



La crianza desde la Psicología Individual de Alfred Adler

Aunque la natalidad continúe bajando en los países desarrollados, la mayoría de las personas continúan teniendo descendencia. No obstante, criar y educar no es cosa fácil, hoy en día más bien se ha convertido en una tarea sumamente complicada. Muchos padres y madres ya saben que tan equivocada es una educación excesivamente autoritaria como una excesivamente protectora, consentidora y permisiva. Frecuentemente, tanto padres y madres como profesores/as son incluso conscientes cuando cometen errores para con los niños y niñas, pero se confiesan desorientados respecto a cómo hacerlo mejor; y ante la duda, prefieren anteponer los deseos de niños y niñas a los suyos propios y caen

en un estilo inconsecuente, en el cual pasan de un extremo (consentidor) al otro (autoritario), dependiendo de la situación, de las circunstancias o de lo nerviosos que se ponen.

Diversos expertos de la Psicología y de la Educación dibujan una generación futura de individuos que no es capaz de llevar una vida madura, responsable y socialmente integrada. Es más, a cada vez más niños y niñas con problemas conductuales se les diagnostica un trastorno mental y se les medica por ello. A la cabeza se encuentra el trastorno de déficit de atención con o sin hiperactividad (TDA/H), pero también ha aumentado exponencialmente el diagnóstico de TEA (trastorno del espectro autista),

Dirección publicación:
Diana Marre
y Beatriz San Román
Contenidos de este número:
Ursula Oberst
Imágenes:
Anderson Luiz de Souza
Coordinación:
Victòria Badia
Difusión:
Maria Galizia
Suscripción y contacto:
gr.afin@uab.cat

ISSN: 2013-2956



Con el apoyo de:



e incluso se han creado diagnósticos nuevos como el "trastorno de desregulación del estado de ánimo" (niños/as irritables y con frecuentes berrinches fuertes). No es objetivo de este artículo cuestionar la existencia o no de este tipo de desórdenes, pero es cierto que hay mucha controversia entre los y las profesionales de la salud mental sobre la conveniencia de considerar o no ciertas manifestaciones como un trastorno. Al menos, no sin tomar en cuenta los aspectos psicosociales, la relación parento-filial y la influencia del entorno.

En la visión adleriana, la conducta perturbadora y algunos de estos "desórdenes" se entienden mejor como las manifestaciones de un niño o niña consentidos y el resultado de un estilo educativo equivocado. Según Alfred Adler, toda conducta humana, hasta la conducta desadaptativa o desviada, tiene un propósito, un objetivo y un significado social. Generalmente, este objetivo es conseguir satisfacer sus necesidades psicológicas, en concreto la de auto-afirmación y pertenencia. Esto nos permite interpretar toda conducta, buena o mala, saludable o patológica, como un intento del individuo de encontrar su sitio

en el contexto social, de superar sus dificultades y de alcanzar sus objetivos.

Aplicado esto a la infancia, podemos decir que las conductas problemáticas son un intento de solucionar un problema que el adulto (padre, madre, profesor/a) no ve o no comprende. Las rabietas fuertes, por ejemplo, pueden ser una conducta no deseada por las personas adultas, pero pueden tener sentido en un contexto familiar en el cual las necesidades básicas del niño o niña no se satisfacen. Así, independientemente de si se hace un diagnóstico psiquiátrico de la conducta disruptiva o desadaptativa, no deberíamos interpretarla como "patológica", "anormal" o "mala", sino como un intento de solución, aunque desadaptativa, a una situación que el niño o niña percibe como un problema. Cuando llaman la atención molestando a la madre mientras habla por teléfono con una amiga, puede que sea porque se sienten relegados, e intentan solucionar este problema impidiendo la conversación para así recuperar la atención de la madre. Obviamente, es una solución equivocada, porque la madre se enfada y la relación entre madre e hijo/a se deteriora. Pero el niño puede que sea demasiado pequeño para

entender lo que pasa y para tener los recursos que le permitan encontrar una solución mejor. La solución tampoco puede venir de que la madre interrumpa su conversación para dedicarle toda su atención, ya que significaría malcriarlo y no fomentar su sentimiento de comunidad. En esta disyuntiva, la Psicología Adleriana ofrece una interpretación que permite ayudar a padres, madres e hijos/as a encontrar una solución más adaptativa.

La Psicología Adleriana: Pertenencia y cooperación

La Psicología Adleriana es un enfoque bastante desconocido en los países de habla





hispana pero, en la última década, y a raíz de sus teorías aplicadas a la crianza, se está generando un movimiento fuerte en España y Latinoamérica. Explicar la Psicología Individual (nombre que dio el propio Adler a su teoría) es imposible en este breve artículo y por eso solo se explican aquellas nociones que son importantes para entender la crianza "adleriana".

