

Una generación de padres ansiosos

Carrie McKean

Jesús nos dijo que no nos preocupáramos, pero la preocupación es la norma de nuestra cultura. Está dañando a nuestros hijos.



Mientras mi hija colgaba a tres metros del suelo, con las piernas enroscadas en el grueso y liso tronco de una enredadera en medio de la selva de Belice, me puse debajo de ella y pensé en lo lejos que estaba de tierra firme, de una carretera asfaltada y del hospital más cercano.

Ni es necesario decir que esto no estaba en mis planes del día. Estábamos visitando una pequeña aldea en un viaje misionero al oeste de Belice con amigos de nuestra iglesia que llevan más de una década viniendo anualmente al mismo pueblo. Nuestra tarea consistía en ayudar en la escuela del pueblo, apoyar proyectos de desarrollo comunitario, compartir el amor de Jesús y profundizar en la amistad con personas que viven en un contexto cultural totalmente distinto al nuestro.

Fue esta última parte la que subió a mi hija al árbol. Dimos un paseo matutino para ver unas ruinas mayas poco conocidas, pero nos desviamos

a un curso de aventura en la selva sin arneses de seguridad dirigido por Julio, nuestro amigo local que usaba Crocs y a quien claramente no le parecía preocupante dejar que una niña escalara libremente.

En casa, en Estados Unidos, estamos constantemente preocupados por nuestros hijos. Está bien documentado y generalmente aceptado que los [teléfonos inteligentes](#), [las redes sociales](#) y la falta de [independencia](#) y [juego libre](#) en la [infancia](#) contribuyen a crear lo que el psicólogo social Jonathan Haidt denominó una [«generación ansiosa»](#). Pero en todo este lamento colectivo, tendemos a pasar por alto un problema estrechamente relacionado e igualmente generalizado: la ansiedad parental descontrolada y socialmente normalizada y el estilo de crianza asfixiante que produce.

No hay nada nuevo bajo el sol, y estoy seguro de que, hasta cierto punto, eso es cierto en el caso de las preocupaciones de los padres. A lo largo de los siglos, los padres han temido perder a sus hijos por enfermedad, accidente o violencia. Ahora mismo, mientras yo me preocupo por las pruebas del equipo de voleibol y los nervios del primer día de colegio, las madres de todo el mundo se preocupan por las bombas y las balas, el hambre y los frentes.

El problema de los relativamente cómodos, como nosotros, parece ser qué hacemos con nuestras preocupaciones. Nuestras estrategias de crianza consiguen calmar nuestros propios miedos, pero eso no significa que satisfagan las necesidades de desarrollo de nuestros hijos. Le quitamos el poder a nuestros hijos en lugar de ayudarles a convertirse en adultos competentes y seguros de sí mismos. Renombramos la hiper preocupación como prueba de amor y tratamos nuestra búsqueda de seguridad y tranquilidad como nata sobre chocolate caliente: Si un poco es bueno, seguro que más será mejor.

Por ejemplo, a pesar de las diferencias políticas y sociales, los padres se encuentran entre los [más fieros opositores](#) a la prohibición de los teléfonos inteligentes en las escuelas, a pesar de la [montaña de pruebas](#) que nos dicen que están perturbando la educación. ¿La razón? Seguridad y facilidad. Los teléfonos inteligentes nos dan la posibilidad, hasta ahora inimaginable, de saber dónde están nuestros hijos en cada momento. Nos imaginamos rescatándolos de un tiroteo en la escuela o, lo que es mucho

más realista, rescatándolos de las consecuencias de una lonchera olvidada.

Y los teléfonos no lo son todo. Amontonamos una precaución sobre otra: las uvas cortadas por la mitad y los arneses de cinco puntos dan paso al [seguimiento de AirTag](#) y a la [comprobación compulsiva de las notas](#). Con todo lo que hacemos, arreglamos y nos preocupamos, les decimos sin querer a nuestros hijos que el mundo es un lugar peligroso en el que no están preparados para desenvolverse sin nuestra ayuda constante.

Pero nos equivocamos en la búsqueda de la seguridad. Más *no* es mejor. Tenemos una generación de niños ansiosos [en parte porque](#) somos una [generación de padres ansiosos](#). Por muy buenas que sean nuestras intenciones, hemos perjudicado a una generación porque nuestros calibradores de riesgo no funcionan. Nos precipitamos en busca de [protección frente a peligros poco frecuentes](#) sin prestar atención a la cascada de [consecuencias nefastas, mucho más probables](#), que nuestra propia paternidad ha creado.

En algunos casos, corregir el rumbo puede requerir ayuda profesional para controlar nuestra propia ansiedad. Pero más allá del ámbito clínico hay una ansiedad más común, el tipo de preocupación crónica que todos los padres modernos hemos visto, ya sea en nosotros mismos o en nuestros iguales. Y en esto, la mayoría de los cristianos occidentales no se diferencian del mundo.

Somos tan ansiosos como nuestros vecinos seculares, y nuestra forma de criar a los hijos es igual de cautelosa. Esta realidad debería hacernos reflexionar, teniendo en cuenta todo lo que dijo Jesús sobre las aves del cielo y los lirios del campo (Mt. 6:25-34). Lo que nosotros llamamos cautela, Dios puede llamarlo pecado: un clamor por el control y un rechazo a confiar en Dios con los hijos que nos ha confiado.

