

EL PAPER DEL PEDIATRA EN L'EDUCACIÓ DELS PARES

Dr. Jordi Sasot Llevadot
jsasot@centreguia.com
Psiquiatra i Pediatra
Cap de l'Unitat de Paidopsiquiatria
(Psiquiatria i Psicologia Infanto-Juvenil)
Centre Mèdic Teknon

Introducció

Els canvis que la nostra societat ha experimentat en l'últim segle han provocat grans canvis en el model de família, en la comunicació entre pares i fills, i en conseqüència en el concepte d'educació.

Aquesta nova situació ha provocat que molts pares acudeixin a la consulta del pediatre a la recerca de resposta als seus múltiples dubtes.

El pediatre i el mestre són professionals clau de la nostra societat en aspectes educatius i el seu suport és imprescindible en l'assoliment d'una satisfactòria salut mental en la infància i adolescència.

Els pares actuals es troben habitualment sols davant els problemes educatius dels seus fills i busquen l'opinió de qui els inspire confiança, en comprovar amb preocupació com la seva harmonia familiar s'altera, i en ocasions de forma molt complexa, davant les exigències i conflictes dels seus fills. Tot això també condicionat pels nous models educatius en una societat en la que en els últims anys s'ha passat d'un model autoritari a un altre essencialment tolerant i permissiu.

Així mateix la desorientació dels pares no és aliena al desconcert educatiu de la pròpia escola, en un país amb una de les principals taxes europees de fracàs escolar.

En la meua experiència clínica com a pediatre i psiquiatre i recordant el meu període inicial pediàtric puc avui entendre com darrere de moltes demandes per alteracions del pes o febrícula de etiopatogènia desconeguda hi havia una demanda subliminal dels pares, la meua falta d'experiència m'impedia comprendre una disfunció emocional o afectiva de causa moltes vegades psicoeducativa responsable d'una falsa demanda organicista.

El pediatre té en conseqüència un paper rellevant en l'educació dels pares, educació que no sempre apareix en la demanda de consulta, però que és sempre inherent a ella.

Quins són els errors educatius de les famílies actuals?

El comportament infantil és conseqüència del modelat educatiu dels seus educadors, fonamentalment dels seus pares. També influeix la pròpia càrrega genètica del nen, variable que condiciona el propi temperament i amb això la seva conducta i gestió adaptativa i emocional.

Els pares i els mestres amb la seva educació "modelen" les variables innates del propi nen. Una tasca educativa equivocada pot provocar en la majoria dels casos alteracions del comportament.

Quins són els errors educatius de les famílies actuals? Quines són les principals actituds educatives que poden generar amb més facilitat trastorns del comportament en el fills?. Conèixer aquestes variables, que en cada família poden constituir un model educatiu, és bàsic per entendre el funcionament familiar i poder oferir solucions útils per als pares.

1r Actituds educatives autoritàries.

Són pares que intenten determinar fins al més mínim detall totes i cadascuna de les activitats dels seus fills, amb els que no hi ha indicacions, sinó ordres que es poden acompanyar d'amenaçes i en aquestes activitats l'opinió dels fills compte més aviat poc; no és estrany que les desqualificacions o insults siguin la norma (inútil, ximple,...), de manera que la possibilitat que aparegui el maltractament físic i/o emocional sol ser habitual. En aquests els nens es pot observar un impacte a mitjà i llarg termini, ja que interioritzen una pobra imatge de si mateixos, a l'opinar que les seves figures parentals tenen raó i que han d'obeir sense més (comentaris del tipus: "sóc dolent", "no faig cas", etc sobre la seva conducta no solen ser estranyes). De vegades aquests nens intenten reaccionar amb una certa agressivitat, adoptant una actitud individualista, tendint a desentendre el que plantegen els seus pares i intentant guardar les aparences per tal d'evitar conflictes. A llarg termini van posant en dubte l'afecte que els seus pares diuen tenir-los i acaben amb trastorns del comportament i acusant als seus pares de egoistes.

2n Actituds educatives de tipus controlador.