Bajo el concepto de Sentimiento de Comunidad, Adler entiende que la persona es un ser social y la manera de interactuar con las demás es de suma importancia. El

Sentimiento de Comunidad se compone de dos aspectos importantes entrelazados: el sentido de pertenencia y la capacidad de cooperación. El ser humano tiene la necesidad de sentirse próximo a otras personas y desea formar parte de la familia, de un grupo, de una pareja, de la comunidad humana, etc., además de sentirse apreciado y útil en el marco de esta comunidad. Tener la sensación de que uno no pertenece es una fuente de malestar importante y puede conllevar muchos problemas tanto en la infancia como en la edad adulta. A este malestar que se experimenta cuando la necesidad de pertenecer no se satisface o cuando el individuo percibe que está en desventaja respecto a otros, Adler lo llamó "sentimiento de inferioridad".

El segundo aspecto del Sentimiento de Comunidad es la capacidad de cooperación y el deseo de contribuir al bien común. No se trata de altruismo o amor al prójimo, sino de sentir que la superación de las inclemencias de la vida no pasa por la búsqueda de un beneficio egocéntrico, sino por la colaboración y la contribución al bienestar de todos y todas.

La tarea de padres y madres es fomentar en sus hijos/as el Sentimiento de

Comunidad, es decir, satisfacer sus necesidades físicas y psicológicas, pero a la vez hacerles entender que también tienen que contribuir a que los y las demás se sientan bien, a que la familia y la comunidad funcione. Los niños y niñas excesivamente mimados y consentidos disfrutan de privilegios artificiales que en la vida fuera de la familia no van a encontrar tan fácilmente, porque allá existen unas reglas de convivencia cuyo respeto no han aprendido. La consecuencia de esta educación consentidora es que el niño o niña, cuando no consigue lo que quiere, se siente desvalorizado, no apreciado, o que no forma parte. En otras palabras, experimenta sentimientos de inferioridad. Hay que dejar claro que este sentimiento de inferioridad siempre es subjetivo. Puedo sentirme "inferior" porque mis padres no me han querido, porque he perdido mi trabajo, porque el vecino no me ha brindado su saludo habitual o porque no me han puesto muchos *likes* en la última foto que colgué en Facebook.

Lo que cuenta no es la situación en sí; hay gente a la que no le importa mucho si los vecinos la saludan o que le pongan *likes* en Facebook. Lo que cuenta es lo impor-

tante que es la situación para el individuo y cómo interpreta el hecho de que sus expectativas no se hayan cumplido. En consecuencia, de una situación que el individuo interpreta como "estar abajo", desea volver a "sentirse arriba". Si no lo consigue de forma directa e inmediata con las estrategias habituales (por ejemplo preguntar al vecino qué le pasa, colgar una foto más bonita, etc.), el individuo busca como puede otras vías compensatorias para reducir la tensión y la ansiedad que conlleva la experiencia de sentirse excluido. Y la forma más fácil de "sentirse arriba", es rebajar al otro o intentar quedar por encima de él, por ejemplo, mirar al vecino con desprecio la próxima vez. Cuando la persona que se siente "abajo" es un niño, es más fácil que recurra a estrategias socialmente no adaptadas, porque todavía no entiende bien qué le pasa, por qué se siente tan mal y qué se debe hacer, porque no lo puede razonar. Una niña que se aburre mientras la mamá está hablando mucho rato por *Skype*, no entiende que ella no lo hace porque haya dejado de querer a su hija, sino para ocuparse de su mejor amiga que está pasando por un mal momento. Pero la niña se siente frustra-

da, aburrida o menoscabada y reacciona, en un afán de recuperar el dominio de la situación y su sentimiento de pertenencia, como mejor puede: llorando, gritando, pataleando, pegando, molestando... es decir, con algo que su madre fácilmente interpreta como una conducta inadecuada. Si estas situaciones se repiten, se produce un problema de conducta.

El adleriano Dreikurs describió por primera vez las cuatro manifestaciones de este "afán de poder" infantil, los cuatro "objetivos erróneos" que el niño o niña persigue con su conducta perturbadora (o mejor dicho: la conducta que perturba a las personas adultas): atención, superioridad, venganza y demostración de incapacidad. Detectar cuál de estos objetivos persigue el niño o niña con su conducta en una situación concreta permite a la persona adulta la aplicación más selectiva de las pautas adlerianas y así interactuar de una forma más eficaz.

