos; debe haber tiempo de sobra; y los brazos del bebé tienen que estar libres. El niño debe poder establecer un contacto directo entre su piel y la de su madre. Incluso puede ocurrir que un bebé necesite que lo coloquen desnudo sobre el cuerpo desnudo de su madre. Si surge alguna dificultad, lo único que carece por completo de sentido es tratar de obligarlo a comer. Cuando hay dificultades, sólo la búsqueda del marco adecuado para que el niño encuentre el pecho permite concebir alguna esperanza de lograr la experiencia alimentaria adecuada. Ecos de tales dificultades pueden aparecer en etapas posteriores de la experiencia infantil.

De paso, me gustaría referirme a la situación de la madre cuyo hijo acaba de nacer. Ha pasado por una experiencia seria y plena de ansiedad, y sigue necesitando ayuda especializada. Existen motivos por los cuales es muy probable que tienda a sentirse dependiente y a respetar las opiniones de alguna mujer importante en su medio, se trate de la enfermera jefa del hospital, la partera, su propia madre o su suegra. Se encuentra en una posición difícil. Durante nueve meses se ha preparado para ese momento y, por razones que ya he intentado explicar, es la persona más adecuada para saber cuál es la mejor manera de conseguir que su hijo tome el pecho; pero, si quienes tanto saben a su alrededor tienen un carácter dominante, es muy difícil que esté en condiciones de hacerles frente, por lo menos mientras no tenga dos o tres [65] hijos y mucha experiencia. El ideal, desde luego, es la relación feliz que a menudo existe entre las enfermeras o la partera y la madre.

Si tal relación existe, la madre cuenta con una excelente oportunidad para determinar cómo ha de realizarse el primer contacto con el bebé. Este duerme a su lado la mayor parte del tiempo, y ella puede mirarlo en la cuna cuantas veces quiera, para comprobar que su nueva adquisición es realmente un lindísimo bebé humano. Pronto se acostumbra al llanto de su propio hijo. Si el llanto la perturba, la enfermera se lleva al bebé mientras la madre duerme, pero no tarda en volvérselo a traer. Entonces, cuando percibe que el bebé comienza a tener hambre, o quizás a desear un contacto general con su cuerpo, la madre recibe ayuda para tomar al bebé en sus brazos y acunarlo. En el curso de este tipo de experiencia, comienza ese contacto especial entre el pecho materno y el rostro, la boca y las manos del bebé.

Todos conocemos el caso de la madre joven que se siente perdida. Nada se le ha explicado; el bebé está en otra habitación, quizá junto con otros bebés, excepto cuando debe comer. Siempre hay algún bebé que llora, y la madre no llega a conocer el llanto de su propio hijo. En el momento de la comida, alguien trae al bebé y se lo entrega a la madre, firmemente envuelto en una toalla. Se supone que la madre debe tomar en sus brazos ese objeto extraño y darle de comer, pero no siente la vida que surge en sus senos ni el bebé tiene oportunidad de explorar o de imaginar nada. Nunca falla la enfermera que se impacienta cuando el bebé no empieza a succionar y trata de obligarlo a hacerlo. Más de un bebé ha pasado por esta espantosa experiencia.

Pero incluso las madres tienen que aprender a serlo a través de la experiencia. Creo que es mucho mejor si lo [66] encarán en esta forma: la experiencia les permite crecer. Si asumen otra actitud y creen que deben leer muchos libros para aprender a ser madres perfectas desde el comienzo, eligen el camino erróneo. A la larga, lo que necesitamos son madres, así como padres, que hayan encontrado la manera de tener fe en sí mismos.

Ellos son quienes construyen los mejores hogares para el crecimiento y desarrollo de un bebé. [67]

9

¿Por qué lloran los bebés?

Hemos considerado hasta ahora algunas cuestiones muy evidentes relacionadas con su deseo de conocer a su bebé y con la necesidad que éste tiene de que lo conozcan. Así como los bebés necesitan la leche y el calor de la madre, también necesitan su amor y comprensión. Si usted conoce a su bebé, está en condiciones de proporcionarle la ayuda que necesita en el momento más adecuado, y puesto que nadie puede llegar a conocer a un bebé tanto como su propia madre, nadie sino usted es la persona adecuada para ayudarlo. Consideremos ahora los momentos en que parece pedir ayuda con mayor claridad: cuando llora.

Como sabe, casi todos los bebés lloran mucho, y usted debe decidir siempre si ha de dejar que siga llorando o bien si debe calmarlo, o alimentarlo, o pedirle al padre que haga algo o entregárselo indefenso a su vecina del primer piso, que sabe todo sobre los chicos o cree saberlo. Quizás usted espere que le diga exactamente qué debe hacer, pero en tal caso usted exclamaría: "¡Qué tonto! Los bebés lloran por muchos motivos y uno no sabe qué hay que hacer hasta que descubre por qué llora". Así es, y precisamente por eso intentaré examinar con usted los motivos del llanto.

Digamos que hay cuatro clases de llanto, pues ello es más o menos cierto, y que podemos colgar todo lo que sabemos de estas cuatro perchas: Satisfacción, Dolor, [69] Rabia, Aflicción. Como ve, lo que digo es, en realidad, muy evidente; algo que toda madre sabe por sí misma aunque nunca haya tratado de expresarlo con palabras.

Lo que quiero decir es, simplemente, que el llanto da al bebé la sensación de que está ejercitando sus pulmones (satisfacción), o bien constituye una señal de peligro (dolor), una expresión de cólera (rabia), o una canción triste (aflicción). Si usted acepta esto como una hipótesis de trabajo, podré explicarle qué quiere decir.

Quizá le resulte extraño que me refiera en primer lugar al llanto que corresponde a la satisfacción, casi al placer, a pesar de que es común pensar que, si un bebé llora, está en alguna medida angustiado. Sin embargo, considero que debe mencionárselo en primer término. Debemos reconocer que el placer interviene en el llanto tanto como en el ejercicio de cualquier función corporal, y entonces es natural que cierta medida de llanto resulte a veces satisfactoria para el niño, mientras que una cantidad menor no habría bastado.

Alguna madre me dirá: "Mi bebé casi nunca llora, salvo justo antes de comer. Es claro que llora todos los días entre las 4 y las 5 de la tarde, pero creo que le gusta. En realidad no le pasa nada, y yo le hago ver que estoy cerca, pero no trato de calmarlo".

A veces uno oye decir a la gente que nunca debe levantarse al bebé cuando llora; más adelante consideraremos esa opinión. Pero otras personas sostienen que nunca se debe permitir que un bebé llore. Supongo que esa gente también aconseja a las madres que no permitan que sus bebés se lleven el puño a la boca o se chupen el pulgar, o usen

un muñeco o jueguen con el pecho después de comer. No saben que los bebés tienen (y deben tener) su propia manera de resolver sus propios problemas.

De cualquier modo, los bebés que casi nunca lloran no [70] son necesariamente más sanos por ello que los muy llorones y, si tuviera que elegir entre ambos extremos, me inclinaría por el bebé llorón, que ha llegado a conocer la plena medida de su capacidad para hacer ruido, siempre y cuando no se haya permitido con demasiada frecuencia que el llanto se convierta en desesperación.

Lo que quiero decir es que cualquier ejercicio del cuerpo es bueno, desde el punto de vista del niño. La respiración misma, una nueva adquisición para el recién nacido, puede resultar muy interesante hasta que se pierde conciencia de ella, y los gritos, los alaridos y todas las formas del llanto son decididamente excitantes. La importancia de que reconozcamos el valor del llanto radica en que ello nos permite comprender cómo el llanto puede constituir un medio para recuperar la confianza en momentos difíciles. Los bebés lloran porque se sienten ansiosos o inseguros, y eso los ayuda; por lo tanto, debemos aceptar que hay algo de bueno en el hecho de llorar. Más tarde aparecen las primeras palabras y, poco después, el niño llenará la casa con el redoble de un tambor.

Usted sabe cómo su hijo usa el puño o el dedo, cómo lo introduce en su boca y se ingenia así para evitar la frustración. Bueno, el grito es como un puño que proviene del interior. Y nadie puede interferir. Usted puede sujetar las manos del bebé e impedir que se las lleve a la boca, pero no puede sujetarle el grito en el estómago. Es imposible impedir que lllore y espero que no lo intente. Si tiene vecinos que no pueden soportar el ruido, es una lástima, pues entonces usted deberá tomar medidas para poner fin al llanto a causa de *ellos*, lo cual es muy distinto de estudiar las razones por las cuales llora el bebé con el fin de prevenir o poner fin sólo al llanto que no es útil y sí nocivo.

Los médicos dicen que el llanto del recién nacido constituye un signo de salud y vitalidad. Pues bien, el llanto [71] sigue siendo un signo de salud y vitalidad, el ejercicio de una función, satisfactorio como tal e incluso placentero. Pero es *mucho más que eso*, y entonces, ¿qué diremos acerca de los otros significados del llanto?

A nadie ha de resultarle difícil reconocer el llanto de dolor, la forma elegida por la naturaleza para hacerle saber que su bebé está en dificultades y necesita su ayuda.

Cuando un bebé siente algún dolor, emite un sonido agudo o penetrante, al tiempo que indica, a menudo, el sitio dolorido. Por ejemplo, si tiene un cólico, recoge las piernas; si se trata de un dolor de oídos, se toca con la mano el oído enfermo; si lo molesta una luz demasiado fuerte, da vuelta la cabeza hacia el otro lado. Todavía no sabe qué hacer para defenderse de los ruidos fuertes.

El llanto de dolor no es en sí mismo placentero para el niño, y a nadie se le ocurriría suponerlo, pues de inmediato despierta en quienes lo rodean el impulso de hacer algo por él.

El hambre es un tipo de dolor. Sí, considero que el hambre es como un dolor para el bebé. El hambre lo lastima de una forma que los adultos tienden a olvidar, pues casi nunca llegan a experimentar tanta hambre. Supongo que en las Islas Británicas muy pocos saben hoy día lo que significa estar dolorosamente hambrientos. Piense en todo lo que hacemos para asegurar la existencia de una provisión de alimentos, incluso en época de guerra. Nos preguntamos qué comeremos, pero casi nunca si hemos de comer o no. Y si nos falta algo que nos gusta, renunciamos a ello y dejamos de desearlo, para soportar la frustración. Pero nuestros niños conocen demasiado bien los dolores y los tormentos del hambre intensa. A las madres les gusta que sus bebés sean expresivos y glotones, que se exciten cuando perciben el ruido, los objetos y los olores que anuncian la hora de

comer, y los bebés excitados [72] sienten dolor y lo expresan a través del llanto. Si tal dolor conduce a una comida satisfactoria, pronto se lo olvida.

El llanto de dolor puede aparecer en cualquier momento después del parto. Tarde o temprano observamos un nuevo tipo de llanto doloroso, el llanto aprensivo. Ello significa que el bebé está empezando a enterarse de un par de cosas. Ya sabe que, en ciertas circunstancias, el dolor es más o menos inevitable. Cuando usted comienza a desvestirlo, el bebé sabe que perderá la agradable sensación de calor, que deberá cambiar de posición, no una sino varias veces, y que perderá todo sentimiento de seguridad, y por eso llora en cuanto usted le desabrocha el primer botón. Desde luego, todo esto se torna más y más complejo a medida que transcurren las semanas y va creciendo.

A veces, el bebé llora cuando está sucio. Ello podría indicar que no le gusta sentirse sucio (y, además, si tal situación se prolonga, la piel se le irrita y le duele), pero por lo general no significa nada de eso, sino el temor a la perturbación que ha aprendido a esperar. La experiencia le ha mostrado que, en los minutos siguientes, ha de perder todas sus seguridades, es decir, lo desnudarán, lo moverán y le harán perder su calor.

La base del llanto aprensivo es el dolor, y a ello se debe que suene idéntico en ambos casos, pero se trata de un dolor que el bebé recuerda y sabe que se repetirá. Cuando un bebé ha experimentado ya alguna sensación dolorosa aguda, puede llorar por temor cuando ocurre algo que amenaza con provocarle esa misma sensación. Y pronto comienza a tener ideas, algunas de ellas atemorizantes, y entonces llora porque algo le recuerda al bebé el dolor, aunque sólo sea imaginario.

Si usted ha comenzado recientemente a pensar en estas cosas, quizá le parezca que mi planteo es difícil y complicado, pero me es imposible evitarlo y, por suerte, lo que [73] sigue es sumamente fácil, pues la tercera causa del llanto en mi lista es la rabia.

Todos sabemos qué significa enojarse y que la rabia, cuando es muy intensa, parece a veces dominarnos y hacernos perder el control momentáneo. Su bebé sabe muy bien todo esto. Por mejor buena voluntad que usted ponga en juego, a veces lo desilusionará, y el bebé llorará de rabia. A mi entender, le queda este único consuelo: ese llanto encolerizado probablemente indique que tiene cierta fe en usted. Confía en poder cambiarla. Un bebé que ha perdido toda fe no se enoja, simplemente deja de desear o bien llora de una forma lastimera y desilusionada, o bien comienza a golpearse la cabeza contra la almohada, contra la pared o el piso, o recurre a las diversas reacciones que puede provocar en su cuerpo.

Es saludable que el bebé llegue a conocer el pleno alcance de su rabia. Además, no *se siente* desvalido cuando está enojado. Usted conoce muy bien el aspecto que tiene en esos momentos. Grita y patalea y, si ya está más crecido, se pone de pie y sacude los barrotes de la cuna. Muerde y araña, y puede llegar a escupir, vomitar o ensuciarse. Si está muy enojado, puede llegar a retener el aliento y ponerse azul e incluso a tener convulsiones. Durante unos pocos minutos, se propone realmente destruir o por lo menos dañar a todos y a todo, y ni siquiera le importa destruirse a sí mismo en el proceso. ¿No se da cuenta de que su bebé gana algo cada vez que pasa por esta experiencia? Si un bebé llora en estado de rabia y siente que ha destruido todo, y, no obstante, quienes lo rodean se muestran tranquilos y no dan señales de haber sido heridos, tal experiencia fortalece en alto grado su capacidad para comprender que lo que siente como verdadero no es necesariamente real, que la fantasía y la realidad, ambas muy importantes, son, no obstante, cosas muy [74] distintas entre sí. No es necesario que usted trate de hacerlo enojar, por la sencilla razón de que existen múltiples circunstancias que no pueden dejar de encolerizarlo, lo quiera usted o no.

Algunas personas viven dominadas por el terror a enojarse, temerosas de lo que habría ocurrido si hubieran experimentado plenamente su rabia en sus primeros meses de vida. Por algún motivo, ello nunca ocurrió: quizá también sus madres tenían miedo. Una conducta tranquila podría haberles dado confianza, pero sus madres sólo crearon confusión al actuar como si el bebé enojado fuera realmente peligroso.

Un bebé enojado es toda una persona. Sabe muy bien lo que quiere y cómo podría obtenerlo, y se niega a abandonar toda esperanza. Al principio, casi no sabe que cuenta con algunas armas, que sus alaridos lastiman y sus deposiciones dan trabajo. Pero, en el curso de unos pocos meses comienza a sentirse peligroso, a sentir que puede lastimar y a experimentar el deseo de hacerlo y, tarde o temprano, su experiencia personal del dolor le enseña que también los otros pueden sufrir y cansarse.

Le será muy útil observar a su hijo cuando aparecen los primeros signos de que ya sabe que puede herirla y se propone hacerlo.

Quiero referirme ahora a la cuarta causa de mi lista, la aflicción. Sé que no es necesario describirle la tristeza, tal como no es necesario explicar el concepto de color a alguien que no es daltónico. Con todo, no basta limitarse a mencionar la tristeza por diversos motivos. Uno de ellos es que los sentimientos del niño son muy directos e intensos, y nosotros los adultos, aunque valoramos éstos intensos sentimientos de nuestra infancia y nos gusta evocarlos en determinados momentos, hemos aprendido hace ya mucho tiempo a defendernos del predominio de esos sentimientos [75] casi insoportables a cuya merced nos encontrábamos cuando niños. Si la pérdida de algún ser amado hace imposible evitar la aflicción penosa, tenemos un período de duelo, que nuestros amigos comprenden y toleran, y todos esperan que, tarde o temprano, nos recuperemos. No estamos expuestos a la aparición de una profunda tristeza en cualquier momento del día y de la noche, como ocurre con los bebés. En realidad, muchas personas se defienden tan bien contra este tipo de dolor que les resulta imposible tomar las cosas con la seriedad que desearían; no pueden experimentar los sentimientos profundos que les gustaría tener, porque tienen miedo de algo tan real. Y son incapaces de correr los riesgos implicados en el amor hacia una persona o un objeto definido; la dispersión de sus riesgos puede significar una cierta pérdida, pero tiene la ventaja de asegurarlos contra la aflicción. ¡Cómo les gusta una película triste, que les hace derramar lágrimas, lo cual demuestra que por lo menos no han perdido del todo esa capacidad! Cuando hablo de la aflicción como causa del llanto infantil, conviene señalar que usted no recordará fácilmente la tristeza de su propia infancia y que ello le impedirá creer en la de su propio bebé mediante una comprensión directa.

Incluso los bebés pueden elaborar poderosas defensas contra la tristeza muy penosa. Pero lo que me propongo es describir el llanto triste de los niños que no se defienden y que, sin duda, usted ha oído alguna vez. Quisiera poder ayudarla a comprender el papel del llanto triste, su significado y su valor, con el fin de que usted sepa qué hacer cuando lo oye.

Cuando su hijo demuestra que puede llorar de tristeza, cabe deducir que ha recorrido ya un largo camino en el desarrollo de sus sentimientos; no obstante, debo repetirle una vez más que nada se gana *tratando de provocar* ese [76] tipo de llanto. Pero existe una diferencia entre la rabia y la aflicción, pues mientras aquella es una reacción más o menos directa ante la frustración, la segunda implica procesos bastante complejos en la mente infantil, que intentaré describir.

Pero antes digamos unas palabras acerca del sonido del llanto triste que, como usted habrá observado, tiene una cierta musicalidad. Algunas personas creen que esta

clase de llanto constituye una de las principales raíces de la buena música. Y es verdad que, en cierto grado, el bebé se entretiene con él. Puede producir con facilidad diversos tonos de llanto y experimentar con ellos mientras espera que el sueño llegue para ahogar sus penas. Cuando haya crecido un poco se lo podrá oír entonar una canción triste para quedarse dormido. Asimismo, como usted bien sabe, las lágrimas tienen más que ver con el llanto triste que con la rabia, y la incapacidad para llorar con tristeza significa ojos secos y nariz seca (a la cual fluyen las lágrimas cuando no resbalan por las mejillas). De modo que las lágrimas son saludables tanto física como psicológicamente.

Quizá convendría dar un ejemplo para explicar qué entiendo por el valor de la tristeza. Consideraré un bebé de 18 meses porque resulta más fácil creer en lo que ocurre a esta edad que en hechos idénticos pero más oscuros de los primeros meses de vida. Esta niña fue adoptada a los 4 meses y tuvo experiencias desafortunadas previas a la adopción, con lo cual se mostraba particularmente dependiente de la madre. Cabría decir que no había podido elaborar en la mente, como ocurre con bebés más afortunados, la idea de que existen madres buenas; por tal razón, se aferraba a la persona real de su madre adoptiva, quien era muy eficaz en el cuidado de la niña. La niña experimentaba una necesidad tan enorme de la presencia real de su madre adoptiva que ésta sabía que no debía dejarla [77] sola. Cuando tenía 7 meses había quedado en muy buenas manos durante unas pocas horas, pero el resultado fue desastroso. Ahora bien, cuando la niña tenía 18 meses, la madre decidió tomarse quince días de vacaciones; le explicó a su hija lo que pensaba hacer y la dejó en manos de personas que conocía muy bien. La niña pasó casi todo ese tiempo tratando de abrir la puerta del dormitorio de la madre, demasiado ansiosa para jugar y sin aceptar realmente la ausencia de la madre. Estaba demasiado asustada como para sentir tristeza. Supongo que, para ella, el mundo dejó de girar durante quince días. Cuando la madre regresó, la niña aguardó unos instantes para asegurarse de que lo que veía era real y luego se arrojó en sus brazos, estalló en sollozos y se hundió en una profunda tristeza, después de lo cual recuperó su estado normal.

Es evidente que la tristeza ya existía antes del regreso de la madre, pero, para la niña, no hizo su aparición hasta que tuvo la certeza de que podía estar triste en presencia de su madre, por cuya piel podían resbalar sus propias lágrimas. ¿A qué se debe todo esto? Bueno, pienso que esta criatura debía hacer frente a algo que la asustaba mucho, es decir, al odio que sentía hacia su madre cuando ésta la abandonaba. Elegí este ejemplo porque el hecho de que la niña fuera dependiente de su madre real (y le resultara muy difícil reconocer actitudes maternas en otra gente) nos permite ver cuán peligroso puede ser para ella odiar a su madre. Por lo tanto, esperó hasta que su madre regresara.

Pero, ¿qué hizo cuando la madre volvió? Podría haberse acercado a ella para morderla. No me sorprendería que algunas de ustedes hubieran tenido esa experiencia. Pero esta niña se arrojó en los brazos de su madre y comenzó a sollozar. ¿Qué significado podía atribuir la madre a todo esto? De haberlo expresado con palabras, y me alegro de [78] que no lo haya hecho, habría dicho: "Soy tu única madre buena. Te asustó descubrir que me odiabas por haberme ido. Te arrepientes de odiarme. Y, además, sentiste que me alejé porque habías hecho algo malo, o porque me exigías mucho, o porque me odiabas desde antes; pensaste que tú eras la causa de mi partida, creíste que me había ido para siempre. Y sólo cuando volví y me rodeaste con tus brazos, pudiste reconocer que habías querido alejarme, incluso mientras estaba contigo. Tu tristeza te otorgó el derecho de rodearme con los brazos porque con ello demostrabas que, cuando te herí con mi alejamiento, la culpa era tuya. En realidad, te sentiste culpable, como si fueras la causante de todo lo malo en el mundo mientras que, en realidad, eras sólo en

muy pequeña medida la causa de mi partida. Los bebés dan mucho trabajo, pero las madres ya lo saben y les gusta que así sea. Tu excesiva dependencia te ha hecho sentir que me resultas más cansadora, pero yo elegí adoptarte, y nunca me siento resentida por el trabajo que me causas...".

Sí, podría haber dicho todo esto, pero afortunadamente no lo hizo y, de hecho, estas palabras ni siquiera se le ocurrieron. Estaba demasiado ocupada consolando a su hija.

¿Por qué he dicho todo esto sobre el llanto de una niñita? Estoy seguro de que no hay dos personas que describirían de la misma forma lo que ocurre cuando un niño está triste, y mucho me temo que mi propia descripción no sea muy adecuada. Pero no es del todo errónea y confío en que haya servido para mostrarles que el llanto triste es algo muy complicado, algo que indica que su hijo ya se ha ganado un lugar en el mundo. Ya no es un corcho que flota sobre las olas: ha comenzado a asumir una responsabilidad frente al medio en que vive. En lugar de limitarse a reaccionar frente a las circunstancias, se siente *responsable* de las circunstancias. La dificultad consiste en que, al principio, [79] se siente *totalmente* responsable de lo que le ocurre a él y de los factores exteriores de su vida. Sólo con el correr del tiempo comienza a distinguir su responsabilidad real de la imaginaria.

Comparemos ahora el llanto triste con otras clases de llanto. Como usted habrá notado, el llanto debido al dolor y al hambre se observa en cualquier momento a partir del nacimiento. La rabia aparece cuando el bebé ya puede sacar conclusiones, y el temor, que indica la expectativa del dolor, significa que el bebé ya tiene algunas ideas. La aflicción es un signo de algo mucho más avanzado que esas otras sensaciones agudas; si las madres comprenden el enorme valor de los factores que existen por debajo de la tristeza, podrán percibir algo de suma importancia. La gente se alegra cuando, más adelante, su hijo dice "Gracias" y "Lo siento", pero la primera versión de estas expresiones está contenida en el llanto triste del bebé, y encierra mucho más valor que nuestras enseñanzas referentes a la manifestación de gratitud y arrepentimiento.

Como habrá observado en mi descripción de la niñita triste, para ella era muy natural sentir tristeza en los brazos de su madre. Un bebé enojado difícilmente manifiesta rabia mientras se encuentra en una relación satisfactoria con la madre. Si se queda en sus brazos, es porque tiene miedo de dejarla, y porque la madre probablemente desea que se aleje. Pero es posible abrazar y mimar a un bebé triste porque, al asumir la responsabilidad de aquello que lo hiere, se ha ganado el derecho a mantener una buena relación con el mundo. En realidad, un bebé triste puede *necesitar* su amor físico y expresivo. Lo que no necesita, sin embargo, es que lo diviertan y le hagan cosquillas, o que lo distraigan en alguna otra forma de su tristeza. Digamos que se encuentra en un estado de duelo y necesita un cierto tiempo para recuperarse. Sólo le hace [80] falta saber que usted sigue amándolo, y a veces incluso puede ser más conveniente dejar que lllore solo. Recuerde que, en la infancia, no hay mejor sentimiento que el que produce la superación espontánea de la tristeza y los sentimientos de culpa. Ello es tan cierto que en ocasiones usted comprobará que su hijo se porta mal con el fin de sentirse culpable y llorar, para luego conseguir el perdón; tal es su ansiedad por volver a sentir lo que ha experimentado como una verdadera superación de la tristeza.

Ya hemos descrito diversos tipos de llanto. Queda mucho por decir, pero creo que mi intento de distinguir un tipo de otro le será útil. Lo que no he hecho es describir el llanto de desesperanza, el llanto al que convergen los otros tipos si no quedan esperanzas en la mente del bebé. Quizá nunca escuche esta clase de llanto en su hogar; de lo contrario, ha perdido el control de la situación y necesita ayuda aunque, como ya he

tratado de demostrar en varias oportunidades, usted está en mejores condiciones que nadie para resolver los problemas de su bebé. Es en las instituciones donde oímos con frecuencia el llanto de desamparo y desintegración, allí donde no existen medios para proporcionar una madre a cada bebé. Menciono esta clase de llanto sólo con el propósito de completar la lista. El hecho de que usted esté dispuesta a dedicarse al cuidado de su hijo significa que éste es afortunado; a menos que alguna circunstancia fortuita perturbe su rutina, su bebé podrá salir adelante sin dificultades, y hacerle saber cuándo está enojado con usted y cuándo la ama, cuándo desea librarse de usted, cuándo se siente ansioso y atemorizado y cuándo lo único que quiere es que usted comprenda que se siente triste. [81]

10

El mundo en pequeñas dosis

Cuando usted escucha discusiones filosóficas, oye muchas veces un montón de palabras que se utilizan para resolver el problema de lo que es real y lo que no es real. Una persona afirma que lo real se refiere a lo que todos podemos tocar, ver y oír, mientras otra sostiene que sólo importa lo que se siente como real, por ejemplo, una pesadilla, o el odio hacia el individuo que no respeta la cola para el ómnibus. Todo esto parece muy difícil. ¿Por qué, entonces, introduzco este tema en una charla para madres acerca del cuidado de los bebés? Confío en que podré explicar los motivos.

Las madres se ven frente a una situación cambiante, en desarrollo; al principio de su tarea, el bebé nada sabe acerca del mundo y, cuando la concluyen, ese mismo bebé se ha convertido en alguien que conoce bien el mundo y puede encontrar la forma de vivir en él, incluso de participar en su comportamiento. ¡Qué desarrollo formidable!