L'autoritarisme que s'exerceix és una mica més subtil, ja que aquests pares tendeixen a educar els seus fills segons la imatge subjectiva que tenen d'ells mateixos, no tenint en compte les opinions, gustos o preferències dels seus fills; tracten d'imposar la forma de vida que ells van tenir o bé de compensar alguna vivència d'inferioritat, per això es mostren excessivament exigents amb els seus fills per tal de mostrar els èxits assolits. Tracten de condicionar amb la seva pròpia visió del món, limitant la possibilitat que els seus propis fills vagin descobrint la seva pròpia vida i puguin construir el seu propi món. D'aquesta manera l'efecte en els fills consisteix en un temor permanent a equivocar-se., acaben per dubtar de la seva pròpia vàlua, els errors acaben per crear-los un gran sentiment de culpa, es fa malbé la seva autoestima i no aconsegueixen aconseguir les metes proposades pels seus pares. Són també nens que fàcilment presenten trastorns del comportament.

3r Actituds educatives frustrants.

Són aquelles actituds educatives dels pares que no demostren afecte ni en les quals es presta una atenció suficient cap als fills, inclouen un cert rebuig cap al fill al qual aconsegueixen rebaixar i infravalorar. El càstig per qualsevol possible o eventual relliscada sol ser la norma. L'impacte en els fills dependrà del moment en què aparegui aquesta actitud de forma manifesta, de manera que com més precoç s'estableixi aquest tipus educatiu, l'impacte serà major. Aquestes actituds són les que produeixen efectes de major gravetat en els nens, apareixent comportaments agressius, processos depressius concomitants i una greu inadaptació social.

4t Actituds educatives inconseqüents

Aquests pares canvien molt sovint d'actitud amb els seus fills, castiguen amb freqüència i, un cop imposada la sanció, es penedeixen i desdiuen, són pares que tenen importants i freqüents desacords entre ells en relació als objectius i mètodes educatius. El resultat és que apareixen com unes figures que se senten insegures i sense criteri educatiu clar en relació amb els seus fills, de manera que depenen del que senten a altres pares o en cada situació. Amb aquestes actituds els fills tenen serioses dificultats per formar-se una idea objectiva del que està bé i del que està malament, per la qual cosa es tornen emocionalment inestables, indecisos i temorosos per no saber, amb justesa, qui són.

5è Actituds educatives d'inhibició

Són aquells pares que no donen indicacions als seus fills sobre el camí a seguir, cada un organitza el seu estil de vida i el modifica quan ho creu pertinent, sense donar compte als altres del context familiar. Són figures parentals que no intervenen en els conflictes que es plantegen amb els seus fills (no són capaços de discernir quan i com sol·licitar un suport o ajuda educativa i mai jutgen al nen, són pares amb por davant els possibles traumes o frustracions que la manca de llibertat pogués generar en els seus fills.

Els fills d'aquest patró educatiu presenten dificultats evidents per poder orientar la seva pròpia vida i poder anar descobrint el sentit de les relacions i de les coses de la seva existència, de manera que fàcilment generen trastorns del comportament.

6è Actituds educatives sobreprotectores

Aquest tipus de pares considera els seus fills com uns éssers febles, incapaços i inexperts, de manera que no permeten als seus fills l'assaig de respostes de forma autònoma, ho fan amb la sana intenció d'evitar al fill un perjudici ("no sap fer-ho") i pensen que "amb el temps..." ja tindran oportunitat de fer-ho sol, potser quan sigui "gran" o ells no hi siguin. Aquests fills presenten una evident i constatable absència d'iniciativa personal, amb un aparent despreocupació per les coses, estant molt pendents del context en què viuen; el que dóna com a resultat una gran inseguretats personal i una molt baixa autoestima.

Davant totes ells Quin tipus d'actituds educatives són les més aconsellables?:

Les actituds educatives assertives

Són les d'aquells pares que dediquen temps i presten atenció al comportament normal del seu fill, el que els permet destaca les conductes correctes. Són figures parentals flexibles davant els petits errors o desviacions que puguin esdevenir, de manera que castiguen o corregeixen els comportaments més desadaptats, utilitzant també el reforç positiu de les recompenses com estímul i motivació. Els nens educats en aquests ambients presenten una elevada autoestima i una notable autonomia personal, tenen iniciativa per començar noves tasques i confien en les seves possibilitats reals, el que li permet prendre decisions i es presenten com a menys dependents del context psicosocial.

Entre totes les variables esmentades , en la pràctica educativa actual hi ha dos aspectes que es troben fora de control: l'absència d'un adequat "temps educatiu" amb els fills i el desconeixement del "roll de pares".