La crianza adleriana

Basándose en la Psicología Adleriana, varios autores/as desarrollaron programas y escribieron manuales para el entrenamiento de padres, madres y/o de profes-



sores/as, siendo el primero el del mismo Rudolf Dreikurs con su "Educación Democrática", seguido por el programa STEP y la Disciplina Positiva, provenientes de Estados Unidos, y, en Cataluña, Educación para la Convivencia (de la autora de este artículo). Estos programas son muy compatibles entre ellos, ya que todos parten de la Psicología Adleriana y la Educación

Democrática de Dreikurs. Estas intervenciones no solo pretenden reducir o eliminar las conductas problemáticas, sino fomentar el desarrollo del sentimiento de comunidad en niños y niñas.

Como elementos básicos, estos programas enseñan a los padres y madres a identificar los objetivos inconscientes de sus hijos/as detrás de la conducta problemática, a no repetir los errores educativos, además de unas técnicas eficaces para criar mejor y para mejorar los problemas de conducta, de disciplina y de convivencia. En lo que sigue, explicaremos brevemente los elementos princi-

pales de este método, acompañados de unos ejemplos ilustrativos.

Para empezar, se les solicita a padres y madres una descripción detallada de una situación problemática prototípica, por ejemplo, el último berrinche o la última discusión fuerte que hayan tenido. A partir de esta descripción se establecen hipótesis sobre la función de la conducta infantil en el marco de esta relación, es decir, su objetivo inconsciente; se les pide entonces otra situación para corroborar esta hipótesis.

Pongamos por caso, un niño que se niega a recoger su habitación y que, obviamente, prefiere hacer algo más divertido, por ejemplo seguir jugando a la *play*. Si ahora recurre al lloriqueo o al berrinche, es un deseo de conseguir o recuperar el poder, es decir la posibilidad de influir en la persona adulta de forma que pueda asegurarse la inmediata satisfacción de sus deseos, afán muy comprensible desde el punto de vista infantil, pero nefasto desde un punto de vista de convivencia familiar. Al margen de que el niño se tiene que ajustar a las normas parentales (hay que dejar de jugar y recoger la habitación), para el niño también es esencial que

su voz se oiga en la familia y que sus intereses cuenten. Si cumplir con la demanda le hace sentir que pierde esta posibilidad, el niño, para restablecer su dominio, buscará una solución rápida y hará lo que le lleve al éxito fácil: una rabieta. Los padres ahora tienen un problema: si ceden a la rabieta y le permiten seguir jugando, lo malcrían, no le enseñan normas y cooperación y, además, no se respetan a sí mismos. Si no se imponen, el niño "gana" y además aprende que recurrir a este tipo de conductas le lleva a una satisfacción de sus deseos más inmediatos. Pero no aprende la cooperación y Sentimiento de Comunidad.

Ante esta disyuntiva, los padres también buscan una solución: pueden intentar persuadir al niño de que deje de jugar, intentar negociar con él ("diez minutos más de *play*, pero luego..."), prometerle algo que ocurrirá después de recoger la habitación, amenazarle con quitarle la *play* durante un mes si no obedece inmediatamente, etc. Pero lo que no ven los progenitores es que estas "soluciones", en vez de producir un cambio de conducta en el niño, precisamente mantienen el problema y, por lo tanto, se pueden entender



como intentos de solución fracasados. Si le prometen algo, la próxima vez el niño también se negará, con la expectativa que los padres le vuelvan a ofrecer un aliciente; si le amenazan, se pondrá más tozudo todavía, porque se había sentido impotente. Igual que la conducta problemática del niño es un intento de solucionar un problema (una solución equivocada y condenada al fracaso a largo plazo, eso sí), la medida disciplinaria aplicada por el adulto también es un intento de solucionar un problema (también equivocado y condenado al fracaso a largo plazo), porque el problema no es la conducta manifiesta del niño, sino el sentimiento de impotencia que hay detrás y su afán de recuperar el poder.

Estos errores educativos, entendidos como los intentos fracasados de las personas adultas para solucionar las conductas del niño, se pueden resumir en tres tipos y los he llamado el "método del predicador", el del "mafioso" y el del "sabelotodo".

Los errores educativos: soluciones que no lo son

Tomenos el caso del niño que se niega a dejar la *play* y recoger su habitación. ¿Qué

va a hacer la madre ahora? Primero, "avisa". Luego, repite el aviso, con un tono más insistente. Después, puede suplicar o intentar persuadir a su hijo, dándole explicaciones de por qué jugar tantas horas a la *play* es malo y recoger la habitación es importante. Usa el método del predicador: sermonea.