Pero, sin duda, usted conoce a personas que experimentan dificultades en su relación con las cosas que llamamos reales; no las sienten como reales. Para usted y para mí, las cosas parecen más reales unas veces que otras. Cualquiera puede tener un sueño que parece más real que la realidad misma, y para algunas personas, el mundo de la imaginación es tanto más real que el mundo que [83] llamamos real, que les resulta casi imposible vivir en este último.

Permítaseme preguntar: ¿por qué la persona normal tiene, al mismo tiempo, el sentimiento de la realidad del mundo y de la realidad de lo que es imaginario y personal? ¿Cómo es que usted y yo llegamos a ser así? Nuestra ventaja es grande, porque ello nos permite utilizar nuestra imaginación para tornar más atractivo al mundo y aprovechar los objetos del mundo real para enriquecer nuestra imaginación. ¿Se trata de una evolución natural? No, a menos que al comienzo cada uno de nosotros cuente con una madre capaz de presentarnos al mundo en pequeñas dosis.

Ahora bien, ¿cómo son los niños cuando tienen dos, tres o cuatro años? En lo que se refiere a ver el mundo tal como es, ¿qué podemos decir del niño que da sus primeros pasos? Para él todas las sensaciones son de una gran intensidad. Nosotros, como adultos, sólo en circunstancias muy especiales alcanzamos esta maravillosa intensidad de sentimiento que corresponde a los primeros años de vida, y acogemos complacidos todo lo que nos ayuda a lograrlo sin asustarnos. Para algunos, el vehículo ideal es la música o la pintura; para otros, un partido de fútbol, y para otros, ponerse un vestido de fiesta..., etcétera. Felices aquellos que tienen los pies firmemente puestos sobre la tierra y

conservan, no obstante, la capacidad para disfrutar de sensaciones intensas, aunque sólo sea en los sueños que se sueñan y se recuerdan.

Para el niño, y en especial para el pequeño, la vida no es más que una serie de sensaciones atterradoramente intensas. Usted habrá observado lo que ocurre cuando interrumpe su juego; en realidad, usted prefiere prevenirlo de alguna manera, con el fin de que el niño pueda concluirlo por su cuenta y tolerar así su interferencia. Un juguete [84] regalado por un tío es parte del mundo real, y, no obstante, si el regalo lo hace la persona adecuada, en la forma y el momento adecuados, encierra para el niño un significado que deberíamos comprender y permitir. Quizá podamos recordar uno de nuestros propios juguetes y el significado que tuvo para nosotros. ¡Qué raído luce ahora, si aún lo conservamos en algún estante! El niño de dos, tres y cuatro años vive en dos mundos al mismo tiempo. El mundo que compartimos con él es, además, su propio mundo imaginario, y ello le permite experimentarlo con intensidad. Ello se debe a que, en el caso de un niño de esa edad, no insistimos en una percepción exacta del mundo exterior. No es necesario que los pies de su criatura estén todo el tiempo firmemente plantados en la tierra. Si una niña quiere volar, no le decimos: "Los chicos no vuelan". En cambio, la alzamos y la hacemos girar por encima de nuestra cabeza y la colocamos encima del aparador, para que se sienta como un pájaro que hubiera volado hasta el nido.

Muy pronto, el niño descubrirá que no puede volar mágicamente. Es probable que pueda conservar en los sueños una cierta medida de ese flotar mágico, o bien tendrá sueños en los que da pasos muy largos. El adulto contri buirá a este tema con algún cuento del tipo de *El gato con botas* o *La alfombra mágica*. Alrededor de los 10 años, el niño comenzará a practicar salto en alto y en largo, y tratará de saltar más alto y más lejos que los demás. Eso será todo lo que quede, excepto en los sueños, de las sensaciones de gran intensidad vinculadas a la idea de volar que aparecen espontáneamente a los 3 años.

Lo importante es que no le imponamos la realidad al pequeño, y confiemos en que no será necesario hacerlo ni siquiera cuando tenga 5 o 6 años porque, si las cosas andan bien, ya antes de esa época el niño habrá comenzado a sentir interés científico por eso que los adultos llamamos [85] el mundo real. Este mundo real tiene mucho que ofrecer, siempre y cuando su aceptación no signifique una pérdida de la realidad del mundo personal imaginativo o interior.

Para el niño resulta legítimo que el mundo interior esté tanto afuera como adentro, y por eso penetramos en el mundo imaginario de la infancia cuando participamos en los juegos del niño o tomamos parte, de cualquier otra manera, de sus experiencias imaginarias.

Observemos a este muchachito de 3 años. Se siente feliz, juega todo el día solo o con otros niños y ya está en condiciones de sentarse a la mesa y comer como los adultos. Durante el día aprende cada vez con mayor seguridad la diferencia entre lo que llamamos cosas reales y lo que llamamos imaginación infantil. ¿Y qué ocurre por la noche? Bueno, duerme, y sin duda sueña. A veces se despierta con un penetrante alarido. La madre salta de la cama, entra en su habitación y prende la luz, y se dispone a tomar al niño en sus brazos. ¿Se calma con esto? Por el contrario; el niño grita: "¡Vete, bruja! Quiero a mi mamita". Su mundo onírico se ha extendido hasta el mundo que llamamos real, y durante unos veinte minutos la madre debe aguardar, incapaz de hacer nada, porque en ese momento es una bruja para su hijo. De pronto, éste le rodea el cuello con los brazos y se aferra a ella como si acabara de verla y, antes de poder contarle algo

acerca de la horrible visión, se queda dormido, y la madre puede volver a colocarlo en su camita y retornar a su habitación.

¿Y qué ocurre con una niña de 7 años, una encantadora criatura, que afirma que en su nueva escuela todos sus compañeros están contra ella y la maestra es un monstruo que la persigue y la humilla delante de los demás chicos? Por supuesto, la madre va a la escuela y habla con la maestra. No es mi intención afirmar que todas las maestras son perfectas; no obstante, en la mayoría de los casos [86] la madre se encontrará con una persona justa que, en realidad, siente pena por esa criatura que se empeña en crearse dificultades.

Bueno, todos sabemos cómo son los chicos y nadie espera que sepan cómo es exactamente el mundo; debe permitírseles tenerlo que llamaríamos delirios si habláramos de adultos. Con toda seguridad, el problema podría resolverse invitando a la maestra a tomar el té, y no sería raro que la criatura se fuera entonces al otro extremo y comenzara a experimentar un profundo apego por la maestra y llegara incluso a idolatrarla y a temer que los otros niños le roben el amor de su ídolo. Con el tiempo, todos esos problemas se resuelven.

Ahora bien, si consideramos el caso de niños más pequeños en un jardín de infantes, resulta difícil saber si querrán a su maestra basándonos en lo que sabemos de ella. Es posible que la conozcamos y no tengamos una gran opinión de ella, es decir, que no nos resulte simpática; se mostró bastante egoísta cuando su madre estuvo enferma, o algo por el estilo. Pero lo que el niño siente con respecto a ella no tiene nada que ver con todo eso. Quizá comience a depender de su maestra y a sentir gran afecto por ella porque en la escuela se muestra bondadosa y logra ganarse su confianza, y fácilmente puede llegar a convertirse en un elemento necesario para la felicidad y el crecimiento del niño.

Pero todo esto se basa en la relación que existe desde antes entre la madre y el niño. Se dan aquí condiciones especiales. La madre comparte con su hijo un fragmento especializado del mundo, fragmento que trata de mantenerlo bastante reducido como para que su hijo no se sienta confuso, pero sin dejar por ello de aumentarlo de forma gradual, con el fin de satisfacer la creciente capacidad del niño para disfrutar del mundo. Se trata de una de las [87] partes más importantes de su tarea y la cumple con toda naturalidad.

Si observamos las cosas más de cerca, veremos que una madre hace dos cosas que resultan muy útiles aquí. La primera es que trata de evitar las coincidencias; las coincidencias llevan a la confusión. Actitudes negativas serían, por ejemplo, dejar al bebé al cuidado de un extraño durante el período del destete o introducir alimentos sólidos cuando el niño tiene sarampión. La segunda es que la madre puede distinguir la realidad de la fantasía; esta capacidad merece ser considerada más extensamente.

Cuando el pequeño se despertó durante la noche y vio a su madre como una bruja, ésta sabía muy bien que no era una bruja y eso le permitió esperar hasta que su hijo despertara por completo. Al día siguiente, cuando él le preguntó si existían brujas de verdad, ella pudo responder sin dificultad en sentido negativo. Al mismo tiempo, buscó y encontró un libro de cuentos con la figura de una bruja. Cuando su hijito rechaza el exquisito budín que usted acaba de prepararle especialmente y hace una mueca con la que expresa la idea de que el delicioso budín está envenenado, usted no se perturba, porque sabe muy bien que no es así. Encuentra la forma de superar la dificultad y no sería raro que, al cabo de pocos minutos, su hijo coma el budín con todo deleite. Si no hubiera estado segura de sí misma, se habría enojado mucho y habría tratado de obligar al niño a comerse el budín, para demostrarse a *usted misma* que estaba "bueno".

Su claro conocimiento de lo que es real y lo que no lo es ayuda al niño de múltiples maneras, pues éste sólo logra una comprensión gradual de que el mundo no es como él lo imagina y de que la imaginación no es exactamente como el mundo. Cada uno necesita del otro.

Usted sabe que el primer objeto que su bebé ama —una [88] frazada o un juguete blando— es para él casi una parte de sí mismo, y que el resultado es desastroso si intenta quitárselo o lavarlo. A medida que el bebé se va tornando capaz de arrojar estos y otros objetos (esperando, desde luego, que alguien los levante y se los devuelva), usted sabe que ha llegado el momento de que su hijo pueda permitirle irse y volver.

Quisiera volver a los comienzos, pues estas manifestaciones posteriores resultan fáciles si todo anda bien al principio. Me gustaría volver a considerar las primeras etapas de la alimentación del bebé. Recordará que describí la forma en que la madre pone el pecho (o el biberón) al alcance del bebé precisamente cuando éste se dispone a evocar algo, y luego lo hace desaparecer cuando la idea correspondiente desaparece de la mente del bebé. ¿Se da cuenta de que, al hacerlo, comienza en condiciones óptimas a presentarle el mundo al bebé? En nueve meses la madre alimenta a su hijo unas mil veces y hace muchísimas otras cosas con idéntica delicada adaptación a necesidades exactas. Para el niño afortunado, el mundo se comporta desde el comienzo de manera tal que se funde con su imaginación y se entreteje con ella, y la vida interior del bebé se ve enriquecida por lo que percibe en el mundo externo.

Y volvamos ahora a aquellos que hablan sobre el significado de la palabra "real". Si uno de ellos tuvo una madre que le fue presentando el mundo cuando era un bebé con la misma habilidad con que usted lo está haciendo con su hijo, podrá comprender que "real" significa dos cosas y podrá experimentar al mismo tiempo ambos tipos de realidad. Quizás otro individuo haya tenido una madre que erró el camino, y para él sólo pudo existir un tipo de realidad. O bien el mundo está allí y todos ven lo mismo que él, o bien todo es imaginario y personal. [89]

Así, pues, es mucho lo que depende de la forma en que el mundo se presenta al bebé y al niño que crece. La madre corriente puede comenzar y llevar a cabo esta desconcertante tarea de presentar el mundo en pequeñas dosis, no porque sea inteligente, como los filósofos, sino simplemente por el amor que siente hacia su hijo. [90]

11

La moralidad innata del bebé

Sería natural decir que el tema de esta charla es la "educación". Esta palabra nos hace pensar en el tipo de problemas a que quiero referirme ahora, esto es, la manera de lograr que un bebé se convierta en limpio y ordenado, bueno y obediente, sociable, moral y todo lo demás. Estuve a punto de decir feliz, también, pero es imposible enseñar a un niño a ser feliz.

La palabra "adiestramiento" me hace pensar siempre en los perros. Los perros necesitan adiestramiento. Supongo que podemos aprender algo de los perros, en el sentido de que si uno sabe lo que quiere, el animal se siente más feliz que en el caso contrario; también los niños prefieren saber qué piensan los adultos con respecto a las cosas. Pero un perro no se convertirá con el tiempo en un ser humano, de modo que cuando nos referimos a un bebé debemos partir desde el comienzo, y lo mejor es ver hasta qué punto podemos dejar de lado la palabra "adiestramiento".

Son varias las cosas que debo eliminar del camino con el fin de llegar a lo que realmente quiero decir. Para empezar, está la cuestión referente a sus propias normas. Eventualmente, su hijo tiene que aceptar sus normas o rebelarse contra ellas. Sus normas están profundamente arraigadas y usted se sentiría perdida sin ellas. [91]

Pero las normas varían. En un edificio de departamentos las normas son distintas en las diferentes familias, porque una valora la fuerza física o el trabajo manual; otra atribuye mayor importancia a la inteligencia; una tercera, a la limpieza, y así sucesivamente. Sería absurdo pretender que usted modifique sus normas por el simple hecho de tener un bebé.

Asimismo, debemos recordar que todos fuimos alguna vez bebés y que la forma en que nuestros padres nos educaron sobrevive en nosotros, quizás incluso como recuerdo consciente, y no resulte fácil liberarse de la tendencia a repetir exactamente lo que nuestros padres hicieron, o (si ellos adoptaron una actitud extrema) a hacer precisamente lo contrario. Me refiero aquí a los padres cuyas normas no son demasiado rígidas y para quienes las palabras amor y odio son más importantes que palabras como bueno, limpio, hermoso, malo y feo.

Y aún me resta eliminar un tercer obstáculo: debo admitir que, incluso en los mejores hogares, es inevitable que algunos niños no se desarrollen en forma del todo satisfactoria. En el caso de una criatura que se encuentra en dificultades, quizá se vea obligada a hacer precisamente aquello que desapruueba, y a adoptar métodos firmes que decididamente ahogan la espontaneidad del niño, con el fin de hacer la vida tolerable.

Esto es inevitable y sería una buena idea considerar, en alguna otra ocasión, el problema que plantea el manejo de los niños cuyas dificultades son tan grandes que no les permiten desarrollarse siguiendo su propio camino. Por el momento, sin embargo, considero sólo las primeras etapas, y lo que una madre común hace con un bebé que se desarrolla de forma satisfactoria.

Su bebé es tremendamente dependiente de usted, al principio en forma casi total, pero ello no significa que dependa de usted para sentirse bien o mal; las ideas de [92] bien y mal surgen en todo niño desde adentro. La dependencia se refiere al marco que usted provee para hacer posible el pleno desarrollo del bebé en su camino hacia la madurez.

Si damos por sentado todo lo referente al marco que usted proporciona (cuidado corporal, conducta confiable, adaptación activa a las necesidades del bebé, diversión, etcétera) podemos seguir adelante y afirmar que existen en todo niño tendencias innatas a la moralidad y a los distintos tipos de buena conducta que usted misma valora. Si es posible hallar tales tendencias en el niño, ¿no vale acaso la pena aguardar a que aparezcan? Con el tiempo, su hijo estará en condiciones de adoptar sus normas (de hecho, sus normas pueden resultarle demasiado pobres, como cuando usted le enseña a decir "gracias" aunque él no se sienta agradecido). Pero se trata de un asunto complejo, de un complicado proceso de desarrollo que va desde la impulsividad y la pretensión de controlar a todos y a todo, hasta la capacidad de aceptación. Es más complejo de lo que puedo expresar. Semejante desarrollo exige tiempo; sólo si usted siente que vale la pena, concederá a lo que debe ocurrir el espacio y el tiempo necesarios.

Todas estas consideraciones se refieren a los bebés, pero resulta muy difícil describir en los términos de un bebé lo que ocurre en los primeros meses. Para facilitar las cosas, consideremos ahora a un niño de 5 o 6 años que dibuja. Supongamos que tiene conciencia de lo que ocurre, aunque ello no es en realidad así. Está haciendo un dibujo. ¿Cómo lo hace? El niño conoce el impulso a garabatear y borrar; eso no es un dibujo. Tales placeres primitivos deben mantenerse frescos, pero, al mismo tiempo, desea expresar ideas, y de tal modo que resulte posible comprenderlas. Si logra completar un cuadro, ha encontrado una serie de controles que lo satisfacen. En primer lugar, hay un trozo [93] de papel de tamaño y formas particulares que él acepta. Además, confía en utilizar una cierta cantidad de habilidad que constituye el resultado de la práctica. Por otra parte, sabe que la figura terminada debe tener equilibrio —los tradicionales arbolitos a ambos lados de la casa—, lo cual expresa la equidad que necesita y que probablemente encuentra en sus padres. Los puntos de interés deben estar en el equilibrio, y lo mismo ocurre con las luces y las sombras y la distribución de los colores. El interés del dibujo debe extenderse sobre todo el papel, no obstante lo cual es necesario contar con un tema central que dé sentido al todo. Dentro de este sistema de controles aceptados y, sin duda, auto impuestos, trata de expresar una idea, y de conservar parte de la frescura inherente a la sensación producida por el surgimiento de la idea. Al describirla tengo la sensación de que es una tarea sobrehumana, pero su hijo lo hará con toda naturalidad si usted le da una mínima oportunidad.

Desde luego, el niño no sabe todas estas cosas en una forma tal que le permita hablar sobre ellas. Y mucho menos sabe sobre lo que ocurre en su interior en ese momento.

El bebé se parece mucho a este niño crecido, sólo que, al principio, todo es mucho más oscuro. Nunca llega a pintar realmente esas figuras y, de hecho, ni siquiera son figuras, sino pequeñas contribuciones a la sociedad, que sólo la sensibilidad de la madre puede apreciar. Todo esto puede estar contenido en una sonrisa, en un gesto torpe de los brazos o en un sonido producido con los labios que indica la proximidad de la comida. Quizás un lloriqueo permita a la madre sensible saber que, si se apresura, podrá evitar que el niño se ensucie. Tenemos aquí el comienzo mismo de la cooperación y el sentido social, y vale todo el trabajo que implica. Cuántos niños que se mojan en la cama [94]

durante años, pudiendo levantarse y evitar así una serie de trastornos, regresan durante la noche a su primera infancia y tratan de repetir una vez más sus experiencias, para encontrar y corregir algo que faltaba. Lo que faltó en este caso fueron la atención y la sensibilidad de la madre frente a las señales de excitación o aflicción que le hubieran permitido aprovechar algo que podía ser bueno y personal, pero que se desperdició porque nadie estuvo allí para participar en lo que ocurría.

El problema es el siguiente: con el fin de que el bebé esté siempre limpio y seco, ¿debe usted *adiestrar* a su bebé en la limpieza, o bien aceptarla suciedad, no preocuparse por ella y contentarse a veces con apresar esos momentos en los cuales el bebé comienza a comunicarse con usted y a hacerle saber la forma de adaptarse con éxito a sus necesidades cambiantes? Usted debe decidir de acuerdo con su propio criterio y con el tipo de bebé que tiene. Pero el primer método no es tan rico ni tan gratificador como el segundo.

Según el primer método, usted siente que su finalidad es la de inculcar bondad y un sentido del bien y del mal; pero ello priva al bebé de echar firmes raíces para la buena conducta. Por una parte están la espontaneidad del bebé y su capacidad para hacer una contribución a la sociedad y, por otra, completamente separadas, están las exigencias del mundo. Es como invitar al bebé a dividirse en dos mitades. El segundo método permite la acción de las tendencias innatas a la moralidad. Gracias a la sensibilidad de la madre, que es un resultado de su amor, las raíces del sentido moral personal del niño se preservan. El bebé odia desperdiciar una experiencia y prefiere esperar y soportar la frustración de los placeres primitivos, si la espera agrega el calor de una relación personal. Pero todo esto no se torna claro hasta que usted no ha actuado con [95] la sensibilidad de que es capaz durante un período de meses o de años.

La madre que no tiene dificultad de experimentar todo esto y posee el coraje de actuar de acuerdo con sus sentimientos, se encontrará con menos problemas en el futuro. "Malcría" a su hijo al comienzo, sólo que no hablamos de "malcriar" en esa época, porque al principio eso resulta natural y valioso.

Y luego, ¿qué ocurre? Diría que el niño construye dentro de sí mismo la idea de una madre, una madre exactamente como usted. Esta madre interna es, pues, un ser humano que (tal como el niño) siente que logra cualquier experiencia dentro de la órbita de una relación humana que constituye un acontecimiento feliz. El niño que cuenta con una madre buena interna ya no depende por completo de usted y de su manera de encarar las cosas.

Gracias a construcciones internas de este tipo, la madre se va liberando poco a poco de la necesidad de ser tan terriblemente sensible. Podría decirse que el niño llega a tener capacidad para soñar con una madre y con su amoroso cuidado. Algo nuevo surge ahora, pues en lugar de regalarle algo a la madre de forma cruda con una sonrisa o una deposición, el niño prefiere contarle sus sueños. Es necesario que la madre se muestre imaginativa para que el bebé alcance esta etapa, pues los gestos y los juegos pueden significar muchísimo, y quién sino la madre está en condiciones de saber si el sueño es feliz, terrorífico o triste, mucho antes de que el niño pueda expresar con palabras lo que ha soñado.

Para ilustrarlo, volveré a recurrir a nuestro pequeño dibujante. Vemos que ahora está en una etapa más avanzada. Hace mucho que no garabatea y ha sobrepasado también la etapa que describimos; ahora tiene el dibujo (o el sueño) dentro de sí mismo con anterioridad a cualquier [96] intento real de traspasarlo al papel. Ahora elige el papel de acuerdo con la figura que tiene en su mente.

Muy pronto, por lo tanto, si la madre ha podido mostrarse al comienzo tan sensible como el niño, descubre que las gratificaciones primitivas que su hijo necesita se experimentan ahora en el mundo interior de su bebé, de desarrollo muy rápido, y que, por consiguiente, la dependencia con respecto a su propia adaptación a las necesidades del niño es cada vez menor. El bebé necesita cada vez menos, entonces, de una avidez real, un ensuciarse real, y un control real sobre las cosas.

Y así la civilización ha comenzado una vez más en el interior de un nuevo ser humano. En la práctica, cuando todo anda bien, usted no tendrá necesidad de adiestrar ni de descuidar a su hijo. Lo que hará es proveer un marco confiable en el que el niño pueda descubrir, tarde o temprano, su propio interés en cooperar con usted, en comprender su punto de vista, en participar en las cosas que a usted le gustan, y en sentirse feliz al adoptar sus propias ideas sobre el bien y el mal. Una criatura como ésta pronto será la madre buena de una muñeca. No se sorprenda si descubre que la muñeca ha sido severamente castigada por ensuciarse; los niños pequeños son ferozmente morales. A usted le corresponde descubrir esa moralidad primitiva y aplicarla poco a poco, hasta que alcance la humanidad que sólo da la comprensión madura. [97]

12

El destete

Usted ya me conoce bastante bien como para saber que no voy a decirle cómo y cuándo debe destetar a su bebé; hay más de un buen médico y usted puede obtener consejo al respecto de su asistente social o su dispensario. Lo que quiero hacer es hablar acerca del destete en general, para ayudarla a comprender lo que está haciendo, cualquiera que sea el método particular que elija.

El hecho es que la mayoría de las madres no tienen dificultades. ¿A qué se debe?

El principal motivo es que la lactancia misma ha sido satisfactoria. El bebé realmente ha tenido algo de que destetarlo; no se puede privar a la gente de algo que nunca tuvo. Quizás algunas de ustedes recuerden cosas que teníamos antes de la guerra, o cuando éramos chicos, cuya existencia dábamos por sentada. En líneas generales, quienes disfrutaron de ellas no son los que pudieron renunciar a ellas con mayor facilidad. La escasez resultó muy difícil para quienes nunca habían tenido bastante. La generación siguiente, que jamás conoció esas cosas, no sufrió por carecer de ellas.

Puedo recordar con toda claridad una ocasión, en mi infancia, en que se me permitió comer todas las frambuesas con crema que quise. Fue una experiencia maravillosa. Y ahora los recuerdos de esa única experiencia me producen [99] más placer que el hecho de comer frambuesas. ¿Quizás usted pueda recordar también algo por el estilo?

De manera que la base del destete es una buena experiencia en lo que se refiere a la alimentación. Durante los nueve meses en que, por lo común, un bebé toma el pecho, ha tenido unas mil experiencias de este tipo y ello le proporciona abundancia de gratos recuerdos o de material para sueños placenteros. Pero no se trata tan sólo de esas mil experiencias, sino también de la forma en el que el bebé y la madre llegan a entenderse. La adaptación sensible de la madre (como señalé tantas veces) a las necesidades del bebé hicieron surgir la idea del mundo como un lugar agradable. El mundo acudió al encuentro del niño y éste pudo entonces salir al encuentro del mundo. La cooperación inicial de la madre con el bebé llevó naturalmente a la cooperación de éste con aquélla.

Si usted cree, como yo, que el bebé tiene ideas desde que nace, los momentos en que tomaba el pecho fueron a menudo terribles, pues implicaban quebrar la paz del sueño o de la contemplación en la vigilia. Las demandas instintivas pueden ser feroces y atemorizantes y presentarse al bebé como amenazas para la existencia. Sentir hambre es como estar poseído por lobos.

Ya antes de los nueve meses, el bebé se ha acostumbrado a todo esto y se ha tornado capaz de soportar el embate de esos impulsos instintivos. Incluso puede aceptar esos impulsos como una parte de lo que significa estar vivo.

A medida que el bebé se va convirtiendo en una persona, vemos que, en los momentos de tranquilidad, también comienza a percibir a la madre como una persona, como algo atractivo y valorado tal como se presenta. Qué horrible resulta entonces tener hambre y sentir que ataca implacablemente a esa misma madre. No es raro que los niños pierdan muchas veces el apetito. Ni es de extrañar [100] que algunos bebés no puedan unir el pecho con la madre y necesiten separar la madre amada, como algo global y hermoso, de las cosas (el pecho) que constituyen el objeto de sus ataques excitados.

Los adultos encuentran difícil dejarse llevar por su mutua excitación, lo que es causa de mucha infelicidad y de matrimonios fracasados. En este aspecto y en muchos otros, la base para la consiguiente salud es la experiencia global de haber sido guiado durante la infancia por una buena madre normal que no tiene miedo de las ideas de su hijo y que disfruta cuando su bebé se abandona totalmente a sus impulsos.

¿Comprende ahora por qué la alimentación natural constituye una experiencia más rica tanto para la madre como para el bebé? El biberón puede resultar igualmente eficaz, y a menudo conviene reemplazarlo por el pecho, lo cual facilita las cosas al bebé precisamente porque es menos excitante. Pero la experiencia de tomar pecho realizada y terminada con éxito constituye una excelente base para la vida. Proporciona el material para sueños más ricos y capacita a la gente para correr riesgos.

Pero todo lo bueno tiene un fin, y el hecho mismo de que lo tenga es parte misma de su bondad.

¿Recuerda al bebé que se apoderaba de la cuchara? La tomaba, se la llevaba a la boca, disfrutaba jugando con ella y luego la dejaba caer. De modo que la idea de un fin puede surgir del mismo bebé.

Es evidente que entre los siete y los nueve meses, un bebé está ya en condiciones de divertirse arrojando objetos lejos de sí. Se trata de un juego muy importante, si bien puede resultar algo exasperante porque continuamente hay que devolverle los objetos que arroja. Incluso en la calle, cuando sale de la tienda, usted descubre que el bebé ha arrojado de su cochecito un oso, dos guantes, una [101] almohada, tres papas y un pan de jabón. Es probable que alguien se dedique en ese momento a levantar todos esos objetos, pues el bebé espera que así lo hagan.

