



# El efecto Pigmalión

**D**esde que nacemos, el mundo nos llena de etiquetas: alegre, rebelde, desordenada, hiperactiva, simpática, lisurienta, impulsiva, son algunas de las que recibí de mis padres - que me criaron lo mejor que pudieron con las herramientas que tenían en ese momento-. Si bien me reconozco en algunas de estas etiquetas, me costó tiempo ser consciente de que no todas me definían ni me definen correctamente.

Quiero invitarlos a cuestionarse sobre el poder de las palabras y cómo con ellas podemos influir en la vida de las personas. Es importante ser conscientes de la responsabilidad de lo que decimos y cómo lo decimos, pues nuestras palabras construyen una "realidad" que podría impulsar o limitar las múltiples posibilidades que tiene todo ser humano.

Las etiquetas nos restringen, sean positivas o negativas. Queda claro que no podremos eliminarlas al 100%, pero tal vez podemos hacer un esfuerzo por limitarlas. Esto a fin de procurar la libertad de crecimiento que todo ser humano tiene, sin tener que envejecer con el estigma de aquellas etiquetas que le fueron impuestas en su niñez.

Por ejemplo, imaginemos el caso de un niño al que etiquetamos como "desordenado" por tener su cuarto hecho un desastre; sin querer, podríamos estarlo empujando a que él mismo se defina como tal y que esa conducta se vuelva recurrente. Es probable que el objetivo

---

## Mariana Espinosa G.

Madre de Familia (Spielgruppe), bailarina profesional de danza contemporánea y amante del movimiento.

---

inicial - buscar que el niño adquiera la costumbre de ordenar - se pierda; y, muy por el contrario, se encasille en dicha etiqueta. Sería diferente decirle que ordene porque su cuarto está desordenado, y no que él es el desordenado. Usar el verbo "hacer" en lugar del verbo "ser" hace toda la diferencia.

Por buenas que sean nuestras intenciones, las etiquetas positivas también limitan; con ellas podríamos estar introduciendo el temor a decepcionar o el conocido síndrome del impostor. Una clara situación es cuando nuestros hijos sacan una buena nota y los elogiamos diciéndole que es muy inteligente y, sin la intención, se les impone la presión de cumplir con tal expectativa. El problema se presentará cuando no consiga obtener un resultado similar. Dependiendo de la respuesta que obtenga de los padres, podría pensar que él ya no es inteligente ni capaz de obtener los buenos resultados anteriores, y entonces elegirá tareas menos desafiantes para no decepcionar a nadie.

No quiero satanizar las etiquetas porque son parte de la vida y será inevitable que nuestros hijos las reciban. Pero quisiera sensibilizar a las madres y padres para que, en la medida de lo posible, éstas no sean el recurrente en nuestra crianza y sí lo sea el acompañamiento y guía en su proceso de autodescubrimiento.