Si sermonear no surte efecto, padres y madres tienden a pasar del método persuasivo del predicador al método coercitivo del mafioso. El método del mafioso implica algún tipo de chantaje, soborno, amenaza o un castigo, a veces acompañado por gritos y chillidos. El chantaje implica amenazar con la retirada de una gratificación esperada. La estrella de este tipo de medidas es electrónica: a menudo se soborna al niño –para que haga algo que no le apetece– con la promesa de que después podrá jugar con la *tablet* –o se le amenaza con retirarla si no obedece–.

El método del mafioso es aparentemente eficaz como solución para la conducta problemática: el soborno suele "funcionar", porque el niño hace caso para obtener el premio, pero no porque entienda las reglas de la convivencia; al contrario, el niño intentará cada vez obtener una

mayor recompensa mediante su negativa inicial. La amenaza, el chantaje y el castigo también a veces funcionan, pero solo en la situación concreta. Cuando el niño tiene la impresión que ha tenido que ceder a la fuerza mayor, se siente humillado, su sentimiento de inferioridad aumenta y su sentimiento de pertenencia disminuye.

El último de los tres "métodos" educativos erróneos, el "método del sabelotodo", es una "técnica" –es decir, un error educativo– que se utiliza a menudo después de la situación. Puede ser una respuesta sarcástica o pedante, en la que la madre advierte a su hija de unas consecuencias que tendrían lugar si la niña no le hace caso (por ejemplo, que se podría hacer daño si continúa retozando como lo está haciendo). La niña no para y pasa lo que tenía que pasar: se cae y se hace daño. Entonces, la madre dice: "¿Ves? Ya te lo había dicho." La madre recalca que la había avisado y, por no hacerle caso, ahora se encuentra mal. El mensaje implícito es que la próxima vez mejor hacerle caso a la madre, que es quien tiene la razón. La niña, no solo sufre el regusto amargo del fracaso (se ha hecho daño), sino también la humillación por parte de



la madre que le recuerda que tenía razón. Sin embargo, una niña que ha sufrido una consecuencia desagradable como resultado directo de su conducta irá con más cuidado la próxima vez, porque se acordará perfectamente. No solo es innecesario recalcarle que se lo habíamos advertido sino, también, contraproducente. El problema es que, en realidad, el método

del sabelotodo, el "¿ves?", no lo utilizamos para enseñar, lo utilizamos para sentirnos bien nosotros, para recuperar nuestra autoestima después de ser menospreciados por nuestro hijo o hija. Nos duele que no nos haya obedecido, que no haya hecho caso a unos consejos que con tanto amor y consideración le dimos. Y para recuperar esa autoimagen decimos "¿Ves?".

Soluciones adlerianas

La crianza adleriana tiene unos pocos principios fundamentales, que son muy sencillos, pero a veces requieren de madres y padres un cambio radical de su posicionamiento. De forma didáctica, se pueden resumir en tres principios: el de los Tres Monos (no aplicar las "soluciones" erróneas de siempre), el de Martin Luther King (alentar) y el del Buda (mantenerse firme y aplicar consecuencias lógicas).

El principio de los Tres Monos

Esta imagen se refiere a los tres monos chinos de la sabiduría (también llamados monos místicos), los que se tapan los ojos, los oídos y la boca, respectivamente. El principio de los Tres Monos es el antídoto para el método del predicador, del mafioso y del sabelotodo: si nos tapamos

la boca, no sermoneamos, ni gritamos, ni amenazamos, y tampoco le restregamos al niño o niña que se ha equivocado, que nosotros teníamos razón. El principio de los Tres Monos es también la primera medida cuando se busca atención de forma inapropiada. Cuando un niño busca atención mediante una conducta problemática, el primer paso es ignorarlo, ya que sermonear, pedirle que se calle, "incentivarlo" para que pare y que se lleve bien, son formas de dar atención (negativa, pero atención al fin y al cabo).

El principio de Martin Luther King

Recordamos a este activista defensor de los derechos civiles y luchador contra el *apartheid* en Estados Unidos por su capacidad de liderazgo, de entusiasmar y alentar a la gente y su incansable esfuerzo para lograr una convivencia pacífica. Alentar es el principio más importante de la crianza adleriana, ya que solo el aliento lleva al niño o niña a afrontar las dificultades de la vida con éxito. A menudo, animar o alentar se confunde con motivar, elogiar, premiar o incentivar pero hay mucha diferencia. Incentivar, por ejemplo, no es otra cosa que sobornar, es decir, el método del mafioso. En cambio, alentar

o dar ánimos significa envalentonar, dar alas, valorar, fortalecer... todo aquello que facilita que el niño o niña se vea con el valor y el coraje de enfrentarse a la vida y a sus retos.