Bueno, a los nueve meses, la mayoría de los bebés saben muy bien cómo liberarse de las cosas. Incluso puede ocurrir que ellos mismos se desteten.

La verdadera finalidad del destete es la de utilizar la nueva capacidad del bebé para librarse de las cosas y no permitir que la pérdida del pecho se convierta en un simple asunto casual.

Pero tenemos que considerar primero los motivos por los cuales es necesario destetar al bebé. ¿Por qué no seguir siempre así? Bueno, creo que sería sentimental no

destetarlo nunca; en cierto sentido, estaría fuera de la realidad. El deseo de destetar al niño debe surgir en la madre. Debe tener la valentía necesaria para soportar la rabia del bebé y las ideas espantosas que acompañan a ésta, y para llevar a cabo la última etapa de una buena alimentación. Sin duda, el bebé que ha sido alimentado con éxito recibe complacido el destete cuando llega el momento, en especial porque éste implica una gran ampliación del campo de experiencia.

Como es natural, usted se preocupará por introducir nuevos elementos en el momento del destete. Le proporcionará objetos duros para que el bebé mastique y reemplazará una de las mamadas por caldo u otra cosa similar. Ya habrá hecho frente a rechazos de toda cosa nueva y habrá descubierto que, si espera e insiste luego con el mismo objeto que fuera rechazado, se verá recompensada por su aceptación. Por lo común, no es necesario pasar sin transiciones de una alimentación basada exclusivamente en el pecho a su total eliminación. Cuando este cambio súbito se torna inevitable (debido a una enfermedad, por ejemplo), cabe esperar ciertas dificultades.

[102]

Si usted sabe que las reacciones ante el destete son muy complejas, evitará dejar a su bebé al cuidado de otra persona precisamente en esos momentos. Sería una lástima destetar al bebé al mismo tiempo que se muda a una casa nueva, o cuando ha decidido visitar a un pariente. El destete es una de esas experiencias que permiten crecer al bebé, siempre y cuando usted le proporcione un marco estable para esa experiencia. Si no ocurriera así, el destete puede convertirse en una fuente de dificultades.

Además, sucede a menudo que el bebé soporta la nueva situación durante el día, pero para la última comida no quiere otra cosa que el pecho. Lo que ocurre es que el crecimiento del bebé no observa un progreso constante, por lo tanto se sentirá muy feliz si su hijo se comporta de acuerdo con su edad parte del tiempo; quizás en determinados momentos su conducta sea superior a sus años. Pero cada tanto volverá a ser un bebé, y usted debe estar preparada para esos cambios.

Su hijo se "disfraza" y lucha valientemente contra los enemigos; da órdenes a todos, pero de pronto si se golpea la cabeza contra la mesa vuelve a ser un bebé, que solloza aferrado a su cuello. Debe esperar esto, y también que su bebé de 12 meses se comporte a veces como si tuviera la mitad de su edad. Saber exactamente qué edad tiene su hijo en cada momento constituye una parte importante de su tarea.

De modo que podrá seguir dándole el pecho por la noche, aunque no lo haya tomado durante el día, pero tarde o temprano tendrá que destetarlo completamente, y si usted tiene ideas claras al respecto, todo será más fácil para el niño que si usted no pudiera decidirse.

Quisiera considerar ahora las reacciones frente a ese destete que usted lleva a cabo con tanta valentía. Podría ocurrir, como dije, que el bebé dejara de tomar el pecho por [103] sí solo, y entonces usted no advertirá dificultad alguna, aunque en este caso se produzca una disminución del apetito.

Con gran frecuencia, el destete se produce de manera gradual y en un marco estable; entonces no se plantean problemas especiales. Es evidente que la nueva experiencia deleita al niño. Pero no quiero que piense que las reacciones ante el destete, incluso las más serias, son muy insólitas. Un bebé que ha tenido una alimentación satisfactoria puede reaccionar con una pérdida del apetito o con un rechazo penoso del alimento, acompañado por irritabilidad y llanto que expresan su oculto anhelo. Sería nocivo obligarlo a comer en esta etapa. Por el momento, todo anda mal desde el punto de

vista del bebé, y usted no puede hacer nada para ayudarlo. Sólo cabe esperar y estar preparada para un gradual retorno a la comida.

Podría suceder también que el bebé comenzara a despertarse de noche llorando y gritando. Usted se limita a ayudarlo a despertar; observará un estado de tristeza, una nueva nota en el llanto, que tiende a convertirse en una nota musical. Esta tristeza no es necesariamente nociva. No crea que los bebés tristes necesitan que se los sacuda y agite hasta que sonrían, ya que la tristeza llega a su fin, si nadie interfiere, y también los motivos que la originaron.

El bebé está triste a veces, como en el momento del destete, porque las circunstancias han hecho que la rabia surgiera y arruinara algo que era bueno. En sus sueños, el pecho ya no es bueno, ha sido objeto de odio, y por lo tanto ahora siente que es malo e incluso peligroso y éste es el motivo de que en los cuentos de hadas haya lugar para una mujer perversa que regala manzanas envenenadas. Para el niño recién destetado, el pecho que se ha convertido en malo es el de la madre buena, y hay que darle tiempo para [104] que se recupere y se readapte. Pero una buena madre normal no elude ni siquiera esto. A menudo, en el curso de las veinticuatro horas del día, tiene que ser la madre mala durante algunos minutos, y se acostumbra a ello; pocos instantes después, vuelve a ser la madre buena. Con el tiempo, el niño crece y llega a conocerla tal como es en la realidad: ni un ser ideal ni una bruja.

Además de todo esto, el destete constituye un problema más amplio: no significa solamente lograr que un bebé acepte otros alimentos, o emplee una taza o las manos para comer. Incluye también el proceso gradual de la desilusión, que forma parte de la tarea de los padres.

Los padres normales no desean que sus hijos los idolatren. Soportan los extremos de la idealización y el odio en la esperanza de que aquéllos lleguen un día a verlos tal como son: seres humanos como todos los demás. [105]

Saber y aprender

Una madre inexperta tiene mucho que aprender. Los expertos le informan sobre muchas cosas útiles: la introducción de alimentos sólidos en la dieta, las vitaminas, y sobre el uso de la tabla de peso y, a veces, de algo completamente distinto, como, por ejemplo, de su reacción cuando su hijo rechaza la comida.

Me parece muy importante que usted distinga con toda claridad ambos tipos de conocimiento. Lo que hace y *sabe*, por el simple hecho de ser madre, está tan lejos de lo que ha aprendido como la costa oriental de la occidental de Inglaterra. No hay peligro de exagerar en este sentido. Así como el profesor que descubrió las vitaminas que previenen el raquitismo tiene algo que enseñarle, del mismo modo usted puede transmitirle parte de ese otro conocimiento, el que usted posee naturalmente.

La madre que da el pecho a su hijo no tiene necesidad de preocuparse por grasas y proteínas mientras se encuentra dedicada por completo al manejo de las primeras etapas. En la época del destete, cuando el bebé tiene ya unos nueve meses, y menos exigencias con respecto a ella, la madre está más libre para estudiar los datos y los consejos que le ofrecen médicos y enfermeras. Desde luego, es mucho lo que no puede conocer por medio de la intuición, y tiene un verdadero interés por enterarse de todo acerca de los [107] alimentos sólidos y la forma de emplear los elementos disponibles de tal modo que el bebé crezca y se conserve sano. Pero debe aguardar el momento en que su estado de ánimo le permita recibir tales instrucciones.

Resulta fácil ver que el simple consejo del médico acerca de las vitaminas encierra años de brillante investigación, admirar el trabajo del científico y la autodisciplina que semejante trabajo implica, y sentirnos agradecidos cuando los resultados de la investigación permiten evitar muchos sufrimientos, quizá mediante un simple consejo como el de agregar a la dieta unas pocas gotas de aceite de hígado de bacalao.

Al mismo tiempo, el científico tiene motivos para contemplar con admiración y respeto esa comprensión intuitiva de la madre que le permite cuidar de su hijo sin ningún tipo de aprendizaje. De hecho, diría que la riqueza esencial de esta comprensión intuitiva consiste en que es natural y no ha sido estropeada por el aprendizaje.

Lo más difícil en la preparación de una serie de charlas y libros sobre el cuidado de los niños es descubrir la manera de evitar cualquier perturbación de lo que la madre sabe naturalmente, mientras se le proporciona información exacta en cuanto a los hechos útiles que surgen de la investigación científica.

Quiero que usted pueda tener confianza en su capacidad como madre y que no sienta que, como nada sabe acerca de las vitaminas, tampoco sabe, por ejemplo, sobre la manera de tener a su bebé en brazos.

Cómo sostener al bebé: he aquí un buen ejemplo para lo que quiero decir.

La frase "sosteniendo al bebé" posee un significado definido en el idioma inglés: cuando alguien coopera con nosotros en algo y de golpe nos deja solos, decimos que nos dejaron "sosteniendo al bebé". Ello revela que todos saben [108] que la madre posee por

naturaleza un sentimiento de responsabilidad y que si tiene un bebé en los brazos participa en la situación de algún modo especial. Por supuesto, algunas mujeres se quedan sosteniendo al bebé en el sentido literal, cuando el padre es incapaz de disfrutar con el papel que le toca desempeñar y de compartir con la madre la enorme responsabilidad que un bebé siempre significa.

También puede ocurrir que, por un motivo u otro, no haya en el hogar una figura paterna. Sin embargo, por lo común la madre se siente apoyada por su esposo y, por lo tanto, libre para ser verdaderamente madre; cuando sostiene al bebé lo hace con naturalidad y sin pensar en ello. Una madre así se sorprendería si yo dijera que tener un bebé en brazos es una tarea especializada.

Cuando la gente ve a un bebé, le encanta precisamente esta experiencia, la de tenerlo en brazos. No permita que la gente tenga a su bebé en brazos si siente que no significa nada para ellos. Los bebés son muy sensibles a la forma en que se los sostiene, y por eso lloran con una persona y se quedan tranquilos con otra, ya desde muy pequeños. A veces una niña pide que se le permita tener en brazos a su nuevo hermanito, y ello constituye un gran acontecimiento. Una madre prudente nunca dejará a la niña toda la responsabilidad o permanecerá todo el tiempo a su lado, lista para volver a tomar al bebé en sus brazos seguros, y jamás dará por sentado que la hermanita mayor se siente segura con el bebé en brazos, lo que significaría negar todo el significado de esa situación. Conozco a personas que recuerdan durante toda su vida la espantosa sensación de tener en los brazos a un hermanito menor y de sentirse inseguras. Estas personas muchas veces tienen pesadillas en las que el bebé se les cae de los brazos. El temor que [109] aparece en la pesadilla de causar un daño real hace que la hermana mayor apriete demasiado al bebé.

Todo esto nos lleva a lo que usted hace con total naturalidad a causa de su amor por el bebé. Usted no se siente ansiosa y, por lo tanto, no lo aprieta demasiado; usted no tiene miedo de que el bebé se le caiga. Simplemente adapta la presión de sus brazos a las necesidades del bebé, y se balancea apenas, y pronuncia quizás algunas palabras. El bebé percibe su aliento, el calor de su aliento y de su piel, y se siente bien en sus brazos.

Por supuesto, hay muchos tipos de madres y algunas de ellas no se sienten tan satisfechas con respecto a la forma en que sostienen al bebé. Algunas experimentan ciertas dudas; el bebé parece más feliz en la cuna. Quizás en esa madre queden restos del temor que experimentó siendo niña, cuando su madre le permitió sostener a un bebé recién nacido. O también, puede haber tenido una madre que no era demasiado eficaz al respecto, y ahora teme transmitir a su bebé esa inseguridad perteneciente al pasado. Una madre ansiosa recurre a la cuna todo lo posible, o incluso deja al bebé a cargo de una niñera, cuidadosamente elegida por su habilidad para manejar criaturas. Existen muchas clases de madres en el mundo, unas buenas para determinadas cosas, y otras, para otras cosas. ¿O diré más bien que algunas se muestran ineficaces en cierto sentido y algunas en otro? Algunas madres tienen brazos muy ansiosos.

Vale la pena examinar aún más de cerca esta cuestión, porque si usted es capaz de manejar bien a su bebé, creo que esa capacidad tiene enorme importancia. Todo ello forma parte de la buena base para la futura salud mental que usted proporciona a este nuevo miembro de la comunidad.

Recurramos a la imaginación. [110]

Tenemos aquí al niño recién nacido (por lo que ocurre en el comienzo sabemos lo que ocurrirá, una y otra vez, más adelante). Permítaseme describir tres etapas en la

relación del niño con el mundo (representado por sus brazos y su cuerpo), dejando de lado el hambre y la rabia y todas las grandes conmociones. Primera etapa: el bebé es una criatura viva y autocontenida y, no obstante, rodeada por espacio; no conoce nada excepto a sí mismo. Segunda etapa: el bebé mueve un brazo, una rodilla, o se endereza un poquito. El niño ha atravesado el espacio; ha sorprendido al medio. Tercera etapa: usted, que sostiene al bebé, tiene un sobresalto, porque sonó el timbre o se derramó la leche, y otra vez el espacio ha sido atravesado. Esta vez el medio sorprende al niño.

Primero, el bebé autocontenido está en el espacio que se mantiene entre el niño y el mundo, después el bebé sorprende al mundo y, en tercer lugar, el mundo sorprende al niño. Esto es tan simple que creo que usted lo verá como una secuencia natural y, por lo tanto, como una buena base para el estudio de la forma en que usted sostiene a su bebé. Todo esto es muy evidente, pero la dificultad consiste en que, si no conoce estas cosas, es muy probable que desperdicie su inmensa habilidad, pues no encontrará la manera de explicar a los vecinos, y a su esposo, cuan necesario es que usted, a su vez, cuente con un espacio para usted misma en el cual pueda empezar a proporcionar a su hijo una base sólida para la vida.

En otros términos: el bebé en el espacio llega a estar preparado, con el tiempo, para el movimiento que sorprende al mundo, y el niño que ha encontrado el mundo en esta forma se torna capaz, con el tiempo, de recibir con agrado las sorpresas que el mundo le tiene reservadas.

El bebé no sabe que es usted quien mantiene el espacio que lo rodea. ¡Cuánto cuidado pone usted para que el [111] mundo no haga irrupción antes que el bebé lo haya encontrado! Con una calma viva y palpitante usted sigue la vida en el niño con su propia vida y aguarda sus gestos, gestos que conducen al descubrimiento de la madre.

Si usted tiene mucho sueño y, en particular, se siente deprimida, coloca al niño en la cuna, porque sabe que no está en condiciones de mantener en él la idea de un espacio que lo rodea.

Si bien me he referido en especial a los niños muy pequeños, y a su actitud frente a ellos, eso no significa que no incluya también a los niños más crecidos que, por supuesto, han enfrentado ya situaciones mucho más complejas y no necesitan ese cuidado tan especial que usted pone en práctica espontáneamente cuando sostiene en sus brazos a un recién nacido. Pero cuántas veces ocurre que ese niño más crecido necesita, durante unos pocos minutos o un par de horas, volver atrás y recorrer una vez más el camino de las primeras etapas. Quizá su hijo haya tenido un accidente y acuda a usted llorando; pueden transcurrir cinco o diez minutos antes de que vuelva a jugar. Durante esos minutos, lo tendrá en sus brazos y seguirá la misma secuencia a la que acabo de referirme. En primer lugar, el abrazo sereno pero cálido, luego la disposición del niño a moverse y encontrarla a medida que las lágrimas desaparecen, y, por fin, usted podrá separarse de él con toda naturalidad. O bien el niño está enfermo, o triste, o cansado; en cualquier caso, es un bebé otra vez, y usted sabe que se necesita tiempo para que se produzca un retorno natural de la seguridad esencial a las condiciones corrientes.

Desde luego, podría haber elegido muchos otros ejemplos para ilustrar el tipo de conocimiento que usted posee, por el simple hecho de ser un especialista en lo que al cuidado de sus propios hijos se refiere. Quiero alentarla a [112] conservar y defender ese conocimiento especializado; es imposible enseñarlo. Sólo así podrá aprender otra clase de cosas de los especialistas porque estará segura de conservar lo que es natural en usted, y no habrá peligro en aprender lo que médicos y enfermeras pueden enseñarle. Se podría pensar que he tratado de enseñarle la mejor manera de tener a su bebé en brazos; nada

más lejos de la verdad. Lo que me propongo es describir diversos aspectos de lo que usted realiza por naturaleza, para que pueda comprender lo que hace y tomar conciencia de su capacidad natural. Esto es muy importante, porque no faltarán quienes en forma inflexiva traten de enseñarle aquello que usted puede *hacer* mucho mejor de lo que es posible *enseñarle* a hacer. Si está segura de todo esto, puede comenzar a aumentar su eficacia como madre aprendiendo aquellas cosas que pueden enseñarse, pues lo mejor de nuestra civilización y nuestra cultura ofrece mucho de valor, si usted puede tomarlo sin perder lo que su propia intuición le dicta. [113]

14

Los instintos y las dificultades normales

Los libros y las charlas no pueden asesorar a las madres de forma suficiente sobre las enfermedades, como para prescindir del médico cuando un hijo está enfermo. Pero los malestares corrientes de los niños habitualmente sanos constituyen un problema muy distinto, y es útil recordar a las madres que por más sano que sea un niño no puede crecer sin ocasionar eventuales preocupaciones y angustias, presentando todo tipo de síntomas.

¿Cuál es la causa de estas dificultades en las diversas etapas de la infancia? Si damos por sentado que su manejo ha sido eficaz y consecuente, es decir, que usted ha establecido una sólida base para la salud futura de este nuevo miembro de la sociedad, ¿a qué se debe que el niño siga presentando problemas? Creo que la respuesta tiene que ver principalmente con la cuestión de los instintos, y a ella quisiera referirme ahora.

Puede ser que por el momento su hijo duerma tranquilamente en otra habitación, o acune una muñeca o juegue, en uno de esos períodos de tranquilidad que a usted tanto le agradan. Pero sabe muy bien que incluso en la salud se producen estados de agitación. Desde cierto punto de vista, el niño tiene hambre, el cuerpo tiene necesidades, o instintos, o bien, visto desde otro ángulo, el niño comienza a tener ideas excitantes. Estas experiencias excitantes [115] desempeñan un papel fundamental en el desarrollo infantil y promueven, a la vez que complican, su crecimiento.

Durante la excitación, el niño experimenta necesidades impulsivas, que usted está en condiciones de satisfacer, pero pueden llegar a ser muy intensas en determinados momentos, por lo que a veces resulta imposible satisfacerlas plenamente.

Ahora bien, algunas de estas necesidades son universalmente aceptadas y fáciles de reconocer, mientras otras son difíciles de describir sin provocar sorpresa e incluso alarma; es fácil hablar del hambre en general, pues se trata de una necesidad muy respetable; pero no lo es hablar sobre los otros tipos de excitación.

El hecho es que cualquier parte del cuerpo puede ser excitada en algún momento, por ejemplo la piel. Es común ver a niños rascándose la cara u otras regiones cutáneas, y observar que la misma piel se excita apareciendo entonces una especie de sarpullido. Hay ciertas zonas de la piel que son más sensibles que otras, especialmente en determinados períodos. Basta observar el cuerpo de un niño para descubrir las diversas formas en que la excitación se localiza, sin dejar de lado las zonas sexuales. Puedo asegurarle que todas estas molestias asumen enorme importancia para el niño y constituyen los aspectos más sobresalientes de ese período de la vida. Las ideas excitantes van apareadas con las excitaciones corporales, y usted no se sentirá sorprendida si afirmo que tales ideas no sólo tienen que ver con el placer, sino también con el amor, si el desarrollo de su hijo es satisfactorio. Poco a poco, el bebé se va convirtiendo en una persona capaz de amar a otras y de sentirse amado como una persona. Existe un vínculo muy poderoso entre el bebé y sus padres y los que lo rodean,

y las excitaciones están relacionadas con ese [116] amor. Bajo la forma de alguna excitación corporal, el amor se hace sentir periódicamente con gran intensidad.

Las ideas que acompañan los impulsos amorosos primitivos son en esencia destructivas y mantienen estrecha relación con las asociadas a la rabia. Pero si la actividad conduce a gratificaciones instintivas, el resultado es satisfactorio para el bebé.

No es difícil observar que durante tales períodos es inevitable que haya un elevado grado de frustración, y, en el niño sano, esto conduce al enojo e incluso a la rabia. No piense que su bebé está enfermo si, de tanto en tanto, presenta un cuadro perfecto de la rabia, que usted ya sabe distinguir de la tristeza, el temor y el dolor. En esos momentos, el corazón late más rápidamente que en cualquier otro de su vida futura: hasta doscientas veinte pulsaciones por minuto. La rabia significa que el niño ha llegado ya a creer en algo y en alguien con quien encolerizarse.

Ahora bien; siempre se corre un riesgo cuando las emociones se sienten en toda su plenitud, y estas experiencias de excitación y rabia resultan a menudo muy penosas. A ello se debe que un niño perfectamente normal trate de encontrar maneras de evitar los sentimientos más intensos. Una de esas maneras que permiten evitar los sentimientos produce, asimismo, un amortiguamiento del instinto; por ejemplo, el niño no puede permitir que la plena excitación provocada por la comida tenga lugar; o bien el niño acepta ciertos tipos de alimento pero no otros, o los recibe de cualquiera y no de la madre. Es posible encontrar toda clase de variaciones, si se conocen bastantes casos. No se trata precisamente de una enfermedad, sino del simple hecho de que los niños comienzan a descubrir toda clase de técnicas para manejar sentimientos que les resultan intolerables. Deben evitar en cierta medida los sentimientos [117] naturales porque son demasiado intensos, o bien porque la experiencia plena trae apareados conflictos dolorosos.

Las dificultades acerca de la alimentación son comunes en los niños normales, y a menudo ocurre que las madres tienen que soportar meses, e incluso años, de continua desilusión, porque sus hijos desconocen su capacidad como proveedoras de buenos alimentos; a veces una criatura sólo acepta la comida rutinaria y rechaza todo lo que haya sido preparado con especial cuidado o delicadeza. Es necesario que las madres acepten estos períodos bastante prolongados durante los cuales sus hijos rechazan toda clase de alimentos, pues si intentan contrariarlos en tales circunstancias sólo consiguen aumentar la resistencia del niño. En cambio, si esperan y no hacen una "cuestión" de todo el asunto, tarde o temprano volverá a comer. Es lógico que una madre inexperta se preocupe durante esos períodos y necesite las seguridades de un médico o una enfermera, en el sentido de que no descuida a su hijo ni le hace daño.

Como dije, es posible hablar del hambre, pero resulta más difícil considerar las otras excitaciones. Pero las madres quieren que se les hable de todo, pues no pueden permitirse estar ciegas con respecto a ciertos aspectos del cuidado de sus hijos. El hecho es que los niños tienen periódicamente diversas clases de orgías (y no sólo de índole alimentaria), las que son naturales y muy importantes para ellos. Las actividades excretorias les resultan particularmente excitantes, y las regiones sexuales del cuerpo más aún, en los momentos correspondientes al crecimiento.

De paso, usted habrá observado que los bebés no nacen pensando lo mismo que usted con respecto a lo que está bien o mal. Es probable que todo aquello de que el bebé se [118] libera con excitación y placer se experimente como algo bueno, incluso bueno para comer y decorar la cuna y las paredes de la habitación, lo que puede resultar molesto, pero es algo natural, y a usted no debe importarle demasiado. Sólo se

contentará con esperar a que sentimientos más civilizados aparezcan por su propia cuenta. Tarde o temprano surge el desagrado y, a veces en forma bastante súbita, como en el caso de un bebé que se dedica con entusiasmo a comer jabón y tomar el agua del inodoro, y de pronto se vuelve remilgado rechazando todo tipo de comida que ofrezca un remoto parecido con esas mismas excreciones que, pocos días antes, se llevaba muy contento a la boca.

A veces observamos un retorno a esa situación infantil en niños más grandes, índice de alguna dificultad que obstaculiza el camino del crecimiento; el niño necesita recorrer otra vez la misma senda, con el fin de restablecer los derechos de la infancia y las leyes del desarrollo natural.

Las madres observan todo esto y, en su calidad de madres, desempeñan sin duda un papel activo, pero prefieren mantenerse como observadoras de un proceso de desarrollo constante y natural antes que imponer sus propias ideas sobre el bien y el mal.

Una de las dificultades que provoca el intento de imponer un determinado sistema de bien y mal a un bebé, es que los instintos hacen su aparición y arruinan todo. Los momentos de experiencias muy intensas dan por tierra con los esfuerzos del bebé por ganarse el amor de la madre mediante la obediencia. El resultado es que la actividad de los instintos lo perturba en lugar de ayudarlo a crecer.

El niño normal no ha reprimido muy severamente los poderosos sentimientos instintivos y está expuesto, por lo tanto, a diversas perturbaciones que el observador ignorante [119] confunde con síntomas. He hablado ya de la rabia; las pataletas y los períodos de total rebeldía son comunes a los 2 y 3 años. Los niños pequeños tienen a menudo pesadillas, y es común que sus penetrantes alaridos a medianoche despierten a los vecinos.

¡Y cuántos son los niños que tartamudean un poco a los 2, a los 3 y a los 4 años, sin que por eso presenten luego dificultades en tal sentido! Sólo necesitan que usted les preste más atención cuando tienen algo importante que decir. Sienten que tendríamos que saber lo que quieren decir sin necesidad de tanta palabrería, y que tienen derechos sobre la gente, a la que sólo gradualmente perciben como seres que también tienen sus derechos.

A esta temprana edad, no es necesario que los niños se enfermen para que tengan miedo de los perros, los médicos y la oscuridad, o imaginen cosas en los sonidos y las sombras y las formas vagas al atardecer; y no es necesario que estén enfermos para que sufran cólicos o descomposturas, o adquieran un color verdoso cuando algo los excita; no hace falta que estén enfermos para rechazar de plano durante una o dos semanas a un padre adorado o negarse a saludar a una tía; y no es necesario que estén enfermos para que deseen arrojar a la nueva hermanita al tacho de la basura o se muestren crueles con el gato en un tremendo esfuerzo por no odiar al nuevo bebé.

Y usted sabe muy bien que los niños limpios se vuelven sucios y los que ya habían aprendido a pedir comienzan a mojarse en la cama, y sabe muy bien que, de hecho, cualquier cosa puede ocurrir entre los 2 y los 5 años. Atribúyalo a la actividad de los instintos, a las terribles sensaciones que la acompañan y (puesto que los acontecimientos corporales traen apareadas ideas) a los penosos conflictos que resultan de todo esto en la imaginación del niño. Quisiera agregar que, en esta edad crítica, los instintos [120] ya no son infantiles en calidad y que, al describirlos, falseamos las cosas si mantenemos ciertos términos infantiles como "glotonería" y "ensuciarse". Cuando un niño sano de 3 años dice "te quiero", el significado de tales palabras es idéntico al que existe entre hombres y mujeres que aman y que están enamorados. En realidad, puede muy bien ser sexual en el

sentido corriente e implicar las partes sexuales del cuerpo, e incluir ideas similares a las de los adolescentes o los adultos enamorados. Intervienen aquí fuerzas poderosas y, no obstante, todo lo que usted necesita hacer es mantenerse tranquila y esperar cualquier cosa. La acción del tiempo traerá alivio. Cuando el niño tenga 5 o 6 años todo se calmará, y se mantendrá así hasta la pubertad, de modo que usted contará con unos pocos años más fáciles durante los cuales podrá dejar parte de la responsabilidad y de la tarea en manos de las escuelas y de las maestras. [121]

LOS PROBLEMAS FAMILIARES

1

¿Y el padre?

