

MÁS QUE PREMIOS Y CASTIGOS Por Jenny Moix

Educar no tiene un manual de instrucciones exacto, pero saber reforzar las buenas o malas conductas y predicar con el ejemplo son los primeros pasos para encontrar el camino.

Uno de los principios básicos que rige el comportamiento animal (humanos incluidos) es el condicionamiento instrumental.

El condicionamiento instrumental se basa en que los sujetos tienen más probabilidad de repetir una determinada conducta si esta conlleva consecuencias positivas y, por el contrario, menos probabilidad de repetir las que generan consecuencias negativas.

Se trata de una forma gradual de modelar las conductas que requiere paciencia. La misma gradualidad y paciencia que también es necesaria cuando educamos a nuestros hijos.

Es muy importante dejar de reforzar poco a poco una conducta que ya está adquirida, antes de pasar a premiar la siguiente.

Quizás nos equivocamos al premiar a nuestros hijos con grandes regalos, los estamos “saciando”. Igualmente, muchos castigos son inoperantes, sobre todo cuando se abusa de los mismos, porque acaban habituándose a ellos.

No todos los niños aprenden igual y los padres no siempre somos coherentes. Llegamos a casa contentos y, bajo influjo de esa alegría, actuamos indulgentemente ante una travesura grave de nuestro hijo, y otro día, nuestro humor es de perros y lo castigamos por cualquier nimiedad.

Si a un niño con una rabieta se le da lo que pide, no dejará de tenerlas. Por eso es esencial no dárselo y mantener siempre ese criterio, porque si un día tenemos un desliz y le damos lo que pide con una rabieta, éstas volverán a aparecer con toda su energía.

El amor es la mejor vía para que nuestros hijos crezcan sanos, estarán menos estresados.

A veces los padres pecamos de una inocente simplicidad cuando elaboramos nuestras teorías sobre cómo educar a nuestros hijos. Es cierto que nuestra forma de educar modela su conducta, sin embargo, nuestros correctivos representan una parte de las consecuencias que experimentan constantemente.

Desde que despiertan hasta que se acuestan, su cerebro va asociando lo que hacen con las consecuencias que le siguen. Esas consecuencias le van enseñando una cosa u otra, y los padres no controlamos la lluvia de premios y castigos que trae la vida por sí misma.

De igual forma, la fe que ponemos en nuestros grandes discursos reflexivos es un poco ingenua. Cuando empezamos nuestros hijos nos sueltan “no te pongas en plan psicóloga”. Tienen razón.

Las estrategias indirectas se suelen colar mejor en sus cerebros. Es probable que un mensaje captado con sus antenas, por ejemplo algo que estamos hablando a un amigo por teléfono, lo absorban con más intensidad que nuestras habituales peroratas. Igualmente, nada de lo que hacemos pasa desapercibido por esos ojos escrutadores, por eso nuestro ejemplo vale más que mil discursos.

No podemos controlar las infinitas asociaciones que llevan a cabo sus neuronas. Cómo acaban siendo nuestros hijos no depende exclusivamente de nosotros. Cuando se trata de la educación de nuestros hijos se habla de los niños y no de los padres.

Parece como si los padres fuéramos una especie que sabiendo esas reglas ya pudiéramos educar perfectamente. Lejos de eso somos de carne y hueso, con nuestras inseguridades, miedos, manías, expectativas, sufrimientos, euforias, etc.

Palabras de los padres suelen ser: “si mi hijo está bien, yo estoy bien”. El contagio emocional funciona en las dos direcciones. Así si buscamos la felicidad de nuestros hijos, no nos podemos olvidar de la nuestra.