

Términos y mentalidades: Impulsividad.

educacion.press/2019/05/03/terminos-y-mentalidades-impulsividad/

May 3,
2019



LA OPINIÓN DE. . . JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER



Nacido en Valencia y residente en Navarra, escolapio, grupo Mente-Cerebro (ICS) UNAV (Universidad de Navarra). Doctor en Educación por la Universidad de Navarra. Licenciado en Estudios Eclesiásticos en el año 2001 por la facultad de Teología San Vicente Ferrer, Valencia. Ingeniero Superior de Caminos Canales y Puertos en el año 1997 por la Universidad Politécnica de Valencia. Máster en Neurociencia y Cognición por la Universidad de Navarra. Máster Internacional en Bioética por la cátedra Jerónimo Legeune. