

BLOQUE CERO. REPASO 11. LAS ALABANZAS: ALENTAR VS ALABAR

En la lección de hoy profundizaremos en la repercusión que tiene para los niños los premios verbales, como son los halagos vacíos, y aprenderemos a distinguir entre dar aliento y alabar y como afecta el tipo de feedback que ofrecemos a nuestros hijos en su desarrollo.

En el capítulo anterior ya hemos visto como dentro de la pedagogía Montessori no tienen cabida los premios y los castigos. En mis cursos presenciales siempre sale a colación el tema de los halagos vacíos, el típico y habitual «Muy bien», y he decidido dedicarle una lección entera para intentar transmitir la importancia que creo que tiene respecto de la motivación intrínseca de los niños.

Es por ello que no quiero terminar de hablar de premios y castigos, sin hacer referencias a las alabanzas, que en el fondo son algo parecido a los premios. Me refiero al “muy bien”, que nos sale solo y a todas horas y es ciertamente peligroso, no tanto como el uso de premios y castigos, pero corremos el riesgo de que el niño sustituya realizar su trabajo espontáneo por aquellas cosas que busquen nuestro reconocimiento. No obstante, de nuevo os pido mesura.



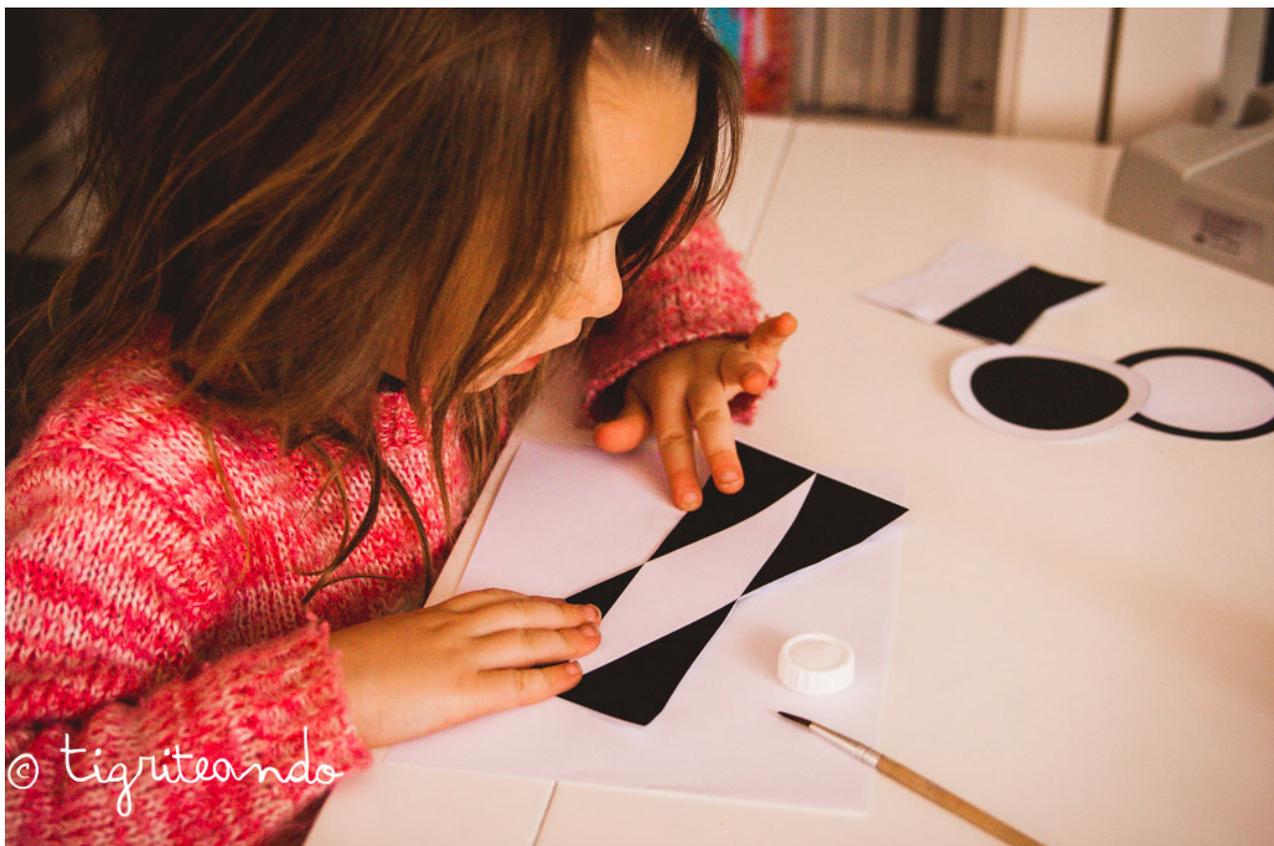
Cuando nuestros hijos nos muestran un dibujo o una construcción en la que se han esforzado y es realmente espectacular es imposible evitar un “Aaaaala, que chulo”. Imposible, y además poco recomendable porque al intentar evitarlo estaríamos mandando al niño un mensaje contradictorio. Por supuesto que podemos alabar los progresos de los niños, pero debemos tener cuidado y que nuestra alabanza sea para acompañar su orgullo y su satisfacción, y no al revés, que hagan ciertas cosas para obtener nuestra aprobación. Si no podemos evitarlo, siempre es mejor alabar el proceso que el resultado y centrar la atención en el niño y no en nosotros (lo que nos gusta, lo que nos parece correcto, etc.)