En el ejercicio de mi profesión, muchas madres me han hecho esta pregunta. Supongo que para todos es evidente que, en épocas normales, de la actitud de la madre depende que el padre llegue o no a conocer a su bebé. Existe toda clase de motivos por los cuales a un padre le es difícil tomar parte en la crianza de su hijo. Para empezar, lo más probable es que no esté casi nunca en la casa cuando el bebé está despierto. Pero, con mucha frecuencia, incluso mientras el padre se encuentra en el hogar, a la madre le resulta algo difícil saber cuándo puede hacer participar a su esposo y cuándo sería conveniente que no estuviera presente. Sin duda, a menudo es mucho más simple hacer que el bebé ya esté durmiendo cuando el padre regresa, así como es una buena idea tener la ropa lavada y la comida lista. Pero muchas de ustedes sabrán por experiencia que la relación entre personas casadas se enriquece si ambos comparten día a día los pequeños detalles de la experiencia acerca del cuidado del niño, pequeños detalles que pueden resultar triviales para los extraños pero que, en ese momento, asumen enorme importancia tanto para los padres como para el bebé. Y a medida que éste crece, los detalles van adquiriendo cada vez mayor riqueza y ello puede hacer aún más profundo el vínculo que une a los padres.

Sé que muchos padres experimentan timidez frente al [125] hijo en un comienzo y, a no dudarlo, en algunos casos es imposible lograr que se interesen por él; pero, de cualquier modo, las madres pueden hacer que sus esposos las ayuden y participen en pequeñas cosas, como por ejemplo el baño del bebé llevado a cabo en presencia del padre. De todas maneras, mucho depende de lo que usted haga al respecto.

Es imposible afirmar que en todos los casos es conveniente que el padre intervenga desde el principio; cada persona es distinta en este sentido. Algunos hombres piensan que serían mejores madres que sus esposas, y pueden resultar bastante molestos. Esto es particularmente cierto cuando aparecen de pronto como "madres" pacientes durante una media hora, y luego desaparecen, ignorando el hecho de que las madres deben ser *buenas madres* durante veinticuatro horas, todos los días del año. Algunos padres podrían realmente ser mejores "madres" que sus esposas, pero el hecho es que no lo son, y por lo tanto es necesaria una solución que no sea la de permitir que la madre desaparezca de la escena. Pero, por lo general, las madres saben que son eficaces en su tarea y no les importa dejar actuar a sus esposos si así lo desean.

Si partimos desde el comienzo, veremos que el niño conoce en primer lugar a la madre. Tarde o temprano llega a reconocer ciertas cualidades de la madre, algunas de las cuales quedarán asociadas a ella para siempre: suavidad, dulzura. Pero la madre exhibe también toda clase de cualidades severas; por ejemplo: puede mostrarse dura, severa y estricta. Incluso su puntualidad respecto de las comidas adquiere enorme valor para el

niño, pero sólo cuando éste acepta el hecho de que no puede comer exactamente cuando lo desea. Diría que ciertas cualidades de la madre, que no constituyen parte esencial de ella, se agrupan gradualmente en la mente del niño y atraen [126] hacia sí los sentimientos que éste, con el tiempo, se inclina a experimentar hacia el padre. Es mucho mejor tener un padre fuerte a quien se pueda respetar y amar, que simples cualidades maternas, normas y reglamentos, permisos y prohibiciones, cosas muertas e indiferentes.

De modo que, cuando el padre aparece en la vida del niño como tal, se hace cargo de sentimientos que el hijo había experimentado ya hacia ciertas características de la madre, y para ésta constituye un gran alivio que el padre las asuma.

Trataré de explicar por separado de qué maneras el padre es valioso. En primer lugar, el padre es necesario en el hogar como ayuda moral y material de la madre. Un niño es sin duda muy sensible a la relación entre los padres y, si ésta es positiva, se mostrará más satisfecho y dócil, encontrando la vida más fácil. Supongo que esto es lo que un bebé o un niño entendería por "protección social".

La unión del padre y la madre proporciona un hecho, un hecho sólido sobre el cual el niño puede construir una fantasía, una roca a la que aferrarse y a la que puede atacar y, además, forma parte de los cimientos naturales para una solución natural frente al problema de la relación triangular.

En segundo lugar: como dije, el padre es necesario para proporcionar apoyo moral a la madre, para respaldar su autoridad, y constituirse en el ser humano que representa la ley y el orden que la madre implanta en la vida del niño. Para ello no es indispensable que esté presente en la casa todo el tiempo, aunque sí con la frecuencia necesaria como para que el niño sienta que se trata de un ser real y vivo. La madre tiene a su cargo gran parte de lo concerniente a la vida del niño, y a las criaturas les gusta sentir que la madre puede manejar el hogar aunque el padre no esté presente. Sin duda, toda mujer debe estar en condiciones [127] de hablar y actuar con autoridad; pero si tiene que serlo todo y proporcionar la totalidad del elemento severo o estricto en la vida de los niños, a la vez que el amor, soporta a no dudarlo una carga muy pesada. Por otra parte, a los niños les resulta mucho más fácil tener dos progenitores; así sienten que uno de ellos sigue siendo objeto de amor mientras odian al otro, y ello ejerce por sí mismo una influencia estabilizadora. Muchas veces vemos a un niño que pega o pateo a su madre, y sentimos que si el padre se pusiera de parte de la madre, el niño probablemente querría patearlo también, cosa que probablemente no toleraría. Es inevitable que el niño odie a alguien cada tanto, y si el padre no está allí para ponerle un límite, odiará a su madre creándole una gran confusión, porque su madre es el ser que más profundamente ama.

En tercer lugar, el niño necesita al padre por sus cualidades positivas y por lo que lo distingue de los otros hombres, y de la vitalidad de su personalidad. Los primeros períodos de vida, con impresiones tan vividas, son los más adecuados para que un bebé conozca a su papá, si ello es posible. Desde luego, no pretendo que los padres impongan su personalidad a sus hijos. Algunos niños buscarán al padre a los pocos meses, le extenderán los brazos cuando entre en la habitación, esperarán ansiosos el ruido de sus pasos; otros se apartarán de él, o sólo de forma muy gradual le permitirán convertirse en una persona importante en su vida. Algunos niños querrán saber cómo es en realidad, mientras que otros utilizarán al padre para soñar con él, casi sin conocerlo como una persona real. Con todo, si el padre está allí y desea llegar a conocer a su propio hijo, éste es afortunado; en las circunstancias más favorables, el padre enriquece enormemente el mundo del niño. Cuando tanto la madre como el padre aceptan con [128] facilidad la responsabilidad por la existencia del hijo, el terreno está preparado para un hogar feliz.

Resulta casi imposible describir las formas en que un padre enriquece la vida de sus hijos, pues las posibilidades son muy amplias. Los niños forman su ideal, por lo menos en parte, según lo que ven, o creen ver, cuando miran al padre. Se asoman a un nuevo mundo a medida que el padre les va revelando la naturaleza del trabajo al que se dirige a la mañana y del que regresa por la noche.

Entre los juegos infantiles figura el de "la mamá y el papá" y, como todos sabemos, el papá se va al trabajo por la mañana, mientras la mamá se ocupa de la casa y de los niños. Estos no tienen dificultades para conocer todo acerca de las tareas domésticas, porque se realizan ante sus ojos, pero la tarea que realiza el padre, para no hablar de sus *hobbies* después de las horas de trabajo, amplía la visión infantil del mundo. ¡Cuán felices se sienten los hijos de un hábil artesano que, estando en la casa, no tiene inconveniente en permitir que los niños sean testigos de su habilidad manual y compartan con él la construcción de objetos hermosos y útiles! Y si el padre interviene alguna vez en sus juegos, inevitablemente aportará nuevos y valiosos elementos que enriquecen la actividad infantil. Además, el conocimiento que el padre tiene del mundo le permite comprender que cierto tipo de juguetes o aparatos pueden ayudar a los niños en sus juegos, sin obstaculizar el desarrollo natural de su imaginación. Por desgracia, algunos padres arruinan las cosas cuando, después de regalar a su hijo una locomotora de vapor, se dedican a jugar con ella o se encariñan tanto con el nuevo juguete que no permiten que el niño lo use por temor a que lo rompa. Eso significa llevar el jugar paterno demasiado lejos.

Una de las cosas que un padre hace por sus hijos es estar vivo y mantenerse vivo durante los primeros años de la [129] infancia. En general, tendemos a olvidar el valor de este simple acto. Si bien es natural que los niños idealicen a sus padres, también es muy valioso para ellos tener la experiencia de convivir con el progenitor y llegar a conocerlo como un ser humano, incluso hasta el punto de descubrir sus defectos. Conozco a un niño y una niña que pasaron, o así lo creían, muy buenos momentos durante la última guerra, mientras el padre estaba en el ejército. Vivían con la madre, en una casa rodeada por un hermoso jardín, y tenían incluso más de lo que necesitaban. A veces caían en un estado de actividad antisocial organizada y poco faltaba para que tiraran la casa abajo. Ahora, cuando recuerdan esos años, se dan cuenta de que tales estallidos periódicos constituían intentos, en ese entonces inconscientes, de lograr que el padre apareciera en persona. No obstante, la madre se ingenió para ayudarlos, recurriendo a las cartas que recibía de su esposo; pero es fácil imaginar cuánto ansiaba tenerlo de regreso en el hogar para poder descansar cada tanto, mientras él ordenaba a los niños que se fueran a la cama.

Tomemos un caso extremo: conocí a una niña cuyo padre murió antes de que ella naciera. La tragedia de este caso consistía en que sólo contaba con un padre idealizado para construir su imagen del hombre; no tuvo la experiencia de un padre con defectos. En su vida tendía a imaginar que los hombres eran ideales, lo cual, al principio, tenía el efecto de sacar a la luz lo mejor que había en ellos. Pero, tarde o temprano, cada uno de los hombres que conoció exhibía inevitablemente ciertas imperfecciones, y cada vez que ello ocurría la joven caía en un estado de desesperación y se quejaba sin cesar. Como es de imaginar, esto arruinó su vida. Habría sido más feliz si su padre hubiera vivido durante su infancia y ella hubiera podido sentirlo como un ser ideal, pero al mismo tiempo con defectos, y [130] hubiera podido sobrevivir a su odio contra él cada vez que la decepcionaba.

Es sabido que a veces existe un vínculo particularmente vital entre un padre y su hija. En realidad, toda niña sueña con ocupar el lugar de la madre o, por lo menos, sueña con aventuras románticas. Las madres deben mostrarse muy comprensivas ante esta clase de sentimientos. Para algunas es mucho más fácil tolerar la amistad entre el padre y el hijo que entre aquél y una hija, pero es una pena que el estrecho vínculo entre padre e hija se vea perjudicado por sentimientos de celos y rivalidad, en lugar de desarrollarse naturalmente, pues tarde o temprano la pequeña se dará cuenta por sí sola de que este tipo de relación romántica siempre trae apareada una frustración, y con el tiempo crecerá y buscará en otra parte la realización concreta de su fantasía. Si la relación entre el padre y la madre es feliz, estos profundos lazos entre un padre y sus hijos no aparecerán como rivales de lo más importante, el vínculo entre los progenitores. Los hermanos varones suelen resultar muy útiles en estos casos, pues representan un paso intermedio entre los padres y los tíos, por un lado, y los hombres en general, por otro.

También puede suceder que un niño y su padre se sientan rivales con respecto a la madre. Esta situación no crea ansiedad si el padre y la madre son felices juntos y se sienten seguros de su mutuo amor. Con todo, los sentimientos del niño son muy intensos y deben tomarse en serio.

Todos conocemos el caso de criaturas que nunca, en su infancia, tuvieron a su padre para ellos solos durante todo un día o siquiera medio día. Esto me parece terrible. Incluso diría que es responsabilidad de la madre asegurarse de que el padre y la hija o el padre y el hijo salgan a pasear juntos de vez en cuando. Todos los miembros de la [131] familia apreciarán plenamente este gesto, y algunas de estas experiencias se conservarán como un tesoro durante toda la vida. Para una madre no siempre es fácil mandar a su hija de paseo con el padre, cuando a ella misma le encantaría salir sola con él; desde luego, ella también debe salir sola con su marido, pues, de otro modo, no sólo llegará a sentirse resentida sino que puede perder contacto con él. Pero si contribuye a que el padre salga cada tanto con los chicos, aumentará su valor como madre y como esposa.

De modo que si su marido está en casa, comprobará que vale la pena tomarse el trabajo de ayudarlo a él y a sus hijos a conocerse mutuamente. En cuanto a que esa relación sea rica o no, depende del padre y de los niños, a pesar de que usted puede influir para que esa relación sea posible, impedirle o dañarla. [132]

2

Sus normas y las de sus hijos

Supongo que todas las personas tienen ideales y normas. Quien se encuentra dedicado a la tarea de formar un hogar tiene ideas definidas acerca del efecto que desea obtener, el uso de los colores, los muebles y la forma de poner la mesa para el desayuno. Casi todos saben con exactitud qué tipo de casa les gustaría tener, si prefieren vivir en la ciudad o en las afueras y cuál es la clase de películas que vale la pena ver.

Cuando usted se casó, pensó: "Ahora podré vivir como quiero".

Una niña de 5 años que se dedicaba a coleccionar palabras oyó decir una vez: "El perro volvió a la casa por su propio gusto", y decidió adoptar la expresión. Al día siguiente dijo: "Hoy es mi cumpleaños, así que todo tiene que ser a mi gusto". Ahora bien, cuando usted se casó sintió esto: por fin puedo vivir en una atmósfera que sea de mi gusto. No es que sus ideas sean necesariamente mejores que las de su suegra, pero son suyas y ello implica una gran diferencia.

Suponiendo que usted haya conseguido departamento o casa propia, procedió de inmediato a arreglar y decorar todo según sus gustos; y cuando terminó de colocar el último cortinado, empezó a invitar gente a la nueva casa. Lo importante es que usted había logrado un estado de [133] cosas en el cual lo que la rodeaba constituía una expresión de usted misma, y quizás haya sido la primera en sentirse sorprendida ante el resultado. De pronto tuvo la evidencia de que se había estado preparando para ese momento toda su vida.

Considérese afortunada si, en esos primeros días, pudo evitar discusiones con su esposo por pequeños detalles. Lo extraño es creer que las discusiones casi siempre comienzan cuando hay desacuerdo sobre lo que está "bien" y lo que está "mal", cuando en realidad se trata de que ambos aspiran a imponer su voluntad. La alfombra está bien para usted, si usted la compró, la eligió o la consiguió como una pichincha, y está bien desde el punto de vista de su marido si éste la eligió; pero ¿cómo pueden ambos sentir a la vez que la han elegido? Por fortuna, las personas enamoradas a menudo encuentran la manera de que sus decisiones coincidan en cierta medida, durante un tiempo; quizás una forma más duradera de resolver las dificultades es llegar al acuerdo, aunque sea tácito, de que es la esposa quien maneja el hogar a su modo, mientras el marido hace lo mismo con su trabajo. En general, un hombre prefiere ver a su mujer a cargo de todo, identificada con el hogar. En cuanto al hombre no cuenta en su trabajo con nada similar a la independencia de que goza la mujer en su propia casa. En efecto: en muy raras ocasiones un hombre puede identificarse con su tarea, y esta situación ha ido empeorando a medida que los artesanos, los pequeños comerciantes y la clase media en general se ven amenazados por una inminente eliminación.

Parecería una tontería decir que hay mujeres que no quieren ser amas de casa, porque en ninguna otra parte goza una mujer de tanta autoridad. Sólo en su propio hogar es libre, si tiene la valentía necesaria, para descubrir y ampliar por completo su

personalidad. Por lo tanto, [134] es conveniente que viva en un departamento o en una casa cuando contrae matrimonio, para que pueda moverse libremente sin chocar con sus parientes cercanos o con su propia madre.

Digo esto porque quiero mostrar las dificultades que surgen cuando un bebé irrumpe en la vida de una pareja con el manifiesto deseo, común a todos los bebés, de imponer su propio criterio. Esa tendencia implica la perturbación del orden existente, y no debe pensarse que ello carece de importancia. El orden existente incluye la independencia de espíritu que la joven madre acaba de conquistar y el recién ganado respeto por lo que hace según su propio criterio. Algunas mujeres prefieren no tener hijos, porque piensan que el matrimonio perdería gran parte de su valor si no significara el establecimiento de su propia esfera personal de influencia, lograda al cabo de muchos años de esperar y planear.

Ahora bien, supongamos que una joven esposa acaba de terminar la decoración de su casa, se siente orgullosa del resultado y sólo comienza a descubrir cómo es ella misma cuando maneja el timón de su propia vida. ¿Qué ocurre cuando tiene un hijo? Creo que, mientras estaba embarazada, no siempre se permitió pensar en el bebé como una amenaza para su recién ganada independencia, porque en esos momentos había muchas otras cosas en qué pensar y porque la idea de tener un bebé resulta excitante, atractiva e inspiradora; además, debe haber sentido que era posible adaptar al bebé a sus propios planes y lograr que creciera feliz dentro de la esfera de influencia materna. Por otra parte, tenía motivos para pensar que su hijo tomaría parte de su pauta de cultura y de conducta del hogar donde nacía. Con todo, esto no agota el problema y lo que falta decir es muy importante.

En mi opinión, lo cierto es que, casi desde el principio, [135] el nuevo bebé tiene sus propias ideas; y si usted tiene diez hijos no encontrará dos iguales, aunque todos hayan crecido en el mismo hogar. Diez niños verán en usted diez madres distintas, e incluso un mismo niño la verá a veces amorosa y linda y, de pronto, cuando usted entra de noche a su habitación porque él tiene una pesadilla, la verá como un dragón o una bruja, o alguna otra cosa terrible y amenazadora.

El hecho es que cada nuevo hijo que llega al hogar trae consigo su propia visión del mundo y la necesidad de controlar su pequeño fragmento de mundo y, por lo tanto, cada nuevo hijo constituye una amenaza para ese nuevo orden que usted ha logrado construir y mantener. Y como sé cuánto valora usted obrar según su propio criterio, me da pena su situación.

Veamos si puedo ayudarla. Creo que algunas de las dificultades que surgen en esa situación se deben a que usted tiende a creer que le gustan determinadas cosas porque eso está bien, es lo apropiado, lo mejor, lo más inteligente, lo más seguro, lo más rápido, lo más económico, y así sucesivamente. Sin duda, a menudo se justifica que lo piense, y una criatura no está en condiciones de competir con usted en lo que se refiere a eficacia y conocimiento del mundo. Pero lo importante es comprender que usted prefiere su propio criterio y confía en él no porque sea el mejor, sino porque es el suyo. Ese es el verdadero motivo de que usted aspire a dominar, y ¿por qué no habría de hacerlo? La casa es suya y para eso, en parte, usted se casó. Además, sólo se siente segura cuando tiene las riendas en la mano.

Sí, tiene todo el derecho del mundo a pedirles a los habitantes de su propia casa que acepten sus normas, que pongan la mesa como usted ha decidido, recen antes de las comidas y no digan palabrotas, pero su derecho se basa en [136] que ése es su hogar y ése es su criterio, y no en que su criterio sea el mejor, aunque puede ser que lo sea.

Probablemente, sus propios hijos esperan que usted sepa lo que quiere y en qué cree, pues su fe los ayuda, y, en mayor o menor grado, basarán sus propias normas en las suyas. Pero, al mismo tiempo, y esto es lo importante, ¿no cree usted que los niños mismos tienen también sus propias creencias e ideales, y su propio criterio para establecer un determinado orden de cosas? A los chicos no les gusta ni el caos ni el egoísmo perpetuos. ¿Se da cuenta de que puede dañar a su hijo si está tan preocupada por establecer sus derechos en su propia casa, que no puede comprender ni permitir la tendencia innata de su hijo a crear en torno de sí un pequeño mundo con su propio código moral? Sí *usted se siente bastante segura de sí misma*, creo que disfrutará comprobando hasta dónde puede dejar que cada uno de sus hijos domine la escena con sus propios impulsos, planes e ideas de forma localizada, dentro de su más amplia esfera de influencia. "Hoy es mi cumpleaños y por eso todo tiene que hacerse a mi gusto", dijo la niñita, y ello no condujo al caos; la consecuencia fue un día no muy distinto de cualquier otro día, con la excepción de que la niña lo organizó en lugar de la madre, la niñera o la maestra.

Desde luego, una madre suele asumir esta actitud al comienzo de la vida de su hijo. Como no puede estar por entero a disposición del niño, le da el pecho a intervalos regulares, que es la mejor alternativa de que dispone, y a menudo logra dar al bebé un breve período de ilusión en el cual éste no se ve aún obligado a reconocer que un pecho soñado no satisface; por delicioso que sea el sueño, no puede engordar con un pecho soñado. Es decir, para que el pecho sea bueno, también debe pertenecer a la madre, que es algo externo al bebé e independiente de él. No basta con [137] que un bebé tenga la idea de que le gustaría comer; también es necesario que la madre tenga la idea de que le gustaría darle de comer. El reconocimiento de esta necesidad constituye una tarea ardua para el niño, y una madre puede proteger a su hijo de una desilusión demasiado temprana o demasiado brusca.

Al principio, asimismo, el bebé asume gran importancia en el hogar. Si tiene hambre o llora porque está molesto, todo lo demás se descuida hasta que se lo ha atendido, y se le permite, en la medida de lo posible, ser impulsivo, por ejemplo, ensuciarse por el simple motivo de que desea hacerlo. Para el bebé, las cosas cambian de manera curiosa cuando la madre se vuelve estricta, y a veces en forma bastante súbita porque la han asustado los vecinos; comienza entonces lo que llamamos "educación", proceso que continúa inflexiblemente hasta que logra que su hijo se adapte a sus normas de limpieza; entonces ella cree que ha tenido éxito si su bebé renuncia a toda esperanza de conservar su valiosa espontaneidad y su valiosa impulsividad. En realidad, la educación muy temprana y estricta en materia de higiene suele traer apareadas consecuencias opuestas, y un niño que es limpio a los seis meses se transforma después en una criatura desafiante o inconscientemente sucia, muy difícil de reeducar. Por fortuna, en muchos casos el niño encuentra una solución y no se pierden todas las esperanzas: la espontaneidad se oculta en algún síntoma, como mojarse en la cama. (Como mero observador, libre de la tarea de lavar y planchar las sábanas, me he sentido deleitado más de una vez al comprobar que el hijo de una madre bastante autoritaria se moja en la cama, es decir, se mantiene firme en lo suyo, aunque no comprenda exactamente el verdadero sentido de lo que hace.) La madre que, sin renunciar a sus propios valores, puede aguardar hasta que el sentido de valores de [138] su propio hijo se desarrolle, obtiene una gran recompensa. En realidad, la dificultad no consiste tanto en que el niño carezca de un sentido de los valores como en que, al comienzo, la gente espere normas mucho más rígidas de los niños que de los adultos. Como ejemplo me

referiré al problema de decir "gracias". Es muy probable que su hijo se niegue a decir "gracias", cuando su tía le regala una gorrita en lugar del muñeco que esperaba. Pero usted intenta enseñarle a decir "gracias" aunque no se sienta agradecido. Algunos niños se oponen de forma consciente a decir "gracias" cuando no sienten ninguna gratitud. Así que no olvide ni menosprecie la moralidad innata de sus hijos. A veces pasamos por alto la importancia del hecho de que uno de los primeros juegos infantiles sea la construcción, a pesar de que los niños pequeños están tan cerca del gran placer inherente a la destrucción impulsiva.

Usted ayuda al niño si le permite desarrollar su propio derecho a dominar. Habrá un choque entre su propio derecho a dominar y el de su hijo, pero esto es natural y mucho mejor que imponer su propio criterio en la creencia de que es el mejor. Hay una razón mucho más real: a usted le gusta su propio criterio. Deje que su hijo tenga un rincón de la habitación, o un armario, o un pedazo de la pared, que sea suyo para ensuciar, ordenar o decorar, según su estado de ánimo, su fantasía o su capricho. Cada uno de sus hijos tiene derecho a considerar como suyo un fragmento de su casa, así como tiene derecho a una porción de su tiempo diario (y el de su marido), durante el cual usted comparte el mundo de su hijo. La situación opuesta no resulta muy adecuada. Me refiero a una madre que, carente ella misma de vida personal, permite que su hijo imponga su propio criterio en todo. En tales casos, nadie, ni siquiera el niño es feliz. [139]

3

Los niños y los adultos

El desarrollo emocional de un niño comienza en el momento de nacer. Si pretendemos determinar la forma en que un ser humano se maneja con sus semejantes y construye su personalidad y su vida, no podemos dejar de lado lo que ocurre en los primeros años, meses e incluso semanas y días de su existencia. Cuando encaramos los problemas de los adultos, por ejemplo, los que están unidos por lazos matrimoniales, nos encontramos, desde luego, con muchos elementos que corresponden al desarrollo posterior. No obstante, el estudio de cualquier individuo revela el pasado tanto como el presente, el niño tanto como el adulto. Los sentimientos y pensamientos que con propiedad pueden denominarse sexuales aparecen en una etapa temprana, mucho antes de lo que suponía la filosofía de nuestros abuelos y, en cierto sentido, toda la gama de las relaciones humanas existe desde el comienzo.

Veamos lo que ocurre cuando un niño sano juega a "el papá y la mamá". Por un lado, podemos estar seguros de que el sexo interviene en el juego, aunque rara vez lo haga mediante una representación directa. Es posible detectar muchos símbolos de la conducta sexual adulta, pero no es eso lo que interesa en este momento. Mayor importancia desde nuestro punto de vista tiene el hecho de que ese niño disfruta en su juego de algo que se basa en su capacidad [141] para identificarse con los padres. Resulta evidente que el niño ha sido muy observador. A través de sus juegos podemos ver que construye un hogar, organiza la casa, comparte la responsabilidad con respecto a los hijos, y mantiene incluso un marco dentro del cual los chicos que intervienen puedan descubrir su propia espontaneidad. (Pues los niños se asustan de sus propios impulsos si se los deja totalmente librados a sí mismos.) Sabemos que esto es sano; si los niños pueden jugar juntos de esta manera, más adelante no necesitarán que se les enseñe a formar un hogar, pues ya conocen lo esencial. Para expresarlo en otros términos, ¿se puede enseñar a la gente a formar un hogar si nunca ha sentido deseos de jugar a "el papá y la mamá"? Creo que no.

Aunque nos complazca ver que nuestros hijos puedan disfrutar con juegos que ponen de manifiesto su capacidad para identificarse con el hogar y con los padres, con una actitud madura y un sentido de responsabilidad, no queremos que ésta sea su única actividad; nos alarmaríamos si así fuera. Esperamos que los mismos niños que jugaban al papá y la mamá hace un par de horas se conviertan en niños glotones a la hora del té, celosos unos de otros en el momento de acostarse, traviosos y desafiantes a la mañana siguiente, pues siguen siendo niños. Si son afortunados, su hogar real existe. Dentro del marco de ese hogar real, pueden seguir descubriendo su espontaneidad e individualidad, dejarse llevar por la inspiración, como ocurre con el narrador de cuentos que se siente

sorprendido ante las ideas que surgen a medida que se va entusiasmando. En la vida real pueden utilizar a sus padres reales, aunque en los juegos busquen por turno ser ellos mismos los padres. Recibamos complacidos la aparición de este juego que consiste en formar un hogar, y la de todos los otros juegos de maestras y alumnos, médicos, enfermeras y parientes, [142] conductores de ómnibus y pasajeros, pues todo eso significa salud.