L'absència de temps genera en alguns pares un menor coneixement dels seus fills d'acord amb un menor temps de convivència i d'observació, la qual cosa produeix molts dubtes i por d'equivocar-se, de manera que no s'assumeixen bé els errors educatius i apareixen més fàcilment el sentiment de culpa i amb ell, la sobreprotecció.

Altres pares necessiten fills perfectes, de manera que davant del menor problema es plantegen delegar les seves funcions amb tercers, amb el que inevitablement tendeixen també cap a la sobreprotecció. I que causa la sobreprotecció?: l'absència del desenvolupament d'una adequada capacitat de frustració, en altres paraules, aquests nens ja des de petits aprenen que només existeix el SI.

En altres pares el desconeixement del seu "roll" és en la majoria de les vegades involuntari, són pares sense criteri educatiu que no es plantegen objectius, per tant la seva educació és ambivalent i excessivament tolerant, modelant fills tirans. En parlar del "roll de pares" és també important parlar dels que voluntàriament dimiteixen i deleguen, són nens que també difícilment coneixen el NO.

No educar la capacitat de frustració en la infància, és en la majoria dels casos causa de trastorns del comportament.

Així mateix hi ha també un altre grup de pares que ha de ser motiu de preocupació per als professionals de la salut i de l'educació, són famílies amb fills que es troben amb relativa freqüència davant de situacions d'estrés crònic:

- 1- Pares amb antecedents personals d'haver rebut tractaments psiquiàtrics o per toxicomanies.
- 2- Pares en situació de conflicte relacional greu.
- 3- Defunció d'algun altre fill o malalties cròniques en algun dels altres fills.
- 4- Situació de pèrdua emocional amb les pròpies famílies d'origen.
- 5- Separacions o hospitalitzacions perllongades pares-fills.
- 6- Problemàtica laboral greu.

Estratègies educatives dins la família.

Parlar avui en dia de l'educació del fills, és tema prioritari, no només dins de variables de normalitat, sinó també per la seva repercussió preventiva en nens i adolescents que presenten alteracions comportamentals.

Som tots plenament conscients del determinisme genètic i com condiciona el desenvolupament del cervell, ara bé, l'educació és un fet clau que mitjançant la família pot modificar en forma significativa i favorable el desenvolupament dels nostres fills. La genètica i l'educació són cares de la mateixa moneda.

Què hem de fer, per fer-ho bé?

No és suficient tenir coneixements, sinó fonamentalment temps per educar. Tal i com deiem la manca de temps educatiu genera fàcilment sobreprotecció i un no desenvolupament de la capacitat de frustració, fet que facilita el oferir models educatius erronis basats amb l'autoritarisme o la permissivitat.

Qui educa avui en dia?

Els pares, l'escola, la televisió, internet? Potser tolerem massa un entorn en que les influències mediàtiques són decisives. Entorn mediàtic que per altra banda no resol l'educació dels hàbits ni de les actituds.

Es pot educar mitjançant receptes?

Avui, amb els professionals de la salut mental i de l'educació ens preocupa molt més saber transmetre amb els pares actituds educatives, que si són variables prioritàries, que no només tècniques o receptes educatives.

L'actitud educativa neix de l'observació i la reflexió, neix del pensament i no del mimetisme.

L'actitud educativa va lligada amb el desenvolupament de l'autoestima, que facilita l'acceptació del fills, i la disciplina, que facilita el desenvolupament de la capacitat de frustració. Tot plegat junt una satisfactòria capacitat de contenció de les ansietats per part del propis pares. Educar mai pot ser una recepta, mai es domesticar.

I finalment,.....no oblidem que eduquem més per el que som que per el que fem.

Educar la capacitat de frustració.

Educar la frustració o saber dir que No és bàsic en l'educació actual.

És millor establir un menor nombre de normes i de límits, però que es compleixin, ja que l'important no és el compliment d'una norma concreta sinó el simbolisme del que significa per als nens o adolescents el que els pares siguin acceptats com a figures d'autoritat. Castigar és necessari?, pot ser-ho o millor dit castigar també educa. Els pares ensenyen en el fons les regles de joc de la vida adulta, i el model educatiu no pot ser aliè a la realitat psicossociolaboral del nostre entorn.

Si les normes, encara que poques, no es compleixen, cal dialogar però si cal, es també correcte imposar l'autoritat i castigar.

Els càstigs son sempre millor immediats a la falta i de curta durada. Sempre s'han de complir i en la majoria de les ocasions no és necessari, en aquell moment, argumentar-los.