El tipo de halagos que considero perjudiciales tienen mucho que ver con las pegatinas, los sellos y las caritas sonrientes, son en definitiva, premios verbales que utilizamos, a veces sin querer, pero que tienen el mismo efecto en los niños. Este tipo de motivaciones externas pueden llevar a una actitud pasiva en los niños, buscando la aprobación de los demás y minando su autoestima. Algunos niños incluso desarrollarán una cierta adicción a los halagos. Por supuesto, no hay que ser extremistas, la espontaneidad es esencial en las relaciones con nuestros hijos y un uso moderado no tiene porque producir ningún efecto indeseado en nuestros peques. Así mismo, vivimos en un mundo rodeado de premios y castigos y es complicado mantenerse al margen.

En lugar de mostrarles estos premios a nuestros niños, es mejor intentar que visualicen las consecuencias, la influencia positiva que tienen sus acciones en el entorno. Es la única forma en la que pueden ser fieles a si mismos, es la única forma en la que serán competentes para decidir de lo que son o no capaces de hacer, la clave del autoconocimiento.

Otra de las formas de evitar el «muy bien» es enfocarnos en ofrecer a los niños «feedback» (no sé como traducirlo, retroalimentación, ofrecer una opinión o valoración constructiva, quizás sería más adecuado) Cuando les ofrecemos a los niños nuestra opinión sincera en vez de un halago vacío, notas o premios - o incluso castigos-, les resulta mucho más útil y constructivo. Realmente, los niños se encuentran en un plano superior al nuestro y no necesitan, cuando están «normalizados», ningún tipo de premio o halago vacío.

Otra de las formas de ofrecer a los niños feedback es hacer preguntas, especialmente útil si los niños han estado muy expuestos a este tipo de halagos y nos preguntan. Podemos devolverles la pregunta, ¿Te gustaría hablarme de ello? ¿Por qué elegiste estos colores?



El deseo de desarrollar una habilidad determinada dentro de un periodo sensible es la guía que tiene el niño para lograr un trabajo concreto, mucho más poderoso que cualquier refuerzo, sea un premio o un halago. En todo caso, la mayoría del material Montessori en este plano del desarrollo tiene control de error, por lo que además es innecesario.