Sabemos que, cuando los niños alcanzan la etapa en la que pueden jugar de esta forma, ya han pasado por muchos complejos procesos de desarrollo, procesos que, desde luego, nunca se completan del todo. Así como los niños necesitan un buen hogar con el que puedan identificarse, también experimentan la profunda necesidad de un hogar y un medio emocional estables que les proporcionen la oportunidad de realizar un progreso natural y continuo, según su propio ritmo, a través de las etapas más tempranas del desarrollo. De paso, no es necesario que los padres estén enterados de todo lo que ocurre en la mente de sus hijos pequeños, tal como no necesitan saber anatomía y fisiología para cuidar la salud física de sus hijos. Sin embargo, es esencial que cuenten con la imaginación necesaria para comprender que el amor de los padres no es un mero instinto natural en ellos, sino algo que un niño necesita de ellos de forma absoluta.

Las cosas se presentan difíciles para un bebé que está al cuidado de una madre, muy bien intencionada, sin duda, pero para quien los bebés sólo son un montoncito de fisiología, anatomía y reflejos condicionados. Lo alimentará bien y es posible que el niño crezca gozando de buena salud física; pero, a menos que la madre pueda ver al ser humano que es su pequeño bebé, no hay muchas posibilidades de que la salud mental cuente con bases sólidas como para que el niño tenga más adelante una personalidad rica y estable, capaz no sólo de adaptarse al mundo, sino también de formar parte de ese mundo que exige una adaptación.

La dificultad consiste en que una madre tiende por naturaleza a asustarse de su enorme responsabilidad y le resulta más fácil recurrir a los libros de texto, las reglas y [143] los principios teóricos. El cuidado eficaz de un niño sólo puede llevarse a cabo con el corazón; quizá debería decir que la cabeza sola no basta: sólo puede hacerlo si los sentimientos están libres.

Alimentar a un niño es sólo una de las múltiples formas en que una madre puede darse a conocer a su hijo, aunque no por eso deje de tener importancia, ya que buena parte de lo que ocurre encuentra su mejor descripción en términos de alimentación. Cuando llega el momento del destete, una madre puede afirmar que en unas mil ocasiones ha puesto su pecho al alcance del bebé, precisamente en el momento en que éste deseaba algo. De tal modo, ha dado al niño motivos para creer que el mundo es un lugar donde existe la esperanza de encontrar algo similar a lo que se espera, se imagina y se necesita. Poco a poco, el bebé ha llegado a tener una relación con objetos externos. Acude aquí a nuestra mente el problema filosófico: ese objeto que está allí, ¿existe realmente o es sólo imaginario? La relación entre la realidad subjetiva y la objetiva puede ser tema de una interminable discusión. El niño que se ha visto alimentado con sensibilidad desde el comienzo, y tratado en general con sensibilidad en otros aspectos, en realidad está más allá de cualquier respuesta posible a este acertijo filosófico; que el objeto sea real o ilusorio se ha convertido para él en un asunto relativamente baladí, porque ha encontrado una madre dispuesta a *proporcionarle la ilusión*, en forma ininterrumpida y durante un período bastante prolongado, para que el niño vea reducir, en la medida de lo posible, el abismo existente entre lo que es posible imaginar y lo que en realidad existe.

Ese niño ha establecido al cabo de unos nueve meses una buena relación con algo exterior a él: su madre; una relación capaz de sobrevivir a todas las posibles frustraciones y complicaciones, e incluso a la pérdida por separación. [144] El bebé que ha sido alimentado en forma mecánica e insensible, sin que nadie deseara activamente adaptarse a sus necesidades particulares, se encuentra en situación muy desventajosa y, si llega a concebir una madre devota, será siempre una figura imaginaria idealizada.

No es difícil encontrar madres incapaces de vivir en el mundo del niño; para ellas, el niño debe vivir en el mundo materno. En este caso, una criatura puede realizar buenos progresos desde el punto de vista del observador superficial; pero al llegar a la adolescencia, o incluso más tarde, manifiesta por fin la protesta experimentando entonces abatimiento o reaccionando con rebeldía para encontrar el equilibrio mental.

Por el contrario, la madre que se adapta de forma activa y rica, proporciona a su hijo una base para un contacto ulterior con el mundo y, más aún, confiere a la relación del bebé con el mundo una riqueza que se desarrollará y dará frutos cuando alcance la madurez. Es importante que esta relación inicial madre-hijo incluya los poderosos impulsos instintivos; la supervivencia del bebé y de la madre enseña al primero que las experiencias instintivas y las ideas excitadas están permitidas y que no destruyen necesariamente la relación serena, amistosa y compartida.

No debe deducirse de todo esto que una alimentación y un manejo sensibles por parte de una madre devota traigan inevitablemente apareado el desarrollo de una salud mental perfecta. Aun cuando las experiencias tempranas sean positivas, todo lo ganado debe consolidarse en el curso del tiempo. Tampoco debe pensarse que cualquier bebé criado en alguna institución, o por una madre que carece de imaginación o demasiado asustada como para confiar en su propio criterio, esté destinado al manicomio. Las cosas no son tan simples. He simplificado deliberadamente el problema con el fin de alcanzar mayor claridad. [145]

Consideremos ahora cómo es el bebé cuando nace en un buen hogar. ¿Cómo es el niño sano, cuya madre lo ha tratado como una persona por derecho propio desde el comienzo? ¿Es tan sólo bueno y obediente? Evidentemente, no: el niño normal tiene una visión personal de la vida desde el principio. Los bebés sanos a menudo presentan serias dificultades con la alimentación; pueden mostrarse desafiantes y testarudos con respecto a sus excreciones; con frecuencia protestan enérgicamente por medio de gritos, lanzan puntapiés contra la madre y le tiran del pelo, o intentan arrancarle los ojos; en resumen, son una seria molestia. Pero manifiestan impulsos afectivos espontáneos y absolutamente genuinos, un abrazo, un rasgo de generosidad cada tanto; tales son las recompensas que encuentra una madre.

En cierto sentido, los libros de texto parecen sentir marcada preferencia por los niños buenos, obedientes y limpios, pero tales virtudes sólo poseen valor cuando los niños las desarrollan con el tiempo, gracias a su creciente capacidad de identificarse con el aspecto adulto de la vida hogareña. Es algo así como la evolución natural en los esfuerzos artísticos del niño. Al principio, hace garabatos. Después llega un momento en que existe una relación entre los trazos y los colores, y entre el dibujo en conjunto y el tamaño de la página: entonces la forma importa tanto como el color. Esto es mucho más importante que la forma enseñada en las clases de arte anticuadas.

Solemos hablar de niños inadaptados, pero no hay tal, pues en esos casos se trata de que el *mundo* no ha logrado adaptarse a ellos en forma adecuada durante las primeras etapas del desarrollo. La sumisión de un niño es algo espantoso: significa que los padres

compran comodidad a un precio muy alto, que probablemente ellos mismos o la [146] sociedad, si ellos no están en condiciones de hacerlo, tendrán que volver a pagar una y otra vez.

Quisiera mencionar una de las dificultades inherentes a esta temprana relación entre la madre y el niño, y que atañe a toda futura mamá. Cuando el bebé nace y durante los primeros días de su vida, el médico debe constituir una figura importante para la madre, la persona responsable de lo que ocurre y en la que ella deposita toda su confianza. En esos momentos, nada tiene más importancia para la madre que conocer al médico y a la enfermera que lo ayuda. Por desgracia, no es posible asegurar que ese mismo médico, tan eficiente en lo referente a la salud y enfermedad física y a todo lo concerniente al parto, esté igualmente bien informado acerca del vínculo emocional entre el bebé y su madre. Es tanto lo que un médico debe aprender, que apenas si cabe esperar que sea experto en el aspecto físico y, además, esté actualizado sobre la psicología de las madres y sus bebés. Por lo tanto, siempre es factible que un médico o una enfermera excelentes interfieran, sin la menor intención de dañar esta delicada cuestión que es el primer contacto entre la madre y el bebé.

Es cierto que la madre necesita del médico y la enfermera, y de su capacidad, y que el marco que ambos le proporcionan le permite dejar de lado sus preocupaciones, pero no debe permitir que obstaculicen el encuentro entre ella y su hijo, tratando de que todo ocurra con naturalidad y no de acuerdo con las normas que ofrecen los textos.

Este tema es muy vasto, y muy complejo si consideramos al mismo tiempo la necesidad de asistencia médica de la madre y su necesidad de estar sola con su hijo. Con todo, vale la pena mencionar que tal dificultad es frecuente y que las madres no deben avergonzarse al comprobar que son especialistas precisamente allí donde el médico y la [147] enfermera sólo están en condiciones de ofrecer una ayuda secundaria.

Se observa en la actualidad una tendencia cultural general a apartarse del contacto directo, de lo clínico, de lo que solía denominarse vulgar, es decir, desnudo, natural y real, y otra tendencia paralela hacia todo lo que se aparte del contacto e intercambio físico reales. Si es mucho más importante ser funcionario de una gran empresa de productos lácteos que ordeñar una vaca, no debe extrañar entonces que se subestime la primera tarea de la madre.

También en otro sentido, la vida emocional del bebé establece las bases para la vida emocional del individuo en una etapa posterior. Me he referido ya a la forma en que los impulsos instintivos intervienen desde el comienzo en la relación del niño con la madre. Al mismo tiempo aparecen los elementos agresivos, así como todo el odio y la rabia que provoca la frustración. El elemento agresivo contenido en los impulsos amorosos y asociado a ellos hace que la vida se sienta como muy peligrosa; a ello se debe que la mayoría de los individuos sean en cierta medida inhibidos. Creo que será conveniente considerar con más detenimiento este aspecto del problema.

Los impulsos más primitivos y tempranos se experimentan de forma implacable. Si existe un elemento destructivo en el temprano impulso de comer, el niño no se preocupa al principio por las consecuencias. Me refiero, desde luego, a las ideas y no tan sólo a los procesos físicos concretos que podemos observar con los ojos. Al nacer, el niño se ve arrastrado por los impulsos y sólo de modo muy gradual llega a darse cuenta de que el objeto atacado en un momento de excitación es una parte vulnerable de la madre, ese otro ser humano a quien tanto valora como persona en los intervalos de calma entre excitaciones y orgías. El niño excitado ataca con violencia el cuerpo de la [148] madre en la fantasía, aunque el ataque que podemos observar sea débil; la leche produce

satisfacción y, por el momento, el ataque cesa. Todos los procesos físicos se ven enriquecidos por la fantasía, que se va tornando más definida y compleja a medida que el bebé crece. En su fantasía, éste ha desgarrado el cuerpo de la madre para poder llegar a las cosas buenas e incorporarlas. Es muy importante, por lo tanto, que el bebé tenga una madre que lo cuide de forma ininterrumpida durante un cierto período, sobreviva a sus ataques y esté presente para ser objeto del sentimiento de ternura y el sentimiento de culpa y preocupación por su bienestar que no tardan en surgir. El hecho de que continúe siendo una persona viva en la vida del bebé permite a éste descubrir ese sentimiento innato de culpa que es el único sentido de culpa valioso puesto que constituye la principal fuente de la tendencia a reparar, a recrear y dar. Existe una secuencia natural de amor implacable, ataque agresivo, sentimiento de culpa, preocupación, tristeza, deseo de reparar, construir y dar. Esta secuencia constituye la experiencia esencial de la infancia y, no obstante, no puede convertirse en algo real a menos que la madre, o quien la reemplaza, pueda pasar por todas esas fases con el niño y hacer así posible la integración de los diversos elementos.

Y ésta no es más que otra manera de describir algunas de las cosas que la madre buena hace por su hijo. Sin gran dificultad y sin tener conciencia de lo que hace, una madre sana ayuda continuamente al niño a distinguir los sucesos reales de lo que ocurre en su imaginación. Escoge para el niño los elementos reales de la fantasía enriquecedora. Decimos que su actitud es objetiva y, en lo que a la agresión se refiere, ello reviste particular importancia. Una madre se protege de un mordiscón demasiado fuerte e impide que su hijo de 2 años golpee al nuevo bebé en la cabeza con un [149] palo, pero, al mismo tiempo, comprende la tremenda fuerza y realidad de las *ideas* destructivas y agresivas inherentes al niño que se comporta de manera tolerablemente buena, y no se siente alarmada ante las ideas. Sabe que las ideas están allí, y no se sorprende cuando las ve aparecer poco a poco en el juego o en los sueños, e incluso proporciona al niño cuentos y libros que desarrollan los temas que surgen de modo espontáneo en la mente infantil. No intente impedir que el niño tenga ideas destructivas y de esa forma permite que la culpa innata siga su propia evolución. Confiamos en que sea esa culpa innata la que ha de aparecer en el desarrollo del niño y estamos dispuestos a esperar hasta que así suceda; la moral impuesta no nos interesa.

El período durante el cual un ser humano se ve llamado a ser madre o padre es, por cierto, un período de autosacrificio. Una madre normal sabe, por sí misma, que durante esa época nada debe interferir en la continuidad de la relación entre ella y su hijo. ¿Sabe también que cuando actúa con esa naturalidad no sólo establece las bases de la salud mental de su hijo, sino que además éste no puede alcanzar la salud mental si no vive esa temprana experiencia que tantos esfuerzos hace ella para proporcionarle? [150]

4

¿Qué entendemos por niño normal?

A menudo se habla sobre los niños difíciles, y se intenta describir y clasificar sus dificultades. También hablamos de normalidad o salud, pero resulta más arduo describir a un niño normal. No abrigamos dudas con respecto a lo que entendemos por normal cuando nos referimos al cuerpo: 'queremos decir que el desarrollo del niño se aproxima al término medio teniendo en cuenta su edad, y es físicamente sano. Asimismo, sabemos qué queremos decir cuando hablamos de un intelecto normal. Pero aun con un cuerpo sano y un intelecto normal, o incluso supranormal, el niño puede estar muy lejos de lo normal en cuanto a su personalidad total.

Podríamos pensar en términos de conducta y comparar a un niño con otros de la misma edad, pero vacilaríamos antes de tildar de anormal a un niño por su conducta, ya que existen amplias variaciones dentro de la normalidad y sin duda mucho depende de lo que se espera. Un niño llora cuando tiene hambre, y la pregunta es: ¿qué edad tiene ese niño? Al niño no es anormal llorar cuando se tiene hambre. Un niño saca unas monedas de la cartera de su madre, y una vez más, preguntamos, ¿qué edad tiene? La mayoría de los chicos de 2 años lo hace a veces. O bien, observemos a dos criaturas: cada una actúa como si esperara que le den un golpe; en un caso, ese miedo no tiene [151] ninguna base real, mientras que, en el otro, se trata de un niño a quien siempre se castiga en su hogar. O una criatura que sigue tomando el pecho a los 3 años; esto es insólito en Inglaterra, pero en ciertas partes del mundo es lo habitual. El método de comparar la conducta de un niño con la de otro no nos permitirá llegar a comprender lo que entendemos por normal.

Lo que queremos saber es si se va desarrollando normalmente y si su carácter se va fortaleciendo en una forma sana. La inteligencia no compensa una detención en el proceso de maduración de la personalidad. Si el desarrollo emocional se ha detenido en algún punto, el niño debe volver atrás cada vez que se repiten determinadas circunstancias, y actuar como si todavía fuera un bebé o un niño muy pequeño. Por ejemplo decimos que alguien se comporta como una criatura si una frustración basta para convertirlo en un individuo desagradable o para provocarle un ataque cardíaco. Una persona llamada normal tiene otras maneras de manejar la frustración.

Intentaré decir algo positivo acerca del desarrollo normal. Pero antes, pongámonos de acuerdo en que las necesidades y sus sentimientos. Los niños son muy poderosos. Resulta esencial considerar al niño como un ser humano que se inicia en la vida con todos los sentimientos intensos de los seres humanos, aunque su relación con el mundo se encuentre sólo en sus comienzos. La gente adopta cualquier recurso en su intento de recuperar los sentimientos correspondientes a su infancia, sentimientos que deben su valor a su gran intensidad.

Partiendo de esta base, podemos pensar que la primera infancia es un proceso gradual de fortalecimiento de creencias. La creencia en la gente y en las cosas se construye poco a poco, a través de innumerables experiencias buenas. [152]

"Buenas" significa aquí bastante satisfactorias, es decir, que la necesidad o el impulso han sido satisfechos y justificados. Tales experiencias buenas se pesan en relación con las "malas" palabras que utilizamos cuando la rabia, el odio y la duda se hacen presentes, como es inevitable que ocurra. Todo ser humano debe encontrar en sí mismo un lugar desde donde pueda actuar, y construir allí una organización de los impulsos instintivos; todo ser humano debe desarrollar un método personal para vivir con tales impulsos en el mundo particular que le ha tocado en suerte, y ello no es fácil. De hecho, lo más importante que corresponde señalar con respecto a los niños es que la vida no les resulta fácil aunque les ofrezca toda clase de cosas buenas, y que no existe cosa tal como una vida sin lágrimas, salvo cuando hay sumisión sin espontaneidad.

De este hecho, que la vida sea esencialmente difícil y que ningún niño pueda dejar de dar muestras de esas dificultades, se deduce que en todos ellos aparecerán síntomas, cualquiera de los cuales, en determinadas condiciones, podría ser un síntoma de enfermedad. Incluso la atmósfera hogareña más bondadosa y comprensiva no basta para alterar el hecho de que el desarrollo humano corriente es difícil; incluso un hogar que se adaptara a la perfección sería difícil de soportar, pues no existiría entonces la posibilidad de encontrar alivio a través de una rabia justificada.

Llegamos así a la idea de que la palabra "normal" tiene dos significados. Uno es útil para el psicólogo, quien necesita un punto de referencia y debe calificar de anormal todo lo que sea imperfecto. El otro encierra utilidad para médicos, padres y maestros, cuando pretenden describir a un niño que, según todas las apariencias, ha de crecer hasta convertirse en un miembro satisfactorio de la sociedad, a pesar de que se pongan en evidencia síntomas [153] y problemas debidos a una conducta inconveniente. Por ejemplo, conozco el caso de un bebé que nació antes de tiempo; los médicos dirían que eso es anormal. Se negó a comer durante diez días, por lo que su madre tuvo que hacerse extraer leche y dársela en un biberón. Ello resulta normal en un niño prematuro, y anormal para una criatura que nace a tiempo. El día en que debía haber nacido comenzó a tomar el pecho, si bien lo hizo con lentitud, sólo siguiendo su propio ritmo. Desde el comienzo tuvo grandes exigencias para con la madre, quien comprobó que sólo podía tener éxito si lo seguía y le permitía decidir cuándo debía comenzar y cuándo debía terminar. Durante toda su infancia recibió con alaridos todo lo nuevo, y la única manera de conseguir que utilizara una nueva taza o una nueva habitación, consistía en presentárselas y luego esperar hasta que el niño les prestara atención. El grado en que necesitaba imponer su propia modalidad era índice de anormalidad para un psicólogo pero, como tuvo una madre dispuesta a seguirlo, todavía podemos considerarlo como un niño normal. Como otra prueba más de lo difícil que le era la vida, el niño comenzó a experimentar violentos accesos de gritos, durante los cuales resultaba imposible consolarlo y lo único que se podía hacer era dejarlo en la camita y quedarse cerca, esperando que se le pasara. Cuando tenía uno de esos ataques no reconocía a su madre, por lo cual ésta no podía servirle de ayuda hasta que comenzaba a recuperarse y entonces se convertía una vez más en una madre a la que él podía recurrir. El niño fue enviado a un psicólogo para una investigación especial pero, mientras la madre esperaba que se la citara, descubrió que ella y el niño comenzaban a entenderse sin ayuda. El psicólogo decidió no intervenir. Percibía la anormalidad en el niño y en la madre, pero prefirió considerarlos normales y permitir que ambos tuvieran la valiosa experiencia [154] de salir de una situación difícil por sus propios medios naturales.

Por mi parte, utilizo la siguiente descripción de un niño normal. Un niño normal *puede* emplear todos o cualquiera de los recursos provistos por la naturaleza como

defensa frente a la ansiedad y el conflicto intolerable. Los recursos empleados (en la salud) se relacionan con el tipo de ayuda disponible. La anormalidad se exhibe en una *limitación* y una *rigidez* en la capacidad del niño para utilizar síntomas, y en una relativa falta de relación entre los síntomas y lo que cabe esperar en cuanto a ayuda. Desde luego, se debe tener en cuenta que, en la más temprana infancia, existe escasa capacidad para juzgar de qué tipo de ayuda se dispone, y una correspondiente necesidad de estrecha adaptación por parte de la madre.

Tomemos, como ejemplo, mojarse en la cama, un síntoma bastante común y conocido por todos aquellos que están en contacto con niños. Si mediante el hecho de mojarse en la cama un niño manifiesta su protesta efectiva contra un manejo estricto, en defensa de los derechos del individuo, por así decirlo, el síntoma no configura una enfermedad; es un signo de que el niño aún confía en mantener su individualidad que, en cierto sentido, ve amenazada. En la gran mayoría de los casos, mojarse en la cama constituye un medio eficaz, y el transcurso del tiempo y un buen manejo corriente harán que el niño pueda abandonar ese síntoma y adoptar otros métodos para afirmar su personalidad.

Consideremos el rechazo del alimento como otro síntoma común. Es normal que un niño rechace la comida. Doy por sentado que la comida que usted le ofrece es buena, pero el niño no siempre puede *sentir* que la comida es buena, o no puede sentir *siempre* que es merecedor de esa buena comida. Con tiempo y tranquilidad, el niño descubrirá [155] qué cosas puede llamar buenas y qué otras, malas; en otras palabras, sabrá lo que le gusta y lo que no le gusta, como todos nosotros.

Son precisamente estos recursos empleados normalmente por los niños lo que denominamos síntomas, y decimos que un niño normal puede exhibir cualquier clase de síntomas en las circunstancias apropiadas. Pero, en el caso de un niño enfermo, la dificultad no está en los síntomas, sino en el hecho de que éstos no cumplen su cometido, y constituyen una molestia tanto para el niño como para la madre.

Así, aunque mojarse en la cama, rechazar la comida y otros síntomas puedan constituir serias indicaciones para un tratamiento, no siempre lo son. De hecho, niños a quienes sin vacilación se calificaría de normales experimentan tales síntomas, y ello por el simple hecho de que la vida es difícil, esencialmente difícil para todo ser humano, para todos nosotros desde el comienzo mismo.

¿De dónde surgen las dificultades? *En primer lugar*, del choque básico entre dos tipos de realidad, la del mundo exterior que todos pueden compartir, y la del mundo interior personal hecho de sentimientos, ideas e imaginación, que existe en cada niño. Desde que nace, cada bebé se enfrenta de continuo con el hecho de un mundo exterior. En las tempranas experiencias con el pecho, las ideas se comparan con la realidad; lo que se desea, se espera o se piensa se compara con lo que se recibe, lo que depende para su existencia de la voluntad y el deseo de otra persona. Durante toda la vida, este dilema esencial provoca angustia. Incluso la mejor realidad externa es decepcionante, porque no es también imaginaria, y aunque quizá sea posible manejarla en cierto grado, no está sometida a un control mágico. Una de las principales tareas que aguardan a quienes cuidan de un niño es la de ayudarlo en el [156] penoso pasaje de la ilusión a la desilusión, simplificando en la medida de lo posible el problema inmediato que enfrenta el niño en cualquier momento determinado. Gran parte de los gritos y las pataletas de la infancia gira en torno de esta lucha crítica entre la realidad interna y la externa, lucha que debe considerarse normal.

Una parte especial de este particular proceso de desilusión se expresa en el descubrimiento, por parte del niño, de la alegría inherente al impulso inmediato. Sin embargo, para que el niño crezca y llegue a unirse a los otros miembros de un grupo, debe renunciar a buena parte de la alegría implicada en la espontaneidad. No obstante, no es posible renunciar a algo que primero no se haya descubierto y poseído. ¡Cuán difícil es para la madre asegurarse de que cada uno de sus hijos tenga la sensación de haber contado con lo esencial del amor, antes de que se le pida que renuncie a una parte de él! Los choques y las protestas aparecen normalmente en relación con ese penoso aprendizaje.

En segundo lugar, el niño hace un espantoso descubrimiento: la excitación está acompañada por pensamientos muy destructivos. Mientras toma el pecho, un niño puede experimentar la urgencia de destruir todo lo bueno, el alimento y la persona que lo posee para dárselo. Ello puede asustar al niño, de forma súbita o gradual, a medida que percibe a quien lo cuida como una persona, o porque llega a encariñarse con la persona que se encuentra presente durante las comidas como si estuviera allí precisamente para ser destruida o agotada. Y, al mismo tiempo, surge el sentimiento de que si todo se destruye nada quedará. ¿Y qué ocurrirá entonces, si el hambre vuelve?

¿Qué hacer, pues? A veces el niño deja de desear la comida, con lo cual se tranquiliza pero pierde algo valioso, pues, si bien no hay avidez, tampoco hay experiencia de la [157] satisfacción plena. Y ya tenemos aquí un síntoma: la inhibición de la avidez sana, que en cierto grado cabe esperar en los niños que denominamos normales. Si en su intento de encontrar una solución al síntoma, la madre tiene plena conciencia de lo que ocurre, no quedará tan expuesta a sentir pánico y estará en condiciones de aguardar el momento oportuno, lo cual siempre resulta beneficioso en el cuidado de un niño. Es maravilloso lo que una criatura puede lograr al fin, si alguien que es personalmente responsable mantiene una actitud natural, tranquila e ininterrumpida.

Todo esto se refiere sólo a la relación entre el niño y la madre. Antes de que pase mucho tiempo, y además de otras dificultades, surgen las relacionadas con el descubrimiento de que también hay que tener en cuenta a un papá. Muchos de los síntomas que usted observa en su hijo tienen que ver con las complicaciones que surgen naturalmente de este hecho y sus consecuencias. Pero no por ello sería de desear que el padre no existiera. Sin duda alguna, es mejor que toda clase de síntomas aparezcan como resultado directo de los celos infantiles con respecto al padre o del amor hacia él, o de una mezcla de ambos sentimientos, que permitir que el niño siga adelante sin haber enfrentado este otro elemento difícil de la realidad externa.

Y, más tarde aún, la llegada de otras criaturas provoca perturbaciones que, asimismo, son deseables y no deplorables.

Por último, pues no puedo mencionar todo, el niño pronto comienza a crear un mundo interno personal en el que libra sus batallas, un mundo dominado por la magia. Los dibujos y los juegos de su hijo le revelan parte de ese mundo interno, que debe tomarse muy en serio. Como el niño siente que este mundo interno tiene una posición, está ubicado en el cuerpo, usted debe esperar que el cuerpo [158] de su hijo se vea incluido en él. Por ejemplo, las tensiones del mundo interno se verán acompañadas por toda clase de dolores y perturbaciones corporales. Y en un intento por controlar los fenómenos internos, un niño experimentará sufrimientos y dolores, o hará gestos mágicos, o bailará como un poseído, y ello no debe hacerle pensar, cuando observe estas "locuras" en su propio hijo, que está enfermo. Debe esperar que un niño se sienta poseído por toda clase de seres reales o imaginarios, por animales y cosas, y a veces esos

seres y animales imaginarios saldrán al exterior y usted deberá actuar como si también los viera, a menos que desee provocar una gran confusión al exigir que su hijo se porte como un adulto y no como el niño que es. Y no se sorprenda si descubre que debe servir el té a compañeros imaginarios, que son muy reales para su hijo, surgidos de su mundo interior pero que, por el momento, se mantienen fuera de la personalidad por alguna buena razón.