Alentar tampoco significa elogiar o premiar, al menos no más que en dosis pequeñas. Mientras el elogio o el premio pone el énfasis en la evaluación y la aprobación de la persona adulta, alentar es más descriptivo que evaluativo y hace hincapié en la valoración que hace el propio niño o niña de sus actos ("Debes estar contento ahora que tienes todos los deberes hechos"). El elogio a menudo implica comparaciones ("Has sacado la nota más alta de toda la clase"), mientras que el aliento muestra la utilidad social o el valor funcional de la conducta o del producto (por ejemplo, destacar que ahora que la habitación está ordenada, se puede pasar la aspiradora con más facilidad). El premio pone el resultado por encima del esfuerzo y se da cuando se ha alcanzado un objetivo; el niño o niña recibe el premio cuando le ha salido bien la tarea. En cambio, alentar significa poner el esfuerzo por encima del resultado y se da (también y sobre todo) cuando el niño fracasa o no

llega del todo a su objetivo, a pesar de haberlo intentado.

Algunos adlerianos, para explicar el aliento, se refieren a los "4 C's cruciales": **conectar** (*to connect*), **capaz** (*to be capable*), **contar** (*to count*), **coraje** (*to have courage*). Un niño se siente conectado, cuando sus padres –o madres– le hacen ver que tiene un lugar en el mundo adonde pertenece y donde le aprecian. Se siente capaz cuando, a pesar de posibles dificultades, le hacen ver que sabe muchas cosas, que es capaz de lograr sus metas y objetivos; cuando le dan oportunidades de equivocarse y de rectificar; cuando le dan responsabilidades y le permiten solucionar sus problemas por sí mismo, quizás con un poco de ayuda por parte de las personas adultas. Un niño o niña siente que "cuenta", cuando nota que lo que hace o deja de hacer representa una diferencia, que no da igual cómo se comporta, sino que puede influir en su entorno, que cuentan con él. Esto se puede trabajar asignándole pequeñas tareas que debe cumplir; si no las cumple y resulta que no pasa nada, no le damos la sensación de que "cuenta"; pero si al no cumplir con la tarea, su entorno nota las consecuencias

negativas, su trabajo cuenta (como por ejemplo, si no pone la mesa, la familia no puede comer). Por último, el niño o niña tiene "coraje" (valor, ánimo) cuando se le enseña que va a poder afrontar los problemas y retos que encuentre en su camino, aunque el resultado puede ser incierto.

El principio del Buda

Este principio hace alusión a la imagen habitual del Buda: una figura, una estatua, normalmente sentada, con la cara serena, pensativa, a veces sonriendo. De postura



relajada e inamovible. De esta imagen se toman las siguientes pautas educativas: establecer normas y mantenerlas; aguantar las protestas y rabietas; mantener la calma y ser firmes.

Mantener las pautas establecidas

Padres y madres deben establecer unas normas de convivencia en la familia, hacerlas respetar, y también deben respetarlas ellos mismos. El error más frecuente es ser inconsecuente. No importa tanto dónde está el límite, sino que se conozca y se respete siempre. Cada padre y madre tiene su propia idea de cómo deben ser las cosas, pero lo importante es que las normas se mantengan siempre. Si para la madre es importante que la cama esté hecha antes de salir de casa, que sea siempre o casi siempre así; hacer la cama o no hacerla no debe depender del humor de la madre en un día concreto.

Aguantar la protesta y las rabietas

Padres y madres saben que no deben satisfacer todos los caprichos del niño o niña y darle todo lo que pide; también que es importante saber decir que no en caso de que su demanda no sea apropiada y la negativa esté justificada. Pero, a menudo,

es más fácil ceder y decir que sí que ponerse firme y decir que no, porque todavía no ha nacido el niño que acepte todas las negativas y órdenes sin protestar. Los niños y niñas también tienen sus armas: desde la lágrima a la pataleta hay todo un abanico de posibilidades que pueden desplegar cuando no quieren aceptar una negativa. Algunas son muy difíciles de tolerar, por ejemplo cuando se producen en un lugar público.