Esta cuestión también es diferente para los cristianos porque podemos reconocer lo que otros padres no pueden: que, en el fondo, el reto al que nos enfrentamos es mucho más espiritual y existencial que práctico y de procedimiento.

Lo sé de primera mano. Mi hija mayor ha empezado este mes el octavo curso en su instituto público. Recibo los correos electrónicos de bloqueo de

su campus. Cada mañana, la veo entrar en el edificio junto a todos esos niños que llevan cargas invisibles y Dios sabe qué más en sus mochilas, y tengo que tragarme el miedo. Tengo que rechazar los pensamientos intrusivos que sugieren que esta puede ser la última vez que la vea.

A medida que mis hijas crecen y sus vidas se alejan cada vez más de mi órbita y se adentran en un mundo de desorden y caos, a veces me despierto en mitad de la noche, con el corazón palpitante, sintiéndome como si estuviera al borde de un precipicio, agarrando las manos de mis hijas para que no se caigan. A la luz racional del día, sé que no hay forma de planificar mi salida de todas las formas en que la tragedia o las dificultades podrían visitar a nuestra familia. Sin embargo, en lo más profundo de esas noches, parece que no puedo dejar de intentarlo.

Dos cosas pueden ser ciertas al mismo tiempo: Estas ansiedades que interrumpen el sueño son reales y profundas, y, como cristianos, no tenemos que dejarnos consumir por ellas.

Nosotros debemos empezar por confesarnos. La ilusión del control es un elixir encantador, pero nunca nos satisfará. Debemos admitir que sabemos que esto es cierto y que, de todos modos, hemos perseguido el control. Quizá esta sinceridad nos haga estar más dispuestos a acudir a Jesús.

«**En este mundo afrontarán aflicciones**» (Juan 16:33). En su último sermón terrenal, Jesús hizo esta promesa a sus discípulos. También es para nosotros. No es un versículo que aparezca en las placas de las librerías cristianas, pero quizá debería. Corremos el riesgo de ignorar las promesas de Dios sobre el llanto, el luto y la tristeza en este mundo.

Dedicar tanto tiempo y preocupación a tratar de evitar los problemas no sólo es poco realista, sino que supone rechazar la invitación de Cristo a confiar en la esperanza que Él ofrece, sean cuales sean nuestras circunstancias. Es un rechazo del resto de este mismo versículo:

«**¡anímate!**» ordena Jesús. «**Yo he vencido al mundo**».

Pero, ¿qué significa confiar y animarse? Debemos acompañar nuestra confesión con un arrepentimiento real. Debemos rendirnos y afrontar cada día, pase lo que pase, con la confianza de los pequeños que saben que su Padre da buenos regalos (Lucas 11:13).

Esta es la primera lección de paternidad en la vida de Jesús, dada en la oración de María al enterarse de que dará a luz al Hijo de Dios: «**Hágase en mí según tu palabra**» (Lucas 1: 38). Se trata de una «verdadera oración de indiferencia», dice la pastora y escritora Ruth Haley Barton, en la que María demuestra una «profunda disposición a dejar de lado sus preocupaciones personales para participar en la voluntad de Dios que se desarrolla en la historia humana».

Este tipo de santa indiferencia no significa desinterés, sino disposición a aceptar la voluntad de Dios en nuestras vidas. El término **se remonta** al teólogo del siglo XVI Ignacio de Loyola, pero el concepto tiene profundas raíces bíblicas. Lo vemos en la renuncia de Ana a su hijo Samuel en el templo (1 Sam. 1:28) y en Jesús en el huerto de Getsemaní (Mt. 26:39). Como aconseja Barton, a veces una oración *de* indiferencia debe comenzar con una oración *por* la indiferencia, pidiendo a Dios que nos ayude a aflojar nuestro agarre a lo que queramos sujetar con demasiada fuerza.

En Belice, escuché la voz calmada de Julio mientras guiaba el descenso de mi hija por la enredadera. «Suéltate», le dijo, animándola a deslizarse por la enredadera, aunque aún no pudiera ver dónde aterrizarían sus pies. Fue como si sus palabras me despertaran de repente. Suéltate. Suéltate. Suéltate.

Julio no era quien estaba exponiendo a mi hija a un riesgo y una preocupación desmesurados. Era yo quien lo hacía, al darle una vida de experiencias cuidadas y responsabilidades limitadas, al cambiar las aventuras de la vida real por las de Internet, al convertir en un hábito la vigilancia diaria, la ayuda maternal y los recordatorios casi constantes de que tuviera cuidado. Querido Jesús, ayúdame a soltarme.

Al verlos a los dos, me di cuenta de que lo mejor que podía hacer en ese momento era controlar mi propia energía nerviosa. Y cuando contrasto ese momento con la vida en casa, cada vez estoy más convencida de que eso es lo que nuestros hijos necesitan de nosotros. Cuando mi hija volvió a poner los pies en el suelo, vi que algo nuevo brillaba en sus ojos. Era una chispa de logro y confianza, pensé, después de que ella hubiera practicado la confianza que yo estoy rezando por aprender.

Carrie McKean es una escritora afincada en el oeste de Texas cuyo trabajo ha aparecido en The New York Times, The Atlantic y la revista Texas Monthly. Puede encontrarla en carriemckean.com.

Traducido por: Elizabeth Guevara Cabrera.