En lugar de explicarle por qué la vida es normalmente difícil, quisiera concluir con una sugerencia amistosa. Tenga plena confianza en la capacidad de su niño para jugar. Si un niño juega, hay lugar para un par de síntomas, y si un niño puede disfrutar del jugar, sea en soledad o en la compañía de otras criaturas, no se avecinan dificultades serias. Si en el jugar emplea una rica imaginación y experimenta placer con las actividades que dependen de una percepción exacta de la actividad externa, usted puede sentirse bastante feliz, aunque el niño se moje en la cama, tartamudee, tenga pataletas o padezca de repetidos ataques de rabia o depresión. El jugar demuestra que ese niño es capaz, en un medio razonablemente satisfactorio y estable, de desarrollar una forma personal de vida y de convertirse eventualmente en un ser humano completo, deseado como tal y bien recibido por el mundo en general. [159]

5 El hijo único

Voy a considerar ahora a los niños que viven en buenos hogares normales y no tienen hermanos ni hermanas, esto es, el caso del hijo único. La pregunta es: ¿en qué sentido tiene alguna importancia que un niño tenga o no hermanos?

Ahora bien, cuando miro a mi alrededor y veo a tantos hijos únicos, me doy cuenta de que deben de existir muy sólidos motivos para tener sólo un hijo. En muchos casos los padres harían todo lo posible por tener una familia numerosa, pero surge alguna dificultad que se lo impide. Sin embargo, puede existir un plan consciente para no tener más de un hijo. Supongo que, si se pregunta a un joven matrimonio por qué no piensan tener más de un hijo, el motivo que se ofrece con más frecuencia tiene que ver con cuestiones económicas: "No podemos darnos el lujo de tener más de un niño".

No hay duda de que los bebés constituyen un gasto. Creo que sería muy imprudente aconsejar a los padres que dejen de lado las consideraciones de índole económica con respecto a la vida de la familia. Todos sabemos que existen muchos bebés legítimos e ilegítimos, abandonados por hombres y mujeres carentes de ese sentido de responsabilidad que hace vacilar a los jóvenes antes de embarcarse en la formación de una familia numerosa. Si la gente prefiere [161] hablar en términos de dinero, allá ellos, pero, en realidad, creo que su temor consiste en que no podrán mantener una familia numerosa sin perder considerable libertad personal. Si dos hijos realmente exigen del padre y de la madre el doble que uno solo, se justifica que el costo se calcule por adelantado. Pero cabe dudar de que varios hijos constituyan, de hecho, una carga mucho más severa que un solo hijo.

Disculpenme por hablar de un niño como una carga. Los Hijos son una carga, y si traen felicidad es porque, se los desea y porque dos personas han decidido aceptar esa clase de carga; de hecho han decidido llamarla no una carga, sino *un* bebé. Existe un dicho humorístico significativo: "¡Que todos sus problemas sean pequeños!". Si nos ponemos sentimentales al hablar de los hijos, la gente dejará de tenerlos por completo; las madres pueden disfrutar lavando y remendando, pero no olvidemos el trabajo y la generosidad que todo ello significa.

Es indudable que un niño puede obtener ventajas por ser hijo único. Creo que los padres que pueden dedicarse a un solo bebé están en mejores condiciones para asegurar que éste tenga una infancia sin complicaciones. Es decir, el bebé puede comenzar con la más simple relación posible entre madre e hijo, y este fragmento del mundo se va haciendo gradualmente más complejo, pero no con mayor rapidez de la que puede tolerar el bebé. Esta base de la existencia en un medio simplificado puede proporcionar una sensación de estabilidad, que ha de ser una gran ayuda para la totalidad de la vida. Desde luego, debería mencionar también otras cosas importantes como la comida, la ropa y la educación que pueden darse fácilmente a un hijo único.

Pasemos ahora a algunas de las desventajas. La desventaja evidente de ser hijo único consiste en la falta de [162] compañeros de juego y de esa riqueza de experiencia cuya fuente de origen son las diversas relaciones del niño con hermanos y hermanas mayores y menores. Hay muchas cosas en el juego de los niños con las cuales los mayores no pueden establecer contacto; aunque las comprendan, no pueden compartirlas durante períodos tan prolongados como el niño quisiera. De hecho, si los adultos juegan con un niño, la locura natural del juego infantil se torna demasiado evidente. De modo que, si no hay otros niños, una criatura se paraliza en el juego y pierde los placeres inherentes a la inconsecuencia, la irresponsabilidad y la impulsividad; el hijo único tiende a ser precoz, a preferir la compañía de los adultos y a ayudar a la madre en las tareas domésticas o a utilizar las herramientas del padre. El jugar se transforma en algo tonto. Los niños que juegan juntos poseen una capacidad infinita para inventar detalles y pueden jugar durante largos períodos sin cansarse. Creo que hay algo aún más importante: la valiosa experiencia de presenciar el ingreso de un nuevo hermano en la familia. No es posible exagerar el valor de esta experiencia. Hay algo fundamental en el hecho del embarazo, y un niño pierde mucho cuando no ha tenido oportunidad de observar los cambios en la madre, de verse imposibilitado de acomodarse en su falda y de descubrir gradualmente el motivo de esta situación y obtener una prueba tangible de lo que secretamente ha sabido todo el tiempo, cuando el bebé hace su aparición y al mismo tiempo la madre vuelve a la normalidad. Aunque son muchos los niños a quienes les resulta difícil soportar todo esto y que no logran resolver con éxito los tremendos sentimientos conflictivos que surgen, sigue siendo cierto, en mi opinión, que el niño que no ha tenido esta experiencia, que nunca vio a su madre dar el pecho, bañar y atender a otro bebé, es menos rico que quien ha presenciado todas [163] estas cosas. Quizá los niños pequeños deseen tanto como los adultos tener bebés, mas no pueden, y las muñecas los satisfacen sólo en parte. Pero si la madre los tiene, ellos también pueden sentir que les pertenecen.

Una de las cosas de las que el hijo único carece en particular es la experiencia de ver surgir el odio; el odio que experimenta el niño cuando el nuevo bebé pone en peligro lo que parecía ser una relación establecida y segura con la madre y el padre. Es algo tan común, que las Dificultades que experimenta un niño ante el nacimiento de un hermano se consideran normales. El primer comentario del niño no suele ser muy cortés: "Tiene la cara como un tomate". De hecho, los padres deberían sentirse aliviados cuando escuchan esta expresión directa de una antipatía consciente, e incluso de odio violento, ante el nacimiento de un nuevo hijo. Poco a poco, a medida que el nuevo bebé se vaya convirtiendo en un ser humano con el que es posible jugar y del que puede sentirse orgulloso, ese odio dará paso al amor. Sin embargo, la primera reacción puede ser de temor y odio, con el correspondiente impulso de arrojar al nuevo bebé a la basura. Creo que para el niño constituye una experiencia muy valiosa descubrir que el nuevo hermano que ahora comienza a amar es el mismo bebé que pocas semanas antes odió y deseó eliminar. Para todos los niños, la legítima expresión del odio constituye una gran dificultad, y la relativa falta de oportunidad para expresar el aspecto agresivo de su naturaleza significa un serio problema para el hijo único. Los niños que crecen juntos juegan a toda clase de juegos y tienen así oportunidad de llegar a tolerar su propia agresividad y de descubrir por su cuenta que, en realidad, les duele lastimar a quienes ama.

Por otra parte, la llegada de nuevos bebés significa que el padre y la madre se siguen amando. Personalmente, [164] considero que el advenimiento de nuevos bebés

constituye una valiosa fuente de seguridad en lo que concierne a las relaciones entre el padre y la madre; siempre es de vital importancia que los niños puedan sentir que la madre y el padre se atraen sexualmente mantienen la estructura de la vida familiar.

Una familia numerosa tiene otra ventaja con respecto a la de un solo hijo. En la primera, los niños tienen oportunidad de desempeñar toda clase de papeles distintos en su mutua relación, y ello los prepara para la vida en grupos más amplios y, eventualmente, en el mundo. A medida que el hijo único crece, en especial si no tiene muchos primos, le es más difícil relacionarse con otros niños y niñas sobre una base casual. Los hijos únicos aspiran siempre a formar relaciones estables, y ello tiende a alejar al conocido casual, mientras que los miembros de familias numerosas están acostumbrados a encontrarse con los amigos de sus hermanos y hermanas y, cuando alcanzan la edad en que comienzan a moverse solos, cuentan ya con considerable experiencia práctica en las relaciones humanas.

Los padres pueden, sin duda, hacer mucho por un hijo único, y muchos prefieren adoptar esta actitud, pero también están expuestos a grandes sufrimientos. En épocas de guerra, por ejemplo, deben ser muy valientes para permitir que su hijo parta al frente, aunque sea lo más conveniente desde el punto de vista del hijo. Los niños necesitan libertad para correr riesgos y se sienten muy frustrados si se ven coartados porque, siendo hijos únicos, pueden herir mucho a sus padres si ellos mismos resultan heridos. Por otra parte, no olvidemos que un hombre y una mujer se enriquecen con cada hijo que crean y traen al mundo.

Además, está la cuestión del cuidado de los padres cuando los hijos son adultos. Cuando se trata de varios hermanos, es posible compartir el cuidado de los padres, [165] mientras que un hijo único puede verse abrumado por su propio deseo de cuidar de ellos. Quizá los padres tendrían que pensar todo esto por adelantado. A veces olvidan que el período durante el cual deben cuidar de su hijo es en realidad muy corto, mientras que éste puede tener que cuidar de los padres (y desear hacerlo) durante veinte o treinta años o más. En el caso de varios hermanos, el cuidado de los padres en la vejez sigue siendo un placer hasta el final. En realidad, a veces ocurre que un matrimonio joven que quisiera tener varios hijos se ve imposibilitado porque tiene a su cargo la enorme responsabilidad de padres ancianos o enfermos que no tuvieron bastantes hijos como para que esta tarea pudiera compartirse y, por ende, disfrutarse.

Habrán observado que, hasta ahora, consideré las ventajas y desventajas de ser hijo único partiendo de la base de que se trata de una criatura sana, normal, en un hogar normal. Es obvio que podría decirse mucho más si se tuvieran en cuenta las anormalidades. Por ejemplo, los padres con un hijo retardado tienen un problema especial que merece consideración especial, y muchos niños son tan difíciles de tratar que los padres lógicamente se preguntan si ese niño difícil no resultaría perjudicial para otros hijos, y si no ocurriría lo mismo con el tipo de trato que ese niño les obliga a adoptar. Otro caso de igual importancia es el o) del niño cuyos padres están enfermos de una u otra manera, sea física o psíquicamente. Por ejemplo, algunos padres están siempre más o menos deprimidos o preocupados; algunos tienen tanto miedo del mundo que construyen su hogar sobre la base de que el mundo les es hostil. Un hijo único debe descubrir todo esto y resolverlo por su cuenta. Como un amigo me dijo cierta vez: "Yo tenía una extraña sensación de encierra: quizás el exceso de amor, de atención, de posesividad, me hacía sentir encerrado con [166] esos padres que seguían imaginando, mucho después de que hubiera dejado de ser cierto, que representaban la totalidad de mi mundo. Para mí, ésta era la peor parte de ser hijo único. En teoría, mis padres tenían

conciencia del problema. Me enviaron a la escuela cuando apenas podía caminar, y prácticamente me dejaron vivir con los hijos de unos vecinos, pero en casa existía esa extraña sensación de encerramiento, como si los vínculos familiares fueran infinitamente más importantes que los otros. Si en la familia no hay nadie de la misma edad que uno, todo esto puede llenar a un niño con una cierta clase de orgullo".

A esta altura resulta ya evidente que, en mi opinión, existen más argumentos a favor de una familia numerosa que a favor de un hijo único, aunque es mucho mejor tener uno o dos hijos y hacer lo mejor por éstos, que tener un número ilimitado cuando se carece de la fuerza física y emocional necesaria para manejar esa situación. Si en una familia no ha de haber más de un hijo, conviene recordar que hay que poner al niño en contacto con otros niños lo antes posible. Y el hecho de que dos criaturas se golpeen no significa que mejor hubiera sido que no se conocieran nunca. Cuando no es posible invitar a otros niños, siempre se podrán conseguir perros u otros animalitos domésticos, para no hablar del jardín de infantes. Si los padres comprenden las inmensas desventajas del hijo único, podrán compensarlas en cierta medida, siempre y cuando pongan en juego la buena voluntad necesaria para ello. [167]

6 Los mellizos

La primera consideración acerca de los mellizos es que constituyen un fenómeno perfectamente normal y de ningún modo un motivo para mostrarse sentimentales o chistosos al respecto. Conozco a muchas mujeres muy contentas de haber tenido mellizos, y a muchos mellizos felices de serlo. Pero casi todas las madres afirman que, de haber podido elegir, no habrían tenido mellizos, y éstos, aun los que parecen satisfechos de su suerte, a menudo confiesan que habrían preferido llegar de a uno por vez.

Los mellizos tienen sus propios problemas particulares que resolver. Cualesquiera que sean las ventajas inherentes a dicha condición, también existen desventajas. Si puedo dar un consejo, no será diciéndole qué debe hacer, sino señalando las principales dificultades.

Antes de seguir, debo recordarle que existen dos tipos distintos de mellizos y que el problema no es exactamente el mismo para cada clase. Usted sabe que cada bebé se desarrolla a partir de una célula diminuta, un óvulo fertilizado. En cuanto se la fertiliza, la célula comienza a crecer y se divide en dos. Cada una de estas dos células se divide a su vez en dos, con lo cual ya tenemos cuatro, y las cuatro se convierten en ocho, y así sucesivamente, hasta que el nuevo individuo queda constituido por millones de células de todos los tipos, todas relacionadas entre sí, y configurando [169] una unidad tal como la célula fertilizada original. A veces, después de la primera división del huevo recién fertilizado, cada una de las dos células se divide y se desarrolla luego en forma independiente, lo cual marca el comienzo de mellizos idénticos: dos bebés que se desarrollan a partir del mismo huevo fertilizado. Los mellizos o gemelos idénticos siempre son del mismo sexo y suelen tener rasgos casi idénticos, por lo menos al principio.

La otra clase de mellizos puede o no ser del mismo sexo, pues son como cualquier otro par de hermanos, con la excepción de que se desarrollaron a partir de óvulos fertilizados al mismo tiempo. En este caso, los dos huevos crecen lado a lado en el vientre. Los mellizos de este tipo no son necesariamente idénticos, tal como no lo son los hermanos corrientes.

Al considerar el caso de mellizos de cualquiera de los dos tipos, pensamos que debe ser agradable para cada uno de ellos tener compañía, no estar nunca solo, en especial cuando ambos ya son un poco más grandes. Con todo, hay un peligro oculto, y para comprenderlo debemos tener en cuenta la forma en que se desarrollan los niños. En circunstancias comunes, y con un buen manejo común, los niños comienzan, a partir del nacimiento, a formar la base de su personalidad y su individualidad, y a descubrir su propia importancia. A todos nos gusta la generosidad y la disposición a tener en cuenta el punto de vista de los demás, y confiamos en encontrar estas virtudes en nuestros hijos, pero si estudiamos el desarrollo emocional del niño, comprobamos que la generosidad sólo se establece de forma sana y estable si se basa en una experiencia primaria de egoísmo. Cabría decir que, sin este *egoísmo primario*, la generosidad de un niño se ve ahogada por el resentimiento. De cualquier modo, ese egoísmo primario no es otra cosa que la experiencia infantil de una buena [170] madre que está dispuesta, al principio, a satisfacer los deseos del bebé en la medida de lo posible, a permitir que sus impulsos dominen la situación y a contentarse con esperar que el bebé adquiera la capacidad necesaria para tener en cuenta el punto de vista ajeno. Al principio, una madre debe poder dar al bebé un sentimiento de posesión y de que él la controla, de que ella ha sido creada para él. No le impone desde el comienzo su propia vida privada. Habiendo vivido la experiencia del egoísmo primario, el bebé podrá más tarde tornarse generoso sin demasiado resentimiento.

Ahora bien, cuando los bebés vienen de a uno, cada pequeño ser humano puede tomarse el tiempo necesario para reconocer el derecho de la madre a tener otros intereses, y es bien sabido que la llegada de un nuevo bebé significa para un niño una complicación, a veces bastante seria. Ninguna madre se preocupa si su bebé no puede apreciar los beneficios de la compañía de otros bebés durante el primer año de vida, e incluso las criaturas de dos años prefieren a veces darse golpes a jugar con sus amiguitos. Es indudable que cada bebé tiene un momento propicio distinto para recibir con agrado la llegada de un hermano, y se trata de un momento de suma importancia: el bebé ya puede genuinamente "permitir" (esto es, dar) a su madre un nuevo embarazo. Ahora bien, el mellizo siempre debe aceptar a otro bebé, cualquiera que sea su "opinión" con respecto a un aumento de la familia.

Esta es una de las ocasiones en que comprobamos la falacia del criterio según el cual los pequeños detalles no importan en los primeros meses, pues es de suma importancia que los mellizos sientan o no que cada uno de ellos tuvo posesión de la madre en el comienzo. La madre de mellizos tiene una tarea extra, aparte de todo lo demás, [171] que consiste en darse de lleno a dos bebés al mismo tiempo. En cierta medida el fracaso es inevitable, y debe contentarse con hacer todo lo posible y confiar en que los niños encontrarán, a la larga, ventajas que compensen esta desventaja inherente al hecho de ser mellizos.

Es imposible que una madre satisfaga al mismo tiempo las necesidades inmediatas de dos criaturas. Por ejemplo, no puede encargarse simultáneamente de alimentar, cambiar los pañales o bañar a dos niños. Puede hacer enormes esfuerzos por mostrarse justa y facilitará las cosas si toma el problema en serio desde el principio, aunque no le sea fácil.

En realidad, descubrirá que su finalidad no consiste en tratar a ambos niños del mismo modo, sino en tratar a cada uno de ellos como si fuera el único. Es decir, debe descubrir las diferencias entre ambos desde el momento en que nacen. Es ella quien debe poder distinguirlos con facilidad, aun cuando deba guiarse por alguna pequeña marca en

la piel o alguna otra triquiñuela. Sin duda descubrirá que los dos temperamentos son distintos y que, si establece una relación fácil con cada uno de ellos como una personalidad total, ambos desarrollarán características personales. Se cree que gran parte de la dificultad con los mellizos se origina en el hecho de que no siempre se acepta que son distintos, aunque lo sean, quizá porque resulta divertido o porque nadie piensa que vale la pena tomarse el trabajo. Conozco una prestigiosa institución donde la directora nunca logró distinguir a una melliza de otra, aunque los otros niños no tenían ninguna dificultad para hacerlo; en realidad, las dos hermanas tenían personalidades muy distintas. La directora solía llamar a cada una de ellas "Melliza".

No es una solución que la madre cuide de uno de los niños y una niñera se encargue del otro. A veces existen fundados [172] motivos para compartir el cuidado de los hijos con otra persona, por ejemplo, si la madre no goza de buena salud; pero lo iónico que se logra con ese método es postergar las cosas, porque llegará el día en que el mellizo que estuvo a cargo de una niñera sienta profundos celos del otro, aun siendo objeto de excelentes cuidados.

Las madres de mellizos están de acuerdo en que aun cuando éstos se diviertan a veces cuando los confunden, necesitan que su propia madre reconozca sin dificultades la identidad de cada uno. En todos los casos, es esencial que no exista confusión entre los niños mismos, y para ello es necesario que en sus vidas exista alguien que no se sienta en absoluto confundido, como aquella madre que distinguía a sus hijos gemelos a causa de sus temperamentos, aunque para los demás fuesen idénticos. Cuando los bebés no tenían aún una semana de vida, esta madre complicó su rutina alimentaria poniéndose un chal rojo. Uno de los gemelos lo contempló fijamente —atraído quizá por su color brillante— y perdió interés en el pecho. El otro, en cambio, no se mostró afectado por el chal y comió como de costumbre. Desde ese momento, la madre sintió no sólo que eran dos personas, sino también que habían dejado de vivir experiencias paralelas. Resolvió el problema de la alimentación teniendo siempre la comida a tiempo y dándola primero al niño que parecía más ansioso, lo que descubría por medio del llanto. Con este ejemplo no pretendo afirmar que este método sea aplicable en todos los casos.

La principal complicación en la crianza de mellizos consiste en el tratamiento y manejo personales de cada uno de ellos, con el fin de lograr pleno reconocimiento del carácter total y único de cada uno. Aunque existieran mellizos exactamente iguales, sería necesario que la propia madre tuviera con cada uno de ellos una relación total. [173]

Esta misma madre solucionó el problema de convivencia de sus mellizos, haciendo dormir a cada uno de ellos en distintos lugares de la casa; pero si usted no tiene la comodidad necesaria puede arreglar las cosas de tal manera que cuando uno de ellos lllore pueda evitar que el otro comience a hacerlo. Que ambos lo hagan a la vez es perjudicial porque al bebé que llora le gusta dominar la escena; por lo tanto, le es insoportable tener un rival en esta etapa de dictadura natural de la temprana infancia, y he conocido casos en que los efectos de tal situación perduraron durante años en la vida de un mellizo.

Dije ya que a los gemelos los consideran mellizos *idénticos*, término, sin duda, muy revelador. Si *fueran* idénticos, cada uno de ellos sería el mismo, uno solo, lo cual es absurdo. Son *similares*, pero no idénticos. Si tenemos en cuenta que todos los niños, sean o no mellizos, tienen grandes confusiones con respecto a su propia identidad, y sólo gradualmente van sintiéndose seguros de sí mismos, comprenderemos el peligro de que se los trate como idénticos, ya que los mellizos mismos se sentirán confusos en cuanto a su propia identidad. Todos sabemos que los niños comienzan a usar pronombres mucho

tiempo después de utilizar otras palabras. Dicen "mamá", "papá" y "más", mucho antes de decir "yo", "tú" y "nosotros". Es muy posible que dos mellizos, sentados en un cochecito, piensen ambos que el otro no es una persona distinta, ya que sería más natural que un bebé pensara que se trata de él mismo sentado en el otro extremo del cochecito (como si se mirara en un espejo), que si dijera (a su modo): "Oh, ahí está sentado mi mellizo". Pero cuando a uno de ellos lo sacan del cochecito, el otro se siente perdido y estafado. Se trata de una dificultad que cualquier bebé puede experimentar, pero resulta *inevitable* para los mellizos y que sólo pueden confiar en resolver si desempeñamos nuestro papel y los [174] reconocemos como dos personas distintas. Más adelante, si los mellizos mismos adquieren confianza en cuanto a su propia identidad, pueden divertirse explotando su semejanza, y ése es el momento, y no antes, para juegos y bromas con respecto a una confusión de identidades.

Y, por fin, ¿qué sienten los mellizos uno respecto del otro? Se trata de un interrogante que los mellizos deben responder. Por lo que he oído, creo que la idea corriente de que los mellizos se tienen particular afecto merece una cuidadosa revisión. A menudo aceptan la mutua compañía, disfrutan del juego en común y odian separarse, a pesar de lo cual no logran convencernos de su recíproco amor, hasta que un día descubren que se odian a muerte, lo cual indica que por fin existe la posibilidad de que lleguen a amarse. Esto no se aplica a todos los casos, pero cuando dos niños han tenido que tolerarse uno al otro, les guste o no, ya no pueden saber si se hubieran elegido libremente. Una vez expresado el odio, el amor ya tiene una oportunidad. Así que, por favor, no crea demasiado que sus mellizos quieren pasarse la vida juntos. Quizá lo deseen, o no, pero pueden sentirse agradecidos hacia usted o por algún suceso casual, como el sarampión, por haberles permitido estar separados un tiempo, ya que es mucho más fácil llegar a ser una persona total estando solo que en compañía del propio mellizo. [175]

7

El robo y la mentira

La madre que ha tenido varios hijos normales sabe que cada uno de ellos presentó cada tanto serios problemas, en especial a los 2, 3 y 4 años. Una niñita tuvo un período de gritos nocturnos de tal intensidad que los vecinos pensaron que era objeto de malos tratos; otra se negó rotundamente a utilizar el cuarto de baño; uno de los varones era tan limpio y obediente que la madre comenzó a preocuparse y a temer que careciera por completo de espontaneidad y espíritu de empresa; otro de los hijos tenía cada tanto terribles pataletas, durante las cuales se golpeaba la cabeza contra la pared y retenía el aliento hasta que la madre perdía el control y él mismo adquiría un intenso color azul. Ejemplos como éstos no tienen fin y son corrientes en la vida familiar. Pero hay un hecho que suele dar origen a dificultades especiales: el hábito de robar.

Es común que los niños más pequeños saquen monedas de la cartera de la madre, lo que no causa problema. La madre se muestra tolerante y permite que el niño vuelque el contenido de la cartera y lo desparrame. No presta mayor atención al asunto y, cuando lo hace, es con una sonrisa divertida; deja al alcance del niño alguna cartera que ya no usa para que éste pueda explorarla a su antojo, hasta que abandona este hábito. La madre siente, con razón, que se ha producido un cambio sano que forma [177] parte de la relación inicial del niño con ella misma y, por ende, con el mundo.

Sin embargo, es fácil comprender por qué a veces hay madres que realmente se preocupan cuando su hijito se apodera de objetos que le pertenecen a ella y los esconde, sobre todo si ya ha tenido una experiencia negativa con su hijo mayor que roba. Nada perturba más la felicidad de un hogar que la presencia de un niño mayor (o de un adulto) con tendencia a robar. En lugar de una confianza general y de una costumbre libre y fácil de dejar las cosas en cualquier parte, la tendencia es proteger las posesiones importantes como dinero, chocolate, azúcar, etcétera. En estos casos, algún miembro de la familia está enfermo. Muchos experimentan una sensación muy desagradable sólo con pensar en todo esto y se turban cuando deben abordar el tema del robo, tal como ocurre cuando se menciona la palabra masturbación. Aparte de haberse encontrado con ladrones, muchas

personas se sentirán decididamente perturbadas ante la idea de robar, a causa de las batallas que ellas mismas han librado contra sus propias tendencias al robo durante la infancia. Esta desagradable sensación acerca del robo se debe a que las madres se preocupan a veces sin necesidad por la tendencia, normal en los niños pequeños, a apoderarse de objetos ajenos.

Si reflexionamos llegaremos a la conclusión de que en cualquier hogar corriente, donde no haya un enfermo que podríamos tildar de ladrón, son muchos los "robos" que tienen lugar. Un niño entra en la despensa y toma uno o dos bizcochos, o saca un terrón de azúcar del aparador; por supuesto, nadie lo considera un ladrón. (Pero, en una institución, ese mismo niño es a menudo castigado y marcado debido a las reglas que imperan allí.) Sin embargo, también en el hogar hay que establecer ciertas normas; [178] por ejemplo: los niños pueden sacar libremente pan, o algún tipo de torta, pero no tortas especiales o azúcar del aparador. Siempre hay una medida de vaivén con respecto, a estas cosas y, en cierto grado, la vida familiar consiste en la elaboración de las relaciones entre padres e hijos en estos y otros términos similares.