I si us plau, cal convèncer els pares que si s'utilitzen correctamente els càstigs, aquests són sempre extraordinariamente útils, una altra cosa és com justifiquen el seu impacte certs nens o adolescents.

Educar l'autoestima

Per comprendre l'autoestima cal conèixer primer que és l'autoconcepte. L'autoconcepte és la representació mental que cada un té de si mateix, referint-se a com ens veuen física, personal i socialment. Aquesta representació es realitza a partir de la imatge que la persona capta de si mateixa en els principals contextos en què es mou: escolar, social, familiar, etc. L'autoestima sempre facilita la sensació d'acceptació del propi nen o adolescent i amb això l'autoconfiança i la seguretat personal.

En el moment que un nen o un adolescent compara la imatge que ha anat formant d'ell mateix (en moltes ocasions condicionada pel seu entorn) amb la imatge de la persona que volia ser, comença a formar la seva autoestima. Un nen per exemple, pot pensar que té una intel·ligència normal (autoconcepte) i això li desagrada ja que la voldria tenir superior (autoestima). Si la diferència entre la imatge que es té de si mateix i la ideal és molt gran, l'autoestima és baixa, si la diferència és petita, l'autoestima serà alta. L'autoestima és també moltes vegades subjectiva, amb el que els educadors també hem de equilibrar actituds allunyades de la realitat.

Quins punts clau cal tenir cura per millorar l'autoestima?

- 1- Els pares han d'acceptar els fills. Fer-los sentir únics, valorant-los com a persona i no només pels seus èxits i competències.
- 2- Descobrir i parlar del què tenen d'especials, així per exemple: practicar l'elogi, tenint en compte les seves dificultats i el grau d'esforç que ha emprat, comentant tots els aspectes positius de la seva conducta.
- 3- Creure en ells i oferir-los confiança. Proposar responsabilitats acompanyades de supervisió, ajuda i afecte. S'ha de començar oferint responsabilitats en activitats on sapiguem que fàcilment poden aconseguir èxits.
- 4- Analitzar els missatges com a pares. Que aquests siguin positius i indiquin també el que esperem dels fills.
- 5- Utilitzar el llenguatge de l'autoestima, és a dir utilitzar un llenguatge positiu sense acusacions, humiliacions o ironies. Utilitzar el verb estar per el verb ser buscant en els nostres comentaris crítics les causes no les persones. Així per exemple, en lloc dir-li "ets un desordenat", comentar "la teva taula està desordenada".

Millorar la comunicació.

Hi ha deu aspectes a tenir en compte, deu claus que sempre obren, idees pràctiques que faciliten una adequada comunicació entre pares i fills.

1. Hem de **Recordar** als pares que van ser nens i adolescents.
2. Cal aconsellar **Observar** abans de parlar.
3. Que **Escoltar** permet comprendre.
4. **Pensar** és ser un mateix.
5. **Comunicar** és factor clau en educació.
6. **Parlar** és fàcil en els moments oportuns.
7. Cal ensenyar a **Donar suport**.
8. **Tolerar** permet madurar.
9. **Limitar** és imposar imprescindibles regles de joc.
10. I poder **Intimar** és arribar.

1. Recordar

La infància i l'adolescència són etapes de la vida que els adults també varen conèixer.

Potser les formes de la nostra societat són diferents en la seva repercussió vital, però el rerefons és tan igual al que vivim que no ens ha de plantejar cap temor. No és cert que avui en dia és més difícil educar. Potser la resposta és que fem difícil el fàcil, que compliquem l'educació mitjançant la sobreprotecció, la manca de diàleg, de temps, etc,...en el fons "l'assignatura" és la mateixa i qui no estudia, no aprova.

Els pares reviu en aquesta etapa la seva pròpia infància i adolescència. Es recorden els moments d'il·lusió i de vida intensa. No obstant això, també reviure antics sentiments pot ser dolorós, perquè surten a la llum "assignatures pendents". Es recorden vells desitjos no aconseguits i es lamenten antics errors. En aquest sentit, encara que sense precisió, es renoven vells sentiments que poden afectar la relació amb els fills. És fonamental ser conscient de l'origen d'aquestes emocions i entendre-les, només així els pares poden utilitzar les seves experiències de la vida en la seva funció educativa.