En una casa es distinto, pero no debemos desviarnos del pensamiento de María Montessori. De esta forma, les podemos ofrecer un feedback descriptivo en vez de uno evaluativo, es decir, es mejor ofrecer aliento antes que un halago vacío («Te esforzaste mucho en recoger los juguetes tan rápido», en vez de, «muy bien», al recoger los juguetes)

Si nos vemos - nosotros- en la necesidad de decir algo, siempre nos podemos enfocar en el proceso, y no en el resultado, para seguir manteniendo el valor del error como motor del aprendizaje. Un simple «Lo hiciste» puede sustituir el «Muy bien» cuando estamos tratando de deshacernos de esta coetilla

Hay un artículo muy interesante de Alfie Kohn al respecto [Cinco Razones para dejar de decir "Muy bien"](#), y os propongo su lectura. Os doy también una serie de alternativas para evitar las alabanzas "vacías" cuando sentimos que no podemos callarnos sin más. Podrían dividirse en cuatro (también podemos sustituirlo por «lo hiciste», especialmente al principio de nuestra «desintoxicación»)

- No hablar: En general no es necesario que digamos nada: Una sonrisa amplia, acariciar el hombro o el tan típico “ajá” o “uhmmmm”.
- Expresar lo que vemos: Cuando nuestros hijos logran sus objetivos no hay nada de malo en decirlo siempre que describamos y no enjuiciemos: “Lo hiciste tu solo”, “Veo que has pintado con temperas”, “¡Lo has conseguido!”, “¡Antes no podías hacerlo y ahora sí!”, “¿Cuándo lo has aprendido?”, “Ese edificio es enorme, la falda de la niña es turquesa”, “Mira la cara de tu hermana, se ha alegrado muchísimo al ofrecerle medio trozo de pastel”
- Preguntar: ¿Estas orgulloso?, ¿Te has divertido?, ¿Cuéntame qué es?, ¿Te has esforzado mucho, verdad?, ¿Me enseñas?, ¿Qué parte fue más difícil de dibujar?
- Enfocarse en el esfuerzo y/o en el progreso: Podemos ofrecerles un feedback útil que se centre en la tarea y no en el resultado «Lo hiciste tú solo», «Lo lograste», «Cada día tardas menos en hacerlo», «Lo has intentado, seguro que pronto lo consigues».
- Validar sus sentimientos: Porque todos los sentimientos son positivos y nuestra labor es hacérselo saber, enfocándonos en sus sentimientos y no en los nuestros: ¿Cómo te has sentido? ¿Estás orgulloso? ¿Te sientes frustrado?
- Agradecer: Cuando hacen algo para nosotros, sin duda, podemos agradecerlo.

UN NIÑO NO NECESITA HALAGOS, LOS HALAGOS ROMPEN EL ENCANTO.