Sin embargo, no basta con decirle a una madre que el significado de estos robos en un niño normal es que la ama, y pasar luego a describir como enfermo al niño mayor que tiene una compulsión a robar. La madre que reflexiona sobre estos problemas necesita saber qué relación existe entre ambos fenómenos. Trataré de expresarlo con la mayor claridad posible. Siempre existe un límite muy vago entre el robo común y sano de un niño pequeño y el robo de un niño enfermo y de más edad. En la mayoría de los casos, cuando un niño más grande está enfermo en ese sentido, siempre se descubre que el primer robo consistió en sacar monedas de la cartera de la madre, o quizás azúcar del aparador.

Además, debemos aprender a reconocer un período normal de transición, durante el cual el niño pequeño se va convirtiendo en el niño un poco más grande que comienza a sentir que robar está mal. Esta transición no se produce necesariamente de forma fácil o súbita. Es común que haya un período de dificultades, una época en la cual el niño alternativamente siente horror ante la idea de robar y, en la práctica, roba. Ello puede ponerse de manifiesto en la reacción frente al nacimiento de un hermano. Un niño de 4 años puede mostrarse muy indignado cuando su hermanito menor se apodera de la cartera de la madre, e incluso llega a darle unas palmadas por algo que, en realidad, constituye un acto inocente; al mismo tiempo, ese niño de 4 años le roba a veces en secreto a la madre.

Es fácil imaginar que este tipo de situación implica un [179] enorme sentimiento de culpa. Este niño de 4 años se encuentra en la penosa situación de estar dividido en dos personas, una de ellas más ferozmente moral que los padres, y la otra momentáneamente muy perversa, según sus propias normas. Un niño en este estado miente automáticamente si *de* pronto lo acusan. Si la madre o el padre lo llevan aparte y lo interrogan acerca del robo, se sentirán ante el supermoralista a quien le piden nada menos que el reconocimiento de que también él es un perverso ladrón. No podrá hacerlo y, si la investigación prosigue en forma implacable, la división en la personalidad del niño será aún más seria. Sus mentiras constituyen un intento de explicarse a sí mismo aquello que (por la naturaleza misma de las cosas) le resulta imposible explicar. Los padres que comprenden este problema podrán adoptar una actitud suave frente a los traspies ocasionales del niño que, con grandes dificultades, está pasando del robo natural de los primeros años a la etapa posterior en la cual, si todo anda bien, su parte severa y su parte impulsiva llegarán a un acuerdo, lo cual le permitirá manejar sus impulsos

amorosos primitivos sin violar demasiado su propio sentido moral. En cualquier caso, a medida que pasen los años irá encontrando nuevas soluciones. Los padres le darán una suma semanal para sus gastos, absolutamente regular y confiable, y ello servirá para resolver por anticipado el impulso a robar dinero. También habrá cumpleaños, festividades y otras fechas en las que estará seguro de recibir regalos. Justo antes de uno de esos días, un niño puede permitir que su parte ladrona surja una vez más en la expectativa de esos presentes y, en cierto grado, encontrará suficiente gratificación en las experiencias concretas, de modo que los impulsos amorosos primitivos, que son ávidos, implacables y mágicos, [180] quedarán por el momento satisfechos sin que el niño haya tenido que negarlos y perderlos.

A medida que el niño crezca podrá manejar mejor sus impulsos, que quedarán bajo el control del resto de la personalidad, lo que le permitirá actuar de manera deliberada. A medida que la confianza en el mundo aumenta, el niño se siente capaz de esperar; las excitaciones sexuales se vinculan a ideas acerca de la gente y, por lo tanto, se ven enriquecidas por la contribución que la gente puede hacer en forma de valores positivos y comprensión. Estos y otros medios permiten que el niño corriente, en un hogar normal, se vaya transformando en un ser social, sin serios incidentes antisociales. [181]

8

Los niños en el hospital

Todos los niños tienen una línea de vida que comienza con el nacimiento, y a nosotros nos corresponde asegurarnos de que no se quiebre. Hay un proceso continuo de desarrollo interno, cuyo progreso sólo puede ser firme si el cuidado del niño es eficaz. En cuanto el bebé como persona comienza a establecer relaciones con el mundo, siente que aquéllas son muy intensas y no es posible entrometerse en ellas sin peligro. No es necesario que me extienda sobre este punto, pues las madres experimentan una renuencia natural a permitir que sus hijos se alejen hasta que están preparados para esa experiencia y, desde luego, ansían acudir a ellos si deben permanecer fuera del hogar.

En la actualidad existe una ola de entusiasmo por las visitas hospitalarias. El problema con las olas de entusiasmo es que pueden pasar por alto dificultades reales y, tarde o temprano, aparece la reacción. Lo único sensato es lograr que la gente comprenda las razones en pro y en contra de esas visitas. Y, desde el punto de vista hospitalario, algunas de esas dificultades son realmente serias.

Si usted fuera enfermera, ¿qué puede haberla llevado a elegir ese tipo de tarea? Quizás al principio no fue más que una de las múltiples formas de ganarse la vida, pero no tardó en descubrir que su profesión la absorbía, que se interesaba cada vez más y realizaba grandes esfuerzos por [183] aprender las técnicas más complicadas. Como tal, trabaja largas horas, y así será siempre porque faltan las buenas enfermeras y es tarea difícil de compartir. Piense lo que significa ser responsable absoluta de veinte a treinta niños que no son suyos. Muchos de ellos están muy enfermos y necesitan un cuidado especial y se siente responsable hasta de lo que hacen las enfermeras sin experiencia cuando usted no mira; observa una obediencia estricta a las indicaciones del médico porque para usted es fundamental que los niños sanen. Al mismo tiempo, usted debe estar dispuesta a tratar con médicos y estudiantes de medicina, que también son seres humanos.

Cuando no hay visitas, la enfermera toma al niño a su cuidado y pone en juego lo mejor que hay en ella; a menudo prefiere estar de guardia que tener franco, porque siempre se pregunta qué ocurre en su sala durante su ausencia. Algunos de los niños se tornan muy dependientes de ella y no pueden soportar que se aleje sin despedirse de ellos y decirles exactamente cuándo volverá. Todo ello apela a los mejores sentimientos humanos.

Ahora bien, ¿qué ocurre cuando hay visitas? De inmediato surge una diferencia, o por lo menos es probable que así suceda: desde ese momento, la responsabilidad con respecto al niño no incumbe por completo a la enfermera. Tal situación puede andar a las mil maravillas y quizá la enfermera se alegre de compartir su responsabilidad, pero si se encuentra muy atareada y, en especial, si en la sala hay algunos casos muy difíciles, y algunas madres muy difíciles, es mucho más simple hacer todo uno mismo que compartir la tarea.

Usted se sentiría sorprendida si supiera qué puede ocurrir durante las visitas. Después de la partida de los padres, es frecuente que los niños se descompongan. Quizás este pequeño episodio de descomposturas posteriores [184] a las visitas no tenga mayor importancia, pero revela que algunos enfermitos se han atracado de galletitas, y que el niño que estaba a dieta comió lo que no debía, lo cual da por tierra con toda la investigación en la que habría de basarse el futuro tratamiento.

El hecho es que, durante las horas de visita, la enfermera pierde el control de la situación, y creo que a veces no tiene la menor idea de lo que ocurre durante ese lapso. Y no hay manera de evitarlo. Aparte de los pecadillos alimentarios, existe también el peligro del contagio.

Además, como me dijo cierta vez una enfermera muy eficiente en una sala hospitalaria, desde que se permiten visitas diarias, las madres creen que sus hijos siempre están llorando en el hospital, lo cual, desde luego, no es cierto. La realidad es que las visitas suelen causar aflicción. Cada vez que acude a la sala usted reaviva el recuerdo que él tiene de usted. Usted intensifica su deseo de regresar al hogar, y no es extraño que la mayoría de las veces lo deje llorando. Pero creemos que este tipo de aflicción no es en modo alguno tan dañino para el niño como el que llega a convertirse en indiferencia. Si usted tiene que dejar a su hijo durante tanto tiempo que el niño la olvida, éste se recuperará al cabo de un par de días y dejará de sentirse infeliz, adoptará a las enfermeras y a los otros niños e iniciará una nueva vida. En este caso, usted habrá sido olvidada y el niño tendrá que recordarla una vez más cuando regrese.

Las cosas no serían tan graves si las madres se contentaran con permanecer junto a sus hijos unos pocos minutos, pero naturalmente las madres no están muy de acuerdo con esto, quedándose en la sala todo el tiempo del que disponen. Algunas parecen casi "hacer la corte" a su hijo; traen regalos de toda clase, casi siempre de índole alimentaria, y exigen una respuesta cariñosa; después les cuesta [185] irse, y permanecen en la puerta agitando la mano hasta que el niño queda absolutamente agotado por el esfuerzo de decir adiós. Además es común que, antes de abandonar el hospital, las madres busquen a la enfermera para decirle algo acerca de que el niño no está bastante abrigado o no come bastante por la noche o cualquier otra cosa por el estilo. Sólo muy pocas madres aprovechan el momento de la partida para agradecer a la enfermera lo mucho que hace por el niño, ya que les es muy difícil admitir que alguien cuida del propio hijo tan bien como ellas mismas.

Así que, como vemos, si se le preguntara a la enfermera, una vez que los padres se han ido, "¿Qué haría usted con las visitas si fuera un dictador?", es muy probable que contestase: "Las prohibiría". Pero aun así quizás acepte, en un momento más favorable, que las visitas constituyen algo bueno y natural. Médicos y enfermeras comprenden que vale la pena permitir las, si pueden soportarlas, y si es posible conseguir que los padres cooperen.

Todo lo que divida la vida del niño en fragmentos es nocivo, y como las madres lo saben, agradecen las visitas diarias que les permiten mantenerse en contacto con sus hijos durante esos períodos infortunados en los cuales necesitan atención hospitalaria. Pienso que cuando los niños se *sienten* enfermos, todo el problema se simplifica; todos saben qué hacer. Las palabras parecen tan inútiles cuando se habla a una criatura pequeña, y son tan innecesarias cuando un niño se siente muy enfermo, porque siente que algo se hará para ayudarlo, y si ello implica permanecer en un hospital, lo acepta aunque vierta lágrimas. Pero cuando un niño debe ingresar en un hospital sin experimentar ningún malestar, las cosas se complican. Recuerdo el caso de una niña que

jugaba en la calle cuando, de pronto, apareció una ambulancia y se vio llevada como en un torbellino a un hospital de infecciosas, [186] a pesar de sentirse bien, porque el día anterior se había descubierto en el hospital, al examinarle la garganta, que era portadora de difteria. Es fácil imaginar qué espantoso fue todo eso para ella, a quien ni siquiera se le permitió entrar en su casa para despedirse de la familia.

Cuando no podemos dar explicaciones, debemos esperar una cierta pérdida de fe; la niña a la que me referí nunca se recuperó del todo de esa experiencia. Quizá las consecuencias hubiesen sido menos graves si los padres hubieran podido visitarla. Aunque no sea más que por este motivo, debería permitirse a los padres visitar a un niño en esas condiciones, para que éste pudiera ventilar su rabia mientras está al rojo vivo.

Dije que la necesidad de atención hospitalaria constituía una circunstancia *infortunada*, pero bien podría *no serlo*. Cuando un niño es bastante grande, una experiencia hospitalaria o una visita a la casa de una tía puede resultar muy valiosa, pues le permite contemplar su hogar desde afuera. Recuerdo a uno de 12 años que me dijo, luego de permanecer durante un mes en una institución para convalecientes: "Sabe, creo que en realidad no soy el preferido de mi mamá. Siempre me da todo lo que deseo, pero no me quiere realmente". Y era lo cierto; su madre hacía grandes esfuerzos, pero tenía serios problemas personales que interferían en la relación con sus hijos, y para este niño particular fue muy saludable que pudiera ver a su madre desde cierta distancia. Regresó dispuesto a enfrentar la situación hogareña con una nueva actitud.

A causa de sus propias dificultades, algunos padres no son ideales. ¿En qué sentido influye esto sobre las visitas hospitalarias? Bueno, si los padres se pelean delante del niño durante las visitas, es natural que ello resulte muy penoso en el momento y que preocupe al niño más tarde; incluso puede afectar seriamente la recuperación física [187] del niño. Algunos simplemente no pueden cumplir sus promesas: dicen que vendrán, o que traerán un juguete especial o un libro, pero no lo hacen. Y, además, existe el problema de los padres que, si bien hacen regalos y compran ropa nueva y muchas otras cosas que son en verdad muy importantes, simplemente no pueden dar un abrazo en el momento adecuado. Para estos padres, a veces resulta más fácil amar a su hijo en las difíciles condiciones de una sala hospitalaria. Llegan temprano y se quedan el mayor tiempo posible, y traen más y más regalos. Cuando se han ido, el niño apenas si puede respirar. Cierta vez, cerca de la Navidad, una niña me rogó: "¡Por favor, saque todos esos regalos de la cama!". Estaba abrumada por el peso del amor que había asumido esa forma indirecta y que nada tenía que ver con su estado de ánimo.

Creo que los hijos de padres agobiantes, inconstantes y sumamente excitables pueden obtener enorme alivio temporario cuando permanecen en un hospital *sin visitas*. La enfermera a cargo de la sala tiene a algunos niños de este tipo bajo su cuidado, y resulta comprensible que a veces piense que *todos los niños* están mejor cuando nadie los visita. Ella cuida, asimismo, de criaturas cuyos padres viven demasiado lejos y — éste es el caso más difícil— de niños que no tienen padres. Desde luego, las horas de visita no ayudan a la enfermera a manejar a *esos* niños, quienes tienen para con ella y las demás enfermeras exigencias especiales, a causa de su falta de fe en los seres humanos. Para los niños que carecen de un buen hogar, una estadía en el hospital puede significar la primera experiencia buena de su vida. Algunos de ellos ni siquiera tienen bastante fe en los seres humanos como para experimentar tristeza; deben hacerse amigos de todos los que ven, y cuando están solos se haman de atrás para [188] adelante, o golpean la cabeza contra la almohada o los bordes de la cama. No hay motivos para que usted permita que su hijo sufra a causa de estos niños abandonados pero, al mismo tiempo, es

necesario que usted comprenda que las visitas a los otros ocupantes de la sala hacen más difícil para la enfermera el cuidado de esas criaturas menos afortunadas.

Cuando todo anda bien, es probable que el principal efecto de una estadía en el hospital consista en un nuevo juego infantil; hubo un "papá y mamá", y, desde luego, "la maestra", y ahora juegan al "médico". A veces la víctima es el menor de los hermanos, y otras, una muñeca, un perro o un gato.

Lo que deseo decir en esencia es que la autorización para visitar niños en el hospital constituye un importante paso hacia adelante y es, de hecho, una reforma necesaria desde hace mucho tiempo. Apruebo la nueva tendencia como algo que disminuye la aflicción y que, en el caso de los niños de 1 a 2 años, puede modificar fundamentalmente su actitud cuando deben permanecer mucho tiempo en el hospital. Me referí en particular a las dificultades que sin duda existen, precisamente porque pienso que las visitas hospitalarias son muy importantes.

Hoy día, cuando entramos en una sala para niños, vemos a un pequeño de pie en su camita, ansioso de hablar con alguien, y la mayoría de las veces nos recibe con estas palabras: "¡Mamita viene hoy a verme!". Este orgulloso alarde constituye un fenómeno nuevo. Y recuerdo también el caso de un varoncito de 3 años que lloraba sin cesar y a quien las enfermeras no podían calmar de ningún modo. Nada lo conformaba. Por fin descubrieron que quería tener una determinada silla cerca de su cama. Con eso lograron tranquilizarlo, y pasaron algunos instantes [189] hasta que pudo explicar: "Es para que papito se siente cuando venga a verme mañana".

Así, pues, en este asunto de las visitas debe haber algo más que una simple medida preventiva. Pero sería una buena idea que los padres trataran de comprender las dificultades, con el fin de que médicos y enfermeras apoyen una medida que es buena pero que también puede estropear la calidad de esa tarea tan responsable que realizan para usted. [190]

9

Los hijos adoptivos

Quiero confirmar la opinión aceptada de que todo niño adoptivo debe enterarse de su situación lo antes posible y que son sus padres adoptivos quienes deben aclarárselo. Es probable que usted necesite algo más que una opinión, que quiera conocer los motivos. El principal de ellos es que, de una u otra manera, los niños lo descubren con el tiempo. Cuántas veces he podido atribuir la causa de un cambio negativo en una criatura normal a un comentario escuchado camino de la escuela, cuando el hijo de un vecino repite lo que ha oído decir a los adultos que creían que nadie escuchaba su conversación.

Y no debe olvidarse que encuentran a su paso odio y espíritu vengativo tanto como juegos y diversiones, y que en algún momento inesperado las palabras tienen un matiz desagradable que es intencional: "No eres el hijo de tus padres". La intención de lastimar no sería tan terrible; es parte de la vida, tal como la intención de agradar, pero para el niño adoptivo el dolor proviene de la novedad, de una noticia que por sí misma no tendría por qué haber sido dolorosa.

En muy raras ocasiones vemos la conveniencia de no informar a un niño sobre la adopción; pero lo esencial es que el niño adoptivo se enterará tarde o temprano, y usted [191] tiene en sus manos la posibilidad de hacer que se entere en la mejor forma y cuanto antes.

¿Cómo hacerlo? No lo sé con exactitud. Usted encontrará la forma, la que esté de acuerdo con su manera de ser. A veces los padres me dicen que han recurrido a un cuento, uno de esos que se repiten una y otra vez o que se desarrollan un poquito cada noche. En la historia siempre aparece el tema de un animal o una criatura que se ha perdido y alguien encuentra. A casi todos los niños pequeños les encantan estos cuentos, y todo lo que se necesita es presentarlos con especial cuidado y riqueza hasta que llega el momento en que el padre o la madre comienza a sugerir que ese relato tiene una aplicación especial.

¿Y cómo determinar el momento adecuado? Creo que nunca hay un momento exactamente adecuado. En alguna ocasión, usted hace de pronto su primer comentario: "Y eso es lo que pasó con Pedrito"; después contiene el aliento, pues siente, con razón, que esa simple frase tiene implicaciones tremendas, pero lo más probable es que pase aparentemente inadvertida. Pero como es cierto se sentirá mejor. Poco a poco, la historia va siguiendo líneas verdaderas en lugar de las imaginarias, y su pequeño crece sin estar expuesto a esa vulnerabilidad que proviene de una situación falsa.

Las cosas pueden resultarle muy fáciles o muy difíciles. Es muy comprensible que sean difíciles, sobre todo la primera vez. Pero puedo asegurarle que la constante ansiedad que produce el engaño es más intolerable que el momento de pánico que acompaña a la primera manifestación de la verdad.

El método del cuento tiene el gran mérito de dejar el camino abierto para la pregunta sobre la identidad de la verdadera madre del niño. Es una pregunta que interesa profundamente a todas las criaturas, pero el niño adoptivo [192] necesita aún más que los otros saber la verdad. Podría decirle que su propio hijo puede tolerar la incertidumbre, pero no su hijo adoptivo. Además, su hijo adoptivo necesitará más adelante informaciones acerca del sexo que su propio hijo adquiere de manera más casual. Me refiero al sexo en los animales y no en las plantas; la botánica no basta.

Existen razones que justifican todos estos esfuerzos: el objeto de su preocupación es la mente del niño. Las cosas más fundamentales tienen raíces más profundas que la mera reflexión; el niño pequeño sabe *de una forma corporal* que hubo un estado (que llamamos vida intrauterina, cuidado infantil, solicitud materna), un estado del cual emergió como individuo. Lo que usted trata de hacer es impedir que surja la confusión *en la mente* del niño. Usted trata de proporcionar condiciones que permitan al niño adoptivo integrar estos recuerdos corporales con el pensamiento, la imaginación, la comprensión.

La palabra imaginación me lleva al punto siguiente. Todos los niños piensan alguna vez que sus padres no son los que viven en su propia casa; quizá sean un rey y una reina. Tales ideas desempeñan un papel sumamente importante en la vida de algunos de ellos. Son fantasías valiosas y que no encierran peligro alguno; intervienen en los juegos infantiles, al mismo tiempo que las estrechas y concretas identificaciones con el padre y la madre que caracterizan el juego de "el papá y la mamá" o "la familia". Todo esto revela la existencia de una creciente seguridad en la capacidad infantil para distinguir los hechos de la fantasía. El niño adoptivo tiene que realizar aquí una tarea especial, pues la fantasía de tener otros padres se mezcla con el hecho de que hay otros padres (aunque no estén a su alcance). ¿Tomará como reales a sus verdaderos padres, mientras ustedes se convierten en una especie de [193] sueño viviente, o los aceptará a ustedes como algo real mientras su imaginación juega con la idea de sus verdaderos padres?

No hay respuesta para este interrogante, salvo la que da el niño adoptivo en su intento de encontrar un camino en la vida.

Los padres adoptivos deben saber lo que significa el desarrollo del niño, en mayor medida que los padres con hijos propios. En este caso, los padres pueden permitir el libre juego de su intuición, a menos que algo no funcione y el niño presente síntomas de enfermedad. Pero los niños adoptivos exigen reflexión, incluso cuando son sanos.

Es muy natural que un adolescente trate de descubrir todo lo que pueda acerca de sus verdaderos padres. He ayudado a muchos adolescentes en este tipo de investigación. A veces dan la sensación de que si hay hechos para descubrir, es imprescindible hacerlo. Si esto ocurre con su hijo adoptivo, confío en que no se sienta insultada; es natural que un ser humano quiera saber todo acerca de su origen. Los adolescentes se interesan por la herencia y, en especial, experimentan la necesidad de saber qué deben responder a sus amigos si surge la pregunta indiscreta. Detrás de todo esto, la imaginación no tiene límite, mientras que, en el caso de su propio hijo, éste conoce lo peor, y lo mejor también.

La dificultad radica en que no siempre es posible ayudar a un niño en esta búsqueda, y ni siquiera es posible explicarle por qué no se lo puede ayudar. Es lógico que, en tales casos, nuestra actitud los enfurezca y produzca reacciones desagradables. Quizá lo mejor sea que usted misma no sepa nada. No podemos hablar de lo que no sabemos, y no creo que una buena relación entre un hijo adoptivo y sus padres pueda resultar perjudicada por una exitosa investigación de los hechos. [194]

Muchas de ustedes pueden jactarse de haber superado todos los obstáculos inherentes a la adopción, y quizás ahora ya sean abuelas. Quizá piensen que parte de lo que dije es innecesariamente complejo. Sin embargo, hay padres adoptivos que han experimentado honda desilusión, no tanto porque las cosas salieran mal sino porque nadie les habló de las dificultades, o porque esperaron lo peor. Si todo anduvo bien y usted no tuvo dificultades, sólo puedo decir que hizo las cosas mejor de lo que usted misma cree. [195]

10

Primeros ensayos de independencia

Uno de los aspectos curiosos en el estudio de las primeras actividades de los niños, y de los objetos a que recurren cuando se van a dormir o tienen miedo, es el de que tales objetos parecen existir en una capa intermedia entre lo superficial y lo profundo, entre el examen simple de hechos obvios y la exploración de los oscuros dominios del inconsciente. Por tal motivo quiero llamar la atención hacia la forma en que los niños utilizan objetos comunes y corrientes, y mostrar que tenemos mucho que aprender de las observaciones diarias y de hechos que se nos presentan continuamente.

Me refiero a algo tan simple como el osito con que juega cualquier niño normal. Quien haya tenido niños a su cargo puede proporcionar interesantes detalles, que son tan característicos de cada niño como las otras pautas de conducta y que nunca se dan del mismo modo en dos casos.

Al comienzo, como todos sabemos, los niños se limitan casi a meterse los puños en la boca y no tardan en elaborar una pauta: eligen un dedo determinado, o dos dedos, o un pulgar, para succionar, mientras que con la otra mano acarician a la madre, una sábana, una frazada, una prenda de lana o quizá su propio cabello. Dos cosas ocurren aquí: primero, parte de la mano está en la boca y su relación con la alimentación es bien clara; segundo, es una [197] etapa más alejada de la excitación y más cercana a lo afectivo. A partir de esta actividad afectiva puede desarrollarse una relación que por azar se encuentra cerca, y este objeto puede convertirse en muy importante para el niño. En cierto sentido, se trata de su primera posesión, es decir, el primer objeto en el mundo que pertenece al niño y que, no obstante, no forma parte de él como el pulgar, los dos dedos o la boca. La importancia de este hecho se debe a que marca el comienzo de una relación con el mundo.

Todo esto tiene lugar al mismo tiempo que surge un sentimiento de seguridad y una relación del niño con una persona determinada. Constituyen pruebas de que el desarrollo emocional del niño es sano y de que comienzan a formarse recuerdos de relaciones. Estos recuerdos pueden volver a utilizarse en esta nueva relación con el objeto, al que quisiera denominar objeto de transición. No es el objeto mismo, desde luego, lo que marca la transición; el objeto representa la transición del niño de un estado de fusión con la madre a un estado de relación con ella como algo exterior y distinto.

Si bien quiero destacar lo saludable implícito en estos fenómenos, no deseo dar la impresión de que algo necesariamente falla si un niño no demuestra intereses del tipo descrito. En algunos casos, el niño retiene a la madre y la necesita en persona mientras que, en otros, encuentra que el objeto transicional es bastante bueno e incluso perfecto, siempre y cuando la madre permanezca en el trasfondo. Con todo, es común que un niño desarrolle un apego específico a algún objeto que pronto adquiere un nombre, nombre cuyos orígenes resulta entretenido investigar, pues a menudo deriva de alguna palabra escuchada por el niño mucho antes de que éste estuviera en condiciones de hablar. Poco

después, padres y parientes regalan al niño juguetes blandos que (quizás en beneficio de los adultos) [198] tienen la forma de animales o bebés. Desde el punto de vista infantil, tales formas no revisten tanta importancia. Lo que asume una significación vital son más bien la textura y el olor en particular este último, y los padres no tardan en aprender que no se puede lavar estos objetos impunemente. Padres que, en todo otro aspecto, son muy limpios y a menudo se ven obligados a llevar a todas partes un objeto blando, maloliente y sucio con el simple propósito de mantener la paz. El niño, que ahora ha crecido un poco, necesita que ese objeto esté siempre a su alcance, que se lo devuelvan una y otra vez cuando lo arroja desde la cuna y el coche, que le permitan arrancarle pedacitos y babearlo. De hecho, estos objetos no están a salvo de nada y se ven sometidos a una forma muy primitiva del amor, una mezcla de caricias afectuosas y ataques destructivos. Con el tiempo se van sumando otros objetos, que cada vez reproducen con mayor exactitud las formas de animales o bebés. Además, a medida que pasan los días, los padres tratan de conseguir que el bebé diga "gracias", lo cual significa reconocer que la muñeca o el osito provienen del mundo y no nació de la imaginación del niño.

Si volvemos al primer objeto, que quizá sea una bufanda de lana o el pañuelo de la madre, debemos admitir que, desde el punto de vista del niño, no hay motivo para esperar su agradecimiento y su reconocimiento de que el objeto proviene del mundo; para él este primer objeto constituye, sin la menor duda, algo creado por su imaginación. Marca el comienzo de la creación del mundo debida al niño, y debemos admitir que todo niño debe volver a crear el mundo. Así como se presenta, el mundo carece de significado para ese ser humano que comienza su desarrollo, a menos que él lo cree y lo descubra.