2. Observar

El llenguatge no verbal, sempre expressa les emocions i els sentiments. La mirada, el moviment dels ulls, la força de les mans, la recerca o l'allunyament del contacte físic i l'aparença (vestit, cura personal, lavabo, etc...) parlen per si mateixos.

Sempre cal fer-ho de forma natural i espontània, el que significa que aquests moments no es busquen, es troben.

Observar no és descobrir, tampoc és aconsellable deduir una resposta, sense entendre l'observat.

I sempre cal observar amb afecte, evitant expressar connotacions negatives com por o recel.

3. Escoltar

Com a ésser humans tenim tendència a parlar i no ens adonem que tenim dues orelles i una sola boca. Per alguna cosa serà!

Escoltar ens permet conèixer el grau d'empatia dels nostres fills, o el que és el mateix, conèixer quin és el moment més adequat per parlar amb ells.

El simple fet d'escoltar, escoltar amb interès i atenció, permet raonar, no deixem de ser un mirall en el qual es reflecteixen els pensaments.

Utilitzar els silencis facilita la reflexió, sempre amb prudència i evitant els instants de tensió.

Escoltar no requereix sempre respostes verbals, podem utilitzar el llenguatge no verbal comunicant afecte i facilitant una millor expressió de les emocions.

4. Pensar

Pensar significa analitzar, analitzar sense fronteres les idees i pensaments.

Pensar avui en dia és en el fons lluitar contra el mimetisme que ens condiciona a fer el que fan, en fer el que ens aconsellen, bé llibres o especialistes, sense filtrar aquesta cultura multimèdia mitjançant la nostra experiència.

Per educar els pares han de ser ells mateixos. La riquesa que busquen els fills està en l'experiència dels propis pares.

5. Comunicar

Si es segueixen els passos anteriors molt probablement ja "hi ha línia" entre pares i fills.

La comunicació és més fàcil amb preguntes obertes que permeten esplaiar-se en la resposta: "Explica'm més sobre això" "Com et vas sentir".

Anar resumint els punts dels que es parla ajuda a centrar els temes i a prendre opinió.

És bo aclarir afirmacions o expressions que queden en l'aire i que sense resolució faciliten el dubte o la confusió.

En tractar temes complexos podem fer servir afirmacions que facilitin la discussió. En altres casos podem també utilitzar exemples de terceres persones per a permetre les opinions personals. Així per exemple amb un adolescent podríem dir-li: M'han dit que molts joves no utilitzen preservatius, tu què opines?.

És útil també utilitzar respostes que impliquin el sentiment de comprensió dels pares cap als problemes dels seus fills, així per exemple: "Imagino que ho has passat malament i sense poder explicar-ho a ningú..."

En educació sexual l'objectiu és sempre comunicar, no només informar. Amb els adolescents és fàcil caure en l'error de transmetre informació, sempre indispensable, però suficient. Això requereix trobar els moments i els llocs adequats. De vegades és més fàcil comunicar-se amb els adolescents en entorns no familiars, en ambients neutres i independents. I els moments, no són fàcils de trobar, però existeixen i sempre és millor compartir-los. L'interès ha de ser mutu, per existir comunicació l'aprenentatge sempre ha de ser comú.

6. Parlar

La informació que tenen els nens i adolescents actuals és molt àmplia, però en general només en les formes, de manera que els dubtes i les contradiccions estan sempre presents.

Parlar correspon fonamentalment als pares, no a l'escola, que sí que té un paper, però secundari. Els pares no només informen, fonamentalment formen. Així doncs, per exemple, en educació sexual parlar es incompatible amb delegar, qui ha de formar són els pares, no l'escola. Cal parlar d'anatomia sexual des de l'etapa preescolar, evidentment l'educació sexual té les seves etapes i neix en la infància no en l'adolescència.

Els adolescents agraeixen ser informats des de la infància, necessiten conèixer tots els seus canvis abans que succeeixin i com no, el perquè de tot. Repeteixo, de tot, si bé de forma gradual i d'acord a la seva maduresa.

I repeteixo PARLAR, no LLEGIR, encara que una bona lectura sempre és formativa en educació, ara bé complementària.

7. Donar suport

Tard o d'hora molts pares pensen dels seus fills "De vegades desitjaria marxar i deixar-los, perquè se les arreglin sols".