Mantener la calma y ser firme

Ante una protesta o negativa infantil o adolescente aparatosa, es importante no entrar en una lucha. Cuando madres y padres no saben qué hacer, solemos incluso recomendar no hacer nada. Explicamos esto mediante un ejemplo de caso:

Alfonso de 9 años y Alfredo de 11 años se pelean constantemente. Cuando el padre los va a recoger del colegio con su coche, se pelean por quién va delante y quién detrás. El padre intenta poner orden, pero Alfonso es más guerrero que su hermano mayor y no quiere ceder. El padre "pega cuatro gritos", con lo que Alfonso llora y Alfredo pone cara de circunstancias. Al final los lleva a casa como sea y se siente

a disgusto durante horas. Aquí se le puede recomendar al padre la "combinación asiática": el principio de los Tres Monos y el principio del Buda. El día anterior, tiene que explicarles a sus hijos que ya no está dispuesto a aguantar estas peleas y que solo arrancará el coche cuando se haya producido la calma. Obviamente, los niños se pelearán igual. Se le había recomendado al padre llevar un periódico para entretenerse mientras esperase tranquilamente que los dos pendencieros terminaran su disputa (principio del Buda). Es sumamente importante que no diga nada ni repita lo dicho la noche anterior ni denote con ningún gesto o palabra impaciencia o preocupación (principio de los Tres Monos), como si la cosa no fuera con él. Una vez que los dos hayan decidido sobre quién va delante y quién detrás, es importante que el padre *no* arranque inmediatamente. Primero debe terminar (o fingir estar terminando) el artículo que está leyendo. Dado que es muy probable que Alfredo ceda y vaya detrás, el padre, en este momento, debe decir que los dos hermanos vayan detrás. Obviamente, habrá protestas. Entonces, el padre tendrá tiempo para leer otro artículo sobre la situación política del país. A fondo.

El padre marchó de la consulta todavía un poco incrédulo, pero en la siguiente sesión volvió con una sonrisa que causaría envidia al mismo Buda: el primer día los niños buscaron pelea, pero él se mantuvo firme y con calma. Los niños no tardaron ni cinco minutos en ponerse de acuerdo. Y, a partir del segundo día, ya no hubo más disputas.

Esta solución de un problema aparentemente tan insignificante como el del coche parece poca cosa, dado que hay más problemas en esta familia. Pero la vida está hecha de pequeñas cosas y es la suma de los pequeños disgustos lo que a veces hace la convivencia familiar tan difícil. En la práctica, se trabajan diversas situaciones problemáticas con los padres y madres como método didáctico para enseñar los principios de la educación adleriana. Paulatinamente, las técnicas adlerianas les resultarán más fáciles de aplicar.

Aplicar consecuencias en vez de castigar

En primer lugar, es importante entender la diferencia entre castigo y consecuencia. Cuando una madre da un golpecito en las nalgas de su hijo porque este

