

COMENTARIO LIBRO

COMMENTED BOOK

## EL PODER DE LAS ETIQUETAS

Natàlia Fort<sup>1</sup>, Anaïs Orobitg<sup>2</sup>

<sup>1</sup>(SPMIJ).CSPT. Sabadell.

<sup>2</sup>CREIX. Barcelona.

En la actualidad es importante tener en cuenta que los niños, al igual que los adultos, tienen necesidades fisiológicas, afectivas, cognitivas y sociales y que para poder cubrir las, precisan de las personas de su entorno. Los más pequeños requieren de manera directa de los padres para poder crear relaciones emocionales estables y sanas siendo el modelo familiar basado en los buenos tratos, la cercanía y la estima el más adecuado para potenciar el desarrollo de los hijos.

En el libro se muestra la trascendencia de las etiquetas llegando al punto de poder condicionar nuestros pensamientos, conductas y emociones. Cuando se etiqueta a un niño, nuestras expectativas sobre él y su comportamiento se ven influenciadas por la misma, provocando que les proporcionemos un trato diferenciado en función de si ésta tiene connotación positiva o negativa. Ello a su vez también implica la aceptación e interiorización por parte del niño corroborando, sin ser cons-

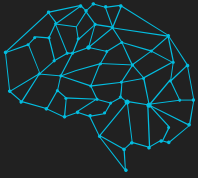
LEER



ISSN 2565-0564

Psicosom. psiquiatr. 2020;14:78-79

78



ciente, nuestra percepción inicial sobre él. Este fenómeno se ve acentuado por la sociedad en la que vivimos donde se premia la inmediatez, la comodidad y el individualismo provocando que nos resulte más sencillo dejarnos llevar por los automatismos sin prestar atención a nuestras verbalizaciones, conductas y sus consecuencias para los demás. Por otro lado, también se expone lo difícil que resulta poder eliminar o modificar una etiqueta ya impuesta, a pesar de que los motivos iniciales que la promovieron ya no existan. Ello comporta una señalización y encasillamiento del niño de por vida ya que el hecho de que se arraigue tanto en su personalidad y entorno, favorece su estabilidad y permanencia tras el paso del tiempo.

Es por este motivo que Alberto Soler y Concepción Roger\* proponen evitar poner el foco de atención en las carencias de los más pequeños enseñándoles recursos y habilidades que les ayuden a actuar de manera adecuada en situaciones de conflicto para ellos, y así compensar en cierto modo las críticas y juicios recibidos. Los autores se presentan de forma cercana al público ayudándose de un lenguaje claro, preciso y sencillo y exponiendo ejemplos de la vida cotidiana que suceden en la gran mayoría de las casas. Asimismo, unen experiencias y vivencias propias con fundamentación teórica científica mediante la exposición de experimentos y estudios realizados a lo largo de los años. Por último, remarcar que también se incluyen recomendaciones extras por si se desea profundizar en mayor medida sobre el tema tratado en cada capítulo.

El libro consta de un prólogo elaborado por Álvaro Bilbao, una introducción, 12 capítulos, un epílogo y agradecimientos. El primer capítulo se centra en la distinción entre derechos, necesidades y caprichos de los niños y a partir del segundo ya

se expone la relevancia e implicación que conlleva el etiquetaje para ellos enumerando y desarrollando las etiquetas más utilizadas a día de hoy, que son las siguientes: niños desobedientes, tiranos, consentidos y malcriados, mentirosos, dependientes, princesas y guerreros (exhibiendo las diferencias de género), celosos, como el perro y el gato (en referencia a la relación entre hermanos), miedosos y, finalmente, mal comedores y glotonos. En ellos se proponen a los padres diversas estrategias y consejos para contrarrestarlas y crear un mejor vínculo familiar.

Los autores ponen por tanto de manifiesto que, a pesar de que la utilización de expresiones y etiquetas nos resulten cómodas a la hora de expresarnos, deberíamos reflexionar sobre cómo éstas pueden condicionar a los más pequeños por el hecho de que están en una etapa vital esencial en la que construyen su auto concepto y las bases de su autoestima basándose en los mensajes expuestos por las personas significativas de su entorno, sobre todo los padres. Para poder limitar así su influencia y posibles afectaciones futuras, sería conveniente que los adultos seamos más conscientes de la forma en la que nos comunicamos con ellos teniendo una mayor capacidad de autocontrol y evitando el abuso de las mismas para que no las asimilen como propias perjudicando su desarrollo.

#### BIBLIOGRAFÍA:

1. Soler, A y Roger, C. Niños sin etiquetas. 1ª ed. Barcelona: Paidós Editorial Planeta, S.A.; 2020.

**Inés Llor y Patricia Uriz**

## LA RECOMENDACIÓN

**Una buena guía para aquellos padres que quieran contribuir a mejorar la salud mental de sus hijos creando un clima familiar más sano, empático y justo.**