Tots tenim problemes quotidians en els que necessitem suport personal. Hi ha qui creu que és millor guardar els problemes i resoldre'ls sol, altres fan una fugida cap endavant i els ignoren. Per a la salut emocional és molt millor compartir els problemes amb altres persones perquè ens puguin donar el seu suport. En compartir les emocions és més fàcil avançar, de manera que trobem més fàcilment les solucions.

Els pares no han d'esperar ser el principal punt de suport dels seus fills, però sí que és important que coneguin que si ells volguessin, podrien ser-ho. Sovint el millor suport que poden oferir els pares és animar en la presa de decisions, tolerant els seus errors.

8. Tolerar

S'aprèn fonamentalment a partir dels propis errors.

En el desenvolupament de l'ésser humà hi ha una frase que adquireix un valor extraordinari en l'etapa adolescent, encara que també en els nens, "no hi ha maduració sense crisi".

Els adolescents han d'escollir per si mateixos les seves creences, els valors i les pautes de conducta que seguiran en les seves vides. És freqüent que els adolescents travessin moments en que tiren "per la finestra" totes les opinions i valors dels seus pares.

Tot això produeix gran inquietud en els pares, de manera que fàcilment pot desajustar la dinàmica familiar.

Cal saber marcar distàncies que permetin la reflexió. Distàncies controlades que permeten madurar.

Acceptar les primeres experiències dels nostres fills enriqueix sempre les relacions familiars. La tolerància ben entesa genera mútua confiança, bàsica en formació humana.

9. Limitar

Experimentar i córrer riscos són part vital del desenvolupament. Els nens i adolescents necessiten descobrir el que de veritat els agrada i qui veritablement són.

Els nens i adolescents necessiten que se'ls posin límits. Encara que es siguin amb negociació i acord mutu, són necessaris. No oblidem que en els fills no els agraden els pares permissius, que no els posen cap límit, com tampoc els pares autoritaris que imposen límits rígids sense explicacions.

Quines són les regles de joc en l'adolescència?

1. Recordar que córrer riscos és una part important del desenvolupament adolescent, encara que de vegades crea alta preocupació en els pares.
2. Assegurar-se una adequada informació.
3. Discutir els riscos procurant arribar a un acord sobre el que es pot experimentar.
4. Negociar i cedir si és necessari.
5. I no oblidar que limitar no traumatitza i si s'educa, concretament és una de les claus de la vida : desenvolupar la capacitat de frustració.

10. Intimar

Per parlar amb els fills adolescents i especialment en l'àmbit de la sexualitat, cal saber utilitzar una delicadesa especial.

D'acord amb això es necessita un lloc de respecte i privacitat, espai que forma part de la consolidació de la identitat. Lamentablement el fet de recollir les seves opinions i procurar entendre els seus valors, és interpretat sovint com una intromissió en les seves vides.

Intimar requereix personalitzar en els moments oportuns. Quina millor oportunitat per enfortir la relació pares-fills que poder parlar obertament de les pròpies vivències!. Compartir amb els fills les primeres experiències o els primers desitjos i emocions permet assolir un nivell d'empatia que realment viu i forma.

Arribar a intimar en educació és una de les millors claus de relació personal entre pares i fills.

Aconseguir-ho no és fàcil, però el seu esforç mereix sempre la pena.

Bibliografia general per a pares

- 1- Asha Phillips – **SABER DIR NO** – Editorial Empúries
- 2- Folch i Camarasa – **EDUCAR ELS FILLS CADA DIA ÉS MÉS DIFÍCIL** – Eumo editorial
- 3- C. Nitsch y C. Von Schelling – **LÍMITES A LOS NIÑOS: CUÁNDO Y CÓMO** – Medici
- 4- Dorothy Corkille – **EL NIÑO FELIZ, SU CLAVE PSICOLÒGICA** – Editorial Gedisa
- 5- Nancy Samalin – **CON EL CARIÑO NO BASTA** – Medici
- 6- Annete kasdt-Zahn – **APRENDER NORMAS Y LÍMITES** - Medici
- 7- Nan Silver – **NORMAS EDUCATIVAS PARA PADRES** – Editorial Oniro
- 8- V. Bronstein y R. Vargas – **NIÑOS FELICES** – RBA editores
- 9- Victòria Camps – **QUÉ HAY QUE ENSEÑAR A LOS HIJOS** – Plaza y Janés bolsillo
- 10-Carme Thió – **ENTRE PARES I FILLS** – Barcanova Educació