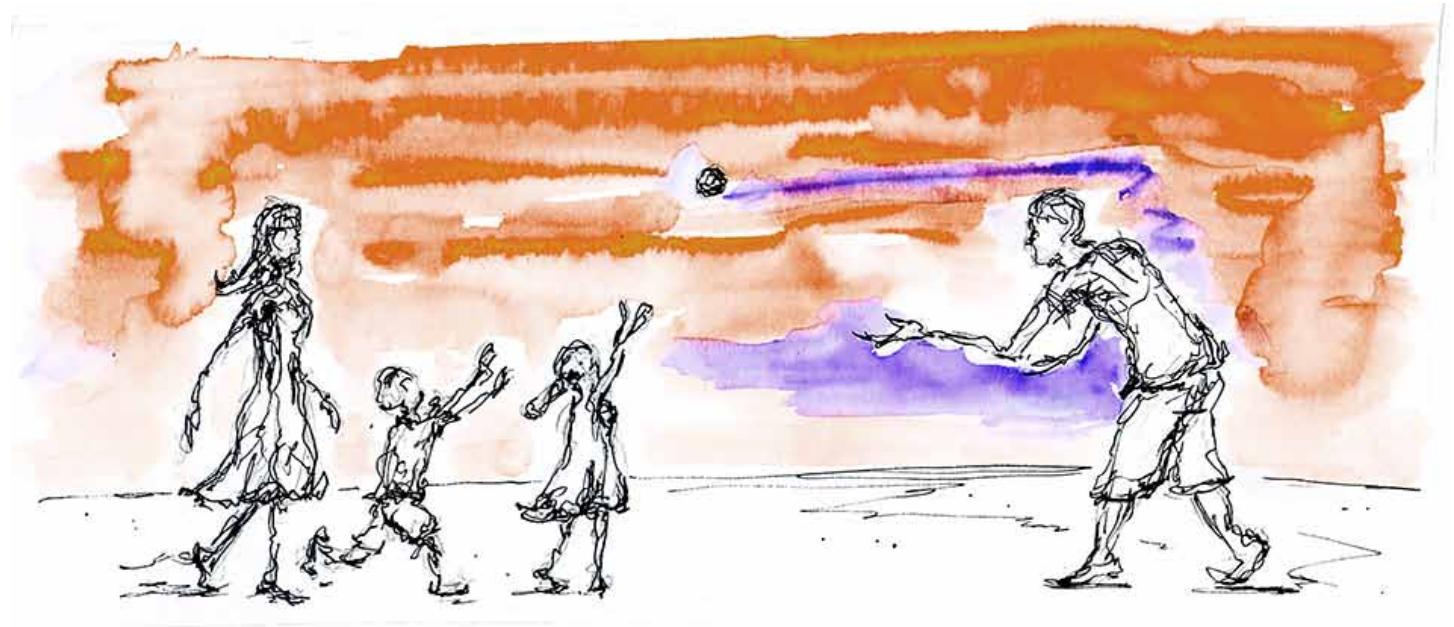
ha pegado a su hermanita, lo está castigando. Cuando un padre prohíbe los videojuegos a su hija porque por enésima vez esta se ha olvidado de meter la ropa sucia en la cesta, está castigando. El castigo es una imposición arbitraria por parte de la persona adulta, que a menudo tiene poca relación con la conducta que se quiere corregir y, además, se lleva a cabo cuando, después de haber tolerado la conducta durante un tiempo, la persona adulta está harta. En cambio, la aplicación de las consecuencias implica que haya unas normas preestablecidas que el niño o niña debe conocer y, si es posible, aceptar. Siempre que se pueda, estas normas se establecen conjuntamente entre todos los miembros de la familia o, al menos, se les debe comunicar a los niños y niñas. Las consecuencias deben tener una relación lógica con la "infracción". Por ejemplo, se acuerda con el hijo que cuando traiga un aviso del profesor en el que dice que no ha hecho los deberes, ese día los deberá recuperar. Los padres también pueden añadir que se deberán recuperar durante el tiempo que normalmente el niño juega al ordenador. Otra norma puede ser que la hija adolescente lleve su ropa sucia a la

cesta de la lavadora y, si no aparece allí, no se lava.

Un castigo provoca rabia y humillación en el niño y, por tanto, el sentimiento de inferioridad que queremos evitar. En cambio, la consecuencia, aunque puede resultar desagradable para el niño (menos tiempo para jugar al ordenador; la hija adolescente, pasados unos días, echará en falta que su blusa preferida esté limpia), no provoca esa rabia hacia quien la aplica, sobre todo porque se debe aplicar con un tono de voz cordial. La persona adulta puede incluso lamentar el hecho de que ahora el niño tiene menos tiempo



para jugar o que la niña no puede ponerse la blusa. Un castigo a menudo implica un juicio moral o una amenaza ("¡A ver si con esto aprendes de una vez!"), pero una consecuencia no lo es, trata al niño o niña con respeto. Además, un castigo enfatiza la conducta pasada ("No has traído los deberes hechos, por eso ..."), una consecuencia, en cambio, presenta una elección: el niño puede optar por no llevar los deberes hechos o la adolescente por no dejar la ropa en el cesto. Pero entonces el niño tendrá que recuperar los deberes durante un rato donde normalmente hace una actividad más agradable, y ella deberá ponerse otra prenda menos bonita. Cuando se aplican consecuencias, es crucial que el tono de voz sea cordial y no hacer ni reproches ni otro tipo de comentarios, es decir, evitar usar el método del sabelotodo. Cualquier comentario negativo haría que no funcionara la técnica, porque la consecuencia debe actuar por su propio peso. Muchas veces, cuando padres y madres vuelven a la consulta y afirman que la técnica no ha funcionado es por este motivo. En estos casos, incluso se ensaya la situación y sus reacciones como si se tratara de una obra de teatro.



Comentario final

En los talleres de padres y madres o en la consulta individual, se enseñan estas técnicas y muchas veces el estilo educativo cambia positivamente. Aún así, existen casos que requieren un abordaje más personalizado, en forma de orientación psicológica o terapia familiar –también desde el enfoque adleriano–, sobre todo cuando existen problemas de conducta más complicados, como en el caso de algunos niños con TDA/H u otro tipo de trastorno. También existen casos en que

los padres y madres no siguen las pautas enseñadas y ensayadas porque tienen problemas emocionales que les impiden aplicarlas correctamente. En este caso, se trabaja más intensamente con el o los progenitores que presentan un problema. El objetivo, tanto de la crianza como de la terapia adleriana, no es eliminar una conducta, un problema o un síntoma: es mejorar el Sentimiento de Comunidad, el sentido de pertenencia y la capacidad de cooperación.