Es imposible hacer justicia a la enorme variedad de posesiones y técnicas tempranas utilizadas por los niños [199] en momentos de tensión y, en particular, en el instante de irse a dormir.

Ejemplos:

Una bebita solía acariciar el largo cabello de su madre mientras se chupaba el pulgar. Cuando su propio cabello creció lo suficiente, se lo tiraba sobre la cara, en lugar del de la madre, y lo olisqueaba mientras se dormía. Este hábito continuó regularmente hasta que llegó a la edad en que quiso que le cortaran el cabello para parecerse a un varón. Se sintió complacida con el resultado hasta que llegó el momento de irse a la cama. Y entonces, por supuesto, se puso frenética. Por fortuna, los padres habían guardado el cabello cortado y le entregaron un mechón. De inmediato se lo colocó sobre la cara como era su costumbre, lo olió y se durmió sonriente.

Un varoncito se interesó desde temprano por su cubrecama de colores. Antes de tener un año se dedicaba absorto a la tarea de clasificar de acuerdo con sus colores las hebras de la lana que había arrancado. Su interés por la textura de lana y por los colores persistió durante toda su vida y, cuando tuvo que elegir una profesión, fue la de experto en colorantes para la industria textil.

Estos ejemplos tienen valor sólo en tanto ilustran la amplia gama de fenómenos y de técnicas utilizados por niños sanos en momentos de tensión y separación. Todos los que han tenido algún contacto con niños pueden proporcionar ejemplos, cuyo estudio resulta fascinante, siempre y cuando se comprenda en primer lugar que todos los detalles

son importantes y significativos. A veces, en lugar [200] de objetos encontramos técnicas, como el canturreo, o actividades más disimuladas como unir rayos de luz, el estudio del juego de bordes entre dos cortinas que la brisa mueve levemente o la superposición de dos objetos cuya relación recíproca cambia según la forma en que el niño mueve la cabeza. En ocasiones, el pensar reemplaza las actividades visibles.

Anormalidades. Con el fin de acentuar la normalidad de estas cuestiones, quisiera referirme a la forma en que la separación puede afectarlas. En términos generales, cuando la madre, o alguna otra persona de la que depende el niño, está ausente, no se produce un cambio inmediato, debido a que el niño tiene una versión interna de la madre que se mantiene viva durante un cierto período. Si por la ausencia de la madre ese período debe prolongarse más allá de un cierto límite, la imagen interna se desvanece; al mismo tiempo, todos esos fenómenos de transición pierden su sentido y el niño se vuelve incapaz de utilizarlos. Ahora tenemos un niño que es necesario cuidar o alimentar y que, si se queda solo, tiende a realizar actividades excitantes con gratificación sensual. Lo que se ha perdido es toda la zona intermedia del contacto afectivo. Con el retorno de la madre, si el intervalo no ha sido demasiado largo, se vuelve a elaborar una versión interna de ella, para lo cual se necesita tiempo. El éxito del restablecimiento de la confianza en la madre se observa en el renovado empleo de actividades intermedias. Este proceso se hace más evidentemente serio cuando un niño más grande se siente abandonado y se vuelve incapaz de jugar, y de dar o recibir afecto. Al mismo tiempo, como es bien sabido, puede haber actividades eróticas compulsivas. Los robos de niños muy frustrados que están en tren de recuperación pueden considerarse como parte de la búsqueda de un objeto de [201] transición, perdido por la muerte de la madre o por la desaparición de su imagen internalizada.

Una bebida se chupaba siempre el pulgar envuelto en un trozo áspero de lana. A los 3 años la "curaron" de esa costumbre quitándole el pedazo de lana. Más adelante desarrolló una severa compulsión a comerse las uñas mientras leía compulsivamente antes de dormir.

A los 11 años se pudo conseguir que dejara de comerse las uñas, cuando se la ayudó a recordar el trozo de tela, el dibujo estampado en él y el amor que por él sentía.

Evolución. En condiciones de salud, hay una evolución desde el fenómeno de transición, y el uso de objetos, hasta la plena capacidad para el juego. El juego es sumamente importante para todos los niños y la capacidad de jugar constituye un signo de salud en el desarrollo emocional. Quisiera señalar el hecho de que la primera versión de este proceso se encuentra en la relación del niño con el primer objeto, con la esperanza de que, si los padres comprenden que esos objetos de transición son normales e incluso signos de crecimiento saludable, no se sentirán avergonzados de llevar a todas partes objetos curiosos y hasta ridículos. Se cuidarán entonces de faltarles el respeto y harán todo lo posible por evitar su pérdida. Como los viejos soldados, tales objetos simplemente se van desvaneciendo. En otras palabras, se convierten en el grupo de fenómenos que se van ampliando hasta constituir todo el dominio del juego infantil, y de las actividades y los intereses culturales, esa vasta zona intermedia que existe entre vivir en el mundo externo y soñar.

Sin duda, la tarea de distinguir los fenómenos externos de los sueños es bien ardua; toda pretensión de salud se basa en nuestra esperanza de llevarla a cabo. Con todo, necesitamos cada tanto un lugar de descanso, y lo encontramos [202] en nuestros

intereses y actividades culturales. El niño dispone de una área más amplia que la nuestra en la cual la imaginación desempeña un papel predominante de modo que el juego que hace uso del mundo y conserva, no obstante, toda la intensidad del sueño, se considera característico de la infancia. El niño que comienza esta enorme tarea de alcanzar la salud adulta cuenta con una vida intermedia, en particular entre la vigilia y el sueño, y los fenómenos a que me refiero, y los objetos que se utilizan, pertenecen al lugar de descanso que otorgamos al niño en un comienzo, cuando casi no cabe esperar una distinción entre los sueños y la realidad.

Como psiquiatra de niños, cuando los veo dibujando y hablando de sí mismos y de sus sueños, siempre me sorprendo al comprobar con cuánta facilidad recuerdan esos primeros objetos. A veces sorprenden incluso a sus padres cuando recuerdan trozos de tela y objetos exóticos que los padres habían olvidado hacía mucho. Si un objeto sigue estando en la casa, es el niño el que sabe dónde se encuentra, en el limbo de las cosas semiolvidadas, quizás en el fondo de un cajón o en el estante superior de un aparador. Para los niños constituye un motivo de tristeza no sólo que el objeto se pierda, como ocurre a veces por accidente, sino también que un progenitor que no comprende su importancia real lo regale a otro bebé. Algunos padres están mal acostumbrados a estos objetos y, en cuanto nace un bebé, se apresuran a colocar junto a él el objeto de transición tradicional en la familia, esperando que tenga el mismo efecto que con el bebé anterior. Como es natural, muchas veces resultan frustrados, pues el objeto que aparece en esta forma no siempre tiene idéntica significación para el nuevo bebé. Es fácil ver que esta manera de presentar un objeto encierra peligros pues, en cierto sentido, priva al niño de la oportunidad para crear. [203]

A veces es muy útil que una criatura pueda utilizar algún objeto de la casa, algo a lo que pueda dar un nombre y que a menudo llega a ser casi parte de la familia. De ahí surge el eventual interés del niño por las muñecas, otros juguetes y los animales.

Se trata, sin duda, de un tema de enorme importancia para los padres. No es necesario que sean psicólogos para obtener grandes beneficios de la observación cuidadosa de una línea de desarrollo de tales apegos y técnicas en esta área intermedia característica de cada uno de sus hijos. [204]

11

Apoyo a los padres normales

Si me ha seguido hasta aquí, habrá comprobado que mi intención es decir algo positivo. No he mostrado la manera de superar las dificultades ni he indicado qué debe hacerse cuando los niños dan signos de ansiedad o cuando los padres discuten delante de los hijos, sino que he tratado de dar una pequeña ayuda a los sólidos instintos de los padres normales, aquellos que tienen probabilidades de crear y mantener una familia de niños sanos. Podría decirse mucho más, pero éste es mi intento.

Cabe preguntar: ¿por qué molestarse en hablar a personas que hacen las cosas bien, cuando sin duda son los padres con dificultades los que más ayuda necesitan? Bueno, trato de no dejarme abrumar por el hecho innegable de que existen serios problemas aquí en Inglaterra, en Londres, en el barrio en que está el hospital donde trabajo. Conozco demasiado bien la situación y la ansiedad y la depresión prevalecientes. Pero mis esperanzas se fundan en las familias sanas y estables que también veo a mi alrededor, familias que constituyen la única base para la estabilidad de nuestra sociedad en las próximas décadas.

También cabe preguntar: ¿por qué preocuparse por las familias sanas que, según usted, existen, y en las que basa sus esperanzas? ¿Acaso no pueden arreglarse solas? Pues bien, tengo buenas razones para proporcionarles una [205] ayuda activa: existen tendencias a la destrucción de estas cosas buenas. No es en modo alguno prudente suponer que lo bueno está libre de ataques; antes bien, la verdad es que siempre es necesario defender lo mejor para que sobreviva a su descubrimiento. Siempre existe el odio hacia lo bueno, y el temor de lo bueno, en gran parte inconsciente y capaz de aparecer en forma de interferencias, reglamentaciones mezquinas, restricciones legales y toda clase de tonterías.

No quiero decir que la política oficial sea dictatorial o paralizante con respecto a los padres. En Inglaterra, el Estado se esfuerza por dar a los padres libertad de elección, de aceptar o rechazar lo que el Estado ofrece. Desde luego, se deben registrar nacimientos y muertes, informar sobre determinadas enfermedades infecciosas y enviar a los niños a la escuela entre los 5 y los 15 años. Y los varones y las niñas que violan la ley del país deben someterse, junto con sus padres, a las sanciones correspondientes. Sin embargo, el Estado proporciona gran cantidad de servicios que los padres pueden utilizar o no. Para mencionar unos pocos: jardines de infantes, vacunación antivariólica, inmunización contra la difteria, dispensarios pre y posnatales, aceite de hígado de bacalao y jugos de frutas, tratamiento dental, leche barata para los niños en edad preescolar y leche en las escuelas para los niños mayores; estos servicios son gratuitos y no obligatorios. Todo lo cual sugiere que, en Inglaterra, el Estado reconoce actualmente que una buena madre es el mejor juez de lo que conviene a su propio hijo, cuando está informada sobre los hechos y conoce las necesidades.

La dificultad consiste en que quienes se encargan de administrar estos servicios públicos no tienen la misma confianza en la capacidad de la madre para comprender a su hijo menor que cualquier otra persona. Médicos y enfermeras quedan a menudo tan mal impresionados por [206] la ignorancia y torpeza de algunos padres, que no perciben la sabiduría de los otros. O quizá la notoria falta de confianza en las madres surja de la formación especializada de médicos y enfermeras, quienes poseen conocimiento experto del cuerpo en la enfermedad y la salud, pero que no están necesariamente calificados para comprender toda la tarea de los padres. Cuan fácil les resulta pensar, cuando una madre rechaza su consejo experimentado, que lo hace por testarudez, cuando en realidad sabe muy bien que sería nocivo para su bebé permanecer en un hospital lejos de ella en la época del destete, o que su hijo tiene que saber mucho más sobre el mundo antes de que se lo lleven a un hospital para circuncindarlo, o que la extremada nerviosidad de su hija la torna inadecuada para inyecciones e inmunizaciones (a menos que realmente haya una epidemia).

¿Qué puede hacer una madre si está preocupada por la decisión del médico de extraerle las amígdalas a su hijo? No hay duda de que el médico sabe mucho sobre las amígdalas, pero a veces no logra hacer sentir a la madre que realmente comprende cuan serio es operar a un niño que se siente bien en ese momento y que, además, es demasiado pequeño como para explicarle lo que ocurre. La madre sólo puede aferrarse a su creencia de que es necesario evitarlo en la medida de lo posible, o bien, si cree en su instinto porque está informada sobre el desarrollo de la personalidad infantil, puede exponer su punto de vista al médico y desempeñar un papel en la toma de una decisión. Un médico que respeta el conocimiento especializado de una madre no tendrá dificultades en ganarse su respeto por su propio conocimiento especializado.

Los padres saben que es necesario proporcionar a sus pequeños un medio simplificado, y que lo necesitan hasta que están en condiciones de comprender el significado de [207] las complicaciones y, por lo tanto, de tolerarlas. Llega un momento en que el hijo puede soportar la pérdida de sus amígdalas, si realmente es necesario extirparlas, sin daño para el desarrollo de su personalidad, e incluso puede encontrar interés y placer en su experiencia hospitalaria, y en el sentimiento de superioridad que ella puede proporcionarle. Pero la elección de ese momento depende no sólo de la edad del niño, sino también de sus características personales, y eso sólo puede determinarlo quien está en íntimo contacto con él, como su madre, aunque no cabe duda de que un médico puede ayudarla a tomar la decisión.

El Estado se muestra sin duda prudente en su política de educación no obligatoria de los padres; el paso siguiente sería la educación de quienes tienen en sus manos la administración de los servicios públicos y el logro de un mayor respeto por parte de aquéllos hacia los sentimientos de la madre corriente y su conocimiento instintivo en lo que se refiere a sus propios hijos. En este sentido, la madre es una especialista y, si la voz de la autoridad no le inspira mucho temor, demostrará que sabe muy bien qué conviene o no a sus hijos.

Todo aquello que no concuerde específicamente con el criterio de que los padres son personas responsables será, a la larga, nocivo para el núcleo mismo de la sociedad.

Lo significativo es la experiencia individual del desarrollo desde que se nace y a través de la infancia y la adolescencia, en una familia que continúa existiendo y que se considera capaz de hacer frente a sus propios problemas locales, los problemas del mundo en miniatura. En miniatura, sin duda, pero no menores en cuanto a la intensidad

de sentimientos y a la riqueza de la experiencia, sino sólo en el sentido, muy poco importante, del grado de complejidad.

Si lo que he escrito hasta ahora logra aunque más no sea [208] estimular a otros para que realicen una obra superior a la mía, apoyen a la gente en general y le den razones reales y verdaderas que justifiquen sus buenos sentimientos instintivos, me daré por satisfecho. Hagamos todo lo posible, como médicos y enfermeras, por los enfermos del cuerpo y de la mente y dejemos que el Estado haga todo lo posible por aquellos que, por un motivo u otro, quedan desvalidos y necesitan cuidado y protección. Pero en ningún momento olvidemos que, afortunadamente, hay hombres y mujeres normales, en especial entre los miembros menos "ilustrados" de la comunidad, que no tienen miedo de los sentimientos, y cuyos sentimientos no deben inspirarnos temor. Para sacar a luz lo mejor que hay en los padres, debemos otorgarles plena responsabilidad en lo que es su tarea específica, la formación de su propia familia. [209]

Postscriptum

La contribución de la madre a la sociedad

Supongo que todo el mundo tiene un interés fundamental en la vida, un profundo y poderoso impulso hacia algo. Si se vive lo suficiente como para que sea posible mirar hacia atrás, se puede distinguir una apremiante tendencia que ha integrado las diversas y variadas actividades de la propia vida privada y la propia carrera profesional.

En mi caso, puedo ya percibir qué importante papel ha desempeñado en mi trabajo el anhelo de encontrar y apreciar a la buena madre común. Sé que la importancia del padre no es menor y, sin duda, el interés por la tarea materna incluye un interés por el padre y por el papel vital que desempeña en el cuidado de los hijos. Pero yo he experimentado la profunda necesidad de hablar a las madres.

Tengo la impresión de que algo falta en la sociedad humana. Los niños crecen y se convierten, a su vez, en padres y madres, pero, en general, nunca llegan a saber y a reconocer exactamente qué hicieron sus madres por ellos en el comienzo. El motivo es que el papel de la madre ha empezado a percibirse hace muy poco. Pero quisiera poner en claro algunas cosas que de ningún modo ha sido mi intención dar a entender.

No quiero decir que los niños deban agradecer a sus padres por haberlos concebido; sin duda, pueden confiar [211] en que su llegada significó una cuestión de placer y satisfacción mutuos. Es evidente que los padres no pueden esperar agradecimiento por la existencia de un hijo: los bebés no piden nacer.

Hay otras cosas que no he querido dar a entender. Por ejemplo, no afirmo que los hijos tengan ninguna obligación para con sus padres por su cooperación en la tarea de mantener un hogar y resolver los asuntos familiares, si bien es posible que pueda surgir un sentimiento de gratitud. Los padres normales forman un hogar y se mantienen unidos, con lo cual proporcionan la ración básica de cuidado infantil y aseguran un marco dentro del que cada niño puede gradualmente encontrarse a sí mismo y al mundo, y establecer una relación activa entre ambos. Pero los padres no esperan agradecimiento por esto; obtienen sus recompensas a su modo, y antes que gratitud prefieren ver a sus hijos crecer y convertirse, a su vez, en padres y constructores de hogares. Las cosas podrían enfocarse desde el ángulo opuesto. Los hijos tienen derecho a acusar a sus padres cuando, después de traerlos al mundo, no les proporcionan la debida iniciación en la vida.

En los últimos cincuenta años, el valor del hogar se ha ido reconociendo cada vez más. Los efectos de los malos hogares hicieron inevitable tal valoración. Conocemos algunas de las razones por las cuales esta larga y agotadora tarea, la de criar hijos, es

digna de realizarse y, de hecho, creemos que proporciona la única base real para la sociedad y la única fuente para la tendencia democrática en el sistema social de un país.

Pero el hogar es responsabilidad de los padres, no del niño. Quiero destacar particularmente que no le pido a nadie que manifieste gratitud. Lo que me interesa en especial no es el momento de la concepción ni el de la formación de un hogar. Lo que me preocupa es la relación [212] de la madre con su bebé poco antes del nacimiento y en las primeras semanas y meses posteriores a éste. Quiero llamar la atención hacia la inmensa contribución al individuo y a la sociedad que la madre sana, con el apoyo de su esposo, hace al comienzo, y ello *simplemente por el hecho de amar a su hijo*.

¿Quizá la inmensidad misma de la contribución que hace la madre que se dedica exclusivamente a su hijo es lo que impide su reconocimiento? Si tal contribución se acepta, ello significa que todo individuo sano, todo individuo que se siente una persona en el mundo, significa algo, toda persona feliz tiene una deuda infinita con una mujer. En la época en que, como bebé, esa persona nada sabía acerca de la dependencia, había una dependencia absoluta.

Permítaseme destacar una vez más que el resultado de tal reconocimiento no será gratitud, y ni siquiera alabanza; el resultado será una disminución del temor. Si nuestra sociedad se demora en conocer plenamente esa dependencia que constituye un hecho histórico en la etapa inicial de desarrollo de todo individuo, se mantendrá un obstáculo tanto para el progreso como para la regresión, un obstáculo basado en el miedo. Si no hay un verdadero reconocimiento del papel de la madre, quedará siempre un vago temor a la dependencia. Ese temor asumirá a veces la forma del temor a las mujeres, o a una mujer en particular, y otras veces formas más difíciles de reconocer, pero que siempre incluyen el miedo a nacer.

Por desgracia, el temor a la dominación no mueve a los grupos humanos a evitarla; por el contrario, los impulsa hacia una dominación específica o elegida. Sin duda, si se estudiara la psicología del dictador, se encontraría por cierto que, en su propia lucha personal, el dictador trata de controlar a la mujer cuyo dominio teme inconscientemente, [213] de controlarla circundándola, actuando por ella y exigiendo, a su vez, total sometimiento y "amor".

Muchos estudiosos de la historia social han creído ver en el temor a las mujeres una poderosa causa de la conducta aparentemente ilógica de los seres humanos que forman grupos, pero pocas veces se ha rastreado ese temor hasta sus raíces. Si se lo hiciera en la historia de cada individuo, se vería que el temor a las mujeres es el temor a reconocer el hecho de la dependencia. Por lo tanto, existen sólidos motivos sociales para alentar la investigación de las más tempranas etapas en la relación madre-hijo. Por mi parte, me he visto impulsado a averiguar todo lo posible acerca del significado de la palabra devoción y a hacer un reconocimiento plenamente informado y sentido a mi propia madre. En este caso la posición del hombre es más difícil que la de la mujer, pues no puede reconciliarse con la madre convirtiéndose, a su vez, en madre. No tiene otra alternativa que llegar tan lejos como pueda en una toma de conciencia de la tarea realizada por su madre. El desarrollo de rasgos maternos como parte de su carácter no va demasiado lejos y la femineidad en un hombre resulta ser un desvío de los principales aspectos.

Para el hombre que debe encarar este problema, una de las soluciones consiste en tomar parte en un estudio objetivo del papel de la madre, en especial del papel que desempeña al comienzo.

En la actualidad suele negarse la importancia de la madre en las primeras épocas de la vida del niño, y se afirma, en cambio, que en ese período sólo se necesita una técnica del cuidado corporal, por lo cual una buena niñera resulta igualmente eficaz. Incluso existen madres (espero que no en este país) a quienes se les dice que *deben* encargarse del cuidado de sus hijos, lo cual significa la negación extrema de que esa actitud surja naturalmente [214] del hecho de ser madre. Con frecuencia ocurre que, poco antes de que se alcance la comprensión de algún problema, hay una etapa de negación, o ceguera, o de no querer ver deliberadamente, tal como el mar se aparta de la arena antes de arrojar sobre ella la ola atronadora.

La pulcritud administrativa, los dictados de la higiene, un loable fomento de la salud corporal, y muchos otros factores de este tipo, se interponen entre la madre y el bebé, y es muy improbable que las madres mismas decidan unir sus esfuerzos para protestar contra toda intervención. Alguien debe ayudar a las madres jóvenes que tienen su primero o segundo bebé y que necesariamente se hallan también en una situación de dependencia. Hay que suponer que ninguna madre de un recién nacido se declarará en huelga contra médicos y enfermeras, por frustrada que se sienta, porque su actitud es muy distinta.

Las charlas y los ensayos que constituyen la primera parte de este libro están dirigidos en primer lugar a las madres, pero no es probable que las madres jóvenes, a quienes más atañen, los lean. No deseo alterar esa situación. No puedo suponer que las madres jóvenes necesiten saber qué es lo que hacen cuando descubren que gozan cuidando de sus propios hijos. Como es natural, temen que los textos informativos puedan arruinar su placer y su experiencia creadora, el elemento esencial para la satisfacción y el crecimiento. La madre joven necesita protección e información, y el asesoramiento que la ciencia médica esté en condiciones de ofrecerle acerca del cuidado corporal y la prevención de accidentes evitables. Necesita un médico y una enfermera conocidos y dignos de confianza. Necesita, asimismo, el amor de un marido y experiencias sexuales satisfactorias. No; la madre joven no suele aprender de los libros. No obstante, he mantenido la forma de una charla dirigida a las madres jóvenes porque ello [215] obliga a una disciplina. Quien escribe sobre la naturaleza humana necesita algo que lo impulse constantemente hacia un lenguaje simple y lo aparte de la jerga del psicólogo, por valiosa que ésta pueda ser en las contribuciones a las publicaciones científicas. Es probable que quienes hayan pasado ya por la experiencia de la maternidad y que, por lo tanto, pueden permitirse echar una mirada retrospectiva, sientan interés por leer lo dicho de esta forma y puedan ayudar en lo que tanto se necesita actualmente, es decir, proporcionar apoyo moral a la madre normal, educada o no, inteligente o limitada, rica o pobre, y protegerla de todos y de todo lo que se interponga entre ella y su bebé. Uniremos fuerzas al hacer que la relación emocional entre la madre y su bebé comience y se desarrolle naturalmente. Esta tarea colectiva significa una extensión del papel del padre, de su papel al comienzo, cuando su esposa gesta, da a luz y amamanta a su hijo, antes que el niño pueda necesitar de él en otros sentidos. [216]

También publicado por Paidós

LOS BEBES Y SUS MADRES

DONALD W. WINNICOTT

Escrito en un estilo accesible y estimulante, este libro será de gran ayuda para los padres y para todos aquellos que deban ocuparse de niños pequeños.

Los bebés y sus madres aborda los problemas fundamentales de la primera infancia, al tiempo que reúne las más maduras reflexiones de Winnicott sobre la relación de las madres con sus bebés y sobre los procesos psicológicos que tienen lugar en estos últimos cuando nacen o en sus primeros meses de vida. Winnicott analiza las necesidades mínimas de todo bebé, la lactancia natural como primer diálogo y «material para los sueños», el psicoanálisis y la obstetricia, los primeros signos de la personalidad y la naturaleza de la comunicación no verbal de la díada madre-lactante, poniendo de manifiesto permanentemente su enorme respeto por la madre.

Donald Woods Winnicott, pediatra y psicoanalista británico (1896-1971), fue presidente de la Sociedad Psicoanalítica Británica en dos ocasiones (1956-1959 y 1965-1968) y se interesó especialmente por las implicaciones de la relación madre-lactante. Además de sus trabajos teóricos especializados, expone también, mediante un lenguaje accesible tanto a padres como a educadores, la concepción psicoanalítica de la infancia en libros ya célebres como *Conozca a su niño* (Paidós) o el que aquí presentamos: *Los bebés y sus madres*.

También publicado por Paidós

CONVERSANDO CON LOS PADRES
Aciertos y errores en la crianza de los hijos
D. W. WINNICOTT

Entre 1939 y 1962, Donald Winnicott dio alrededor de cincuenta charlas radiofónicas por la British Broadcasting Corporation, casi todas ellas dirigidas a los padres. Una selección de esas charlas sirvió de base a dos compilaciones que tuvieron amplia difusión.

En el presente volumen se reúnen todas las charlas posteriores a 1955, en su mayor parte inéditas hasta la fecha. En ellas Winnicott aborda problemas fundamentales de la infancia, por ejemplo la relación del bebé con la madrastra, su costumbre de chupar ropa u objetos de tela, la necesidad de imponerle prohibiciones, los celos, la seguridad y las tensiones en la edad pre-escolar...

Donald W. Winnicott (1896-1971), pediatra y psicoanalista, fue presidente de la Sociedad Psicoanalítica Británica en dos ocasiones (1956-1959 y 1965-1968). Entre sus numerosos libros se cuentan *Conozca a su niño*, *Los bebés y sus madres*, *El gesto espontáneo*, *Deprivación y delincuencia* y *Exploraciones psicoanalíticas*, todos ellos publicados en castellano por Paidós.

También publicado por Paidós

ENTRE LA TOLERANCIA Y LA DISCIPLINA

MARTIN HERBERT

He aquí un enfoque práctico y positivo de la educación de los niños y adolescentes, que puede ayudar a que muchas familias se liberen de las tensiones y sean capaces de convivir pacíficamente en un ambiente sano y equilibrado. En efecto, Martin Herbert proporciona un esquema de reglas a la vez firmes y comprensivas con el fin de que padres e hijos elaboren sus propias orientaciones y formas de control común. En este sentido, el autor promueve la disciplina como algo útil y necesario: una mezcla de orientación, cooperación y protección sin la cual los niños no pueden crecer de la forma adecuada, y los padres se ven abocados a la indecisión y al fracaso; pero también un proceso educativo que debe aprenderse minuciosamente, que debe incluir el autocontrol y la negociación para que el buen comportamiento generado valga realmente la pena. Basándose en experiencias recopiladas durante los años en que trabajó con grupos familiares, Martin Herbert aplica sus ideas a niños de todas las edades, prestando, sin embargo, una especial atención a las preocupaciones de los padres de adolescentes y a la influencia de la televisión. Con todo ello, acaba consiguiendo un libro tranquilizador, sensato y, por encima de todo, útil. Martin Herbert es profesor de psicología clínica en la Universidad de Leicester.