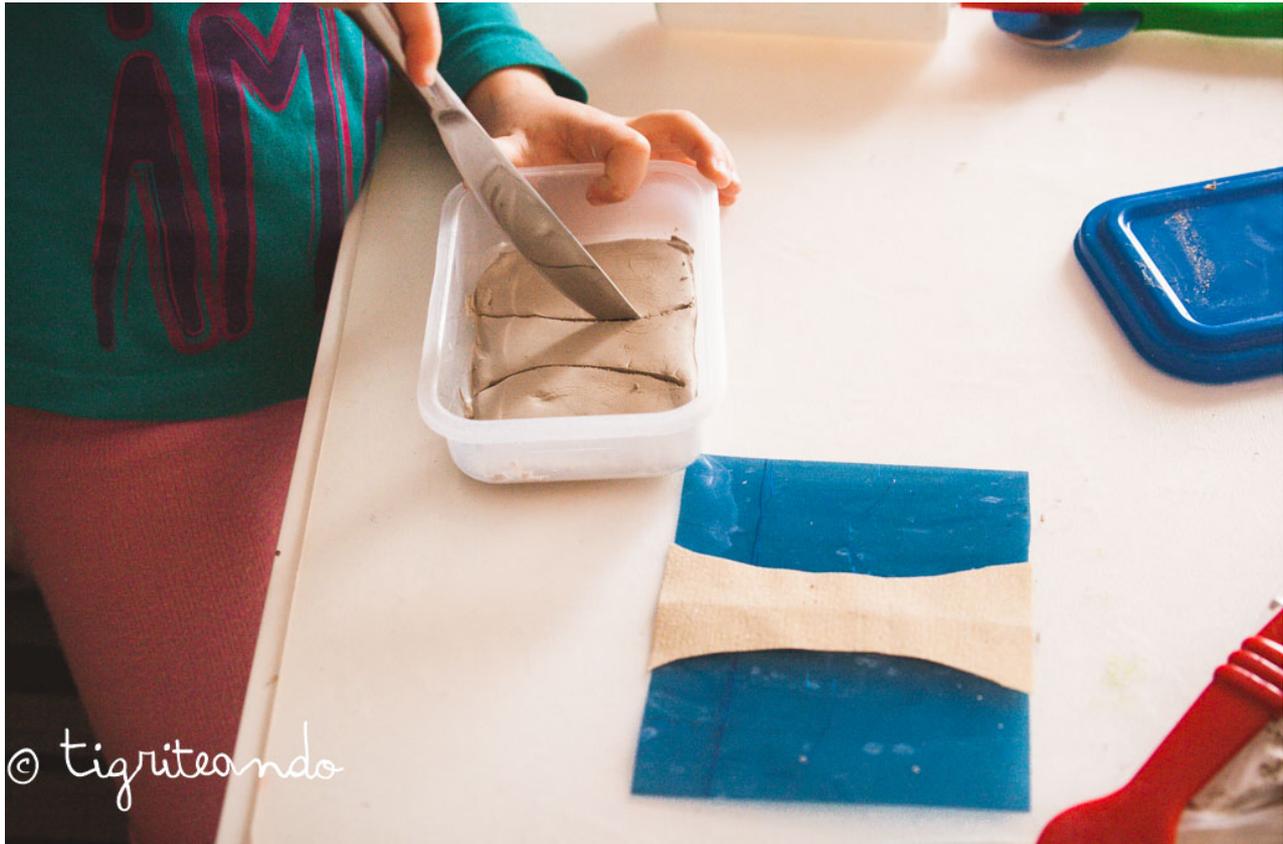
María Montessori

ALENTAR VS ALABAR

La diferencia entre alentar y halagar es fundamentalmente que en el primero no ofrecemos nuestro juicio y en el segundo sí. Según la RAE estas son las definiciones de alentar y alabar

- Alentar : Animar, infundir aliento o esfuerzo, dar vigor a alguien o algo.
- Alabar: Manifestar el aprecio o la admiración por algo o por alguien, poniendo de

relieve sus cualidades o méritos.



Igual que cuando hablamos de los peligros de no tener un ambiente preparado, podemos hablar de los riesgos de utilizar halagos vacíos de forma indiscriminada: No les permite desarrollar su motivación interna, les convierte en dependientes de los demás y tienen menos probabilidades de tener éxito en tareas en las que la creatividad sea esencial.

Cuando alentamos, por el contrario, nos enfocamos en aspectos como:

- Esfuerzo: «Veo que hiciste un gran esfuerzo por completar esta tarea»
- Mejora » Veo que cada vez manchas menos a la hora de cocinar»
- Cooperación «Trabajasteis juntas y llegasteis a un acuerdo»
- Confianza «Debes estar muy orgullosa»

Además, aunque la alabanza funcione muy bien a corto plazo (las frases nos hacen sentir bien), a largo plazo no invita a los niños a ser competentes, autónomos y desarrollar su motivación intrínseca.

No me gustaría terminar sin animaros a daros permiso para alabar de vez en cuando a los niños sin sentirnos culpables. No debemos volvernos paranoicos con las alabanzas y los halagos vacíos, simplemente ser conscientes de que lo que necesitan nuestros niños es un tipo de feedback que les empodere.

Resumen de la lección:

- Los halagos son en definitiva premios verbales que no fomentan la motivación intrínseca de los niños.
- Evitar la expresión «muy bien» no es fácil, pero podemos sustituirla por «Lo hiciste» si necesitamos seguir usando la coletilla.
- Podemos también evitarla mediante otras expresiones: Expresar lo que vemos, preguntar, enfocarse en el esfuerzo y/o en el progreso, validar sus sentimientos y/o agradecer.
- Alentar y alabar no es lo mismo, debemos intentar enfocarnos en lo primero cuando ofrezcamos feedback a los niños.