SOBRE LA AUTORA DEL TEXTO

Ursula Oberst

Es doctora en Psicología y profesora titular de la Facultad de Psicología, Ciencias de la Educación y del Deporte, de la Universidad Ramon Llull de Barcelona. Es especialista en Psicología Adleriana y psicoterapeuta familiar en consulta privada. Ha escrito diversos libros en castellano, catalán e inglés sobre la Psicología Adleriana y ha creado "Educación para la Convivencia", un enfoque educativo y terapéutico basado en esta corriente psicológica. También es docente de ICASSI (International Committee of Adlerian Summer Schools and Institutes). Más sobre Ursula Oberst: www.oberst.es

SOBRE EL AUTOR DE LAS IMÁGENES

Anderson Luiz de Souza

Nació en Paraná, Brasil y en la actualidad vive en Porto Alegre, al sur del país. Es licenciado en Moda por el Centro Universitario Cesumar (2006), realizó una especialización en Arte Contemporáneo y Pedagogía en la Universidade Luterana do Brasil (2010) y acaba de concluir un Master en Educación por la Universidade Federal do Rio Grande do Sul (2015). Actualmente es profesor de dibujo en la Universidade Feevale, Brasil. Sus intereses de investigación se enfocan en el estudio de técnicas de dibujo y en procesos de creación con técnicas mixtas.

En sus trabajos más recientes indaga nuevas maneras de pensar/crear en el acto de dibujar. En su reciente tesis de maestría, llama este tipo de investigaciones como 'Figuras-Cuerpo', tratando la idea de composición como un conjunto de estructuras y de movimientos en desequilibrio, en las que no intenta representar una figura humana y anatómica idealizada, sino que sugiere la intención del cuerpo, de movimiento y de emociones intrínsecas al ser humano.

Las imágenes que acompañan al texto de este número pertenecen a la serie "Experimentaciones con líneas".

PARA VER...



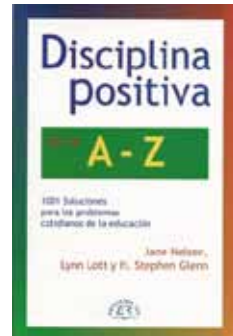
Barratier, C. (2004)
Les choristes
(*Los chicos del coro*)
Francia, 95 min.

La película narra la historia de un músico fracasado que empieza a trabajar de profesor en un internado para niños "difíciles", donde decide formar un coro de chicos. La historia ilustra muy bien como este docente, mediante técnicas y actitudes que podríamos llamar "adlerianas", como el aliento y las consecuencias lógicas, consigue despertar un sentimiento de comunidad en los chicos. Este sentimiento de comunidad provoca un cambio positivo en ellos, algo que la disciplina autoritaria de la institución no ha podido lograr.

PARA LEER...



Oberst, Ursula
(2010)
El trastorno del niño consentido: Manual para padres y maestros desorientados
Lleida: Milenio



Nelsen, Jane
(2002)
Disciplina Positiva
Barcelona: Oniro

Este libro es otro ejemplo de la educación basada en los principios de Adler y de Dreikurs. La autora explica como implicar a niñas y niños en el proceso de cambio de comportamiento mediante la técnica del aliento u otras técnicas de resolución de problemas.

La autora explica los principios básicos de la educación democrática de Rudolf Dreikurs y Alfred Adler dentro de un contexto educativo actualizado. Con muchos ejemplos prácticos de su propia experiencia, la autora ilustra como el castigo no es necesario para conseguir que los niños cambien su comportamiento y como los padres pueden estimular conductas positivas mediante las consecuencias lógicas y el aliento.

PARA AGENDAR



Los días 5, 6 y 7 de septiembre de 2016 se celebrará en la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona el VII Congreso Iberoamericano de Investigación Cualitativa en Salud, cuyo lema de partida es "Ciudadanía y transdisciplinaredad: tejiendo redes".

El evento, organizado por la Universitat de Barcelona y el grupo AFIN de la Universitat Autònoma de Barcelona, tiene como objetivo promover la investigación cualitativa en salud en Iberoamérica, tal y como se hizo en las anteriores ediciones celebradas en México (2003), España (2005), Puerto Rico (2008), Brasil (2010), Lisboa (2012) y Colombia (2014).

La fecha límite para el envío de comunicaciones es el 31 de marzo de 2016.

[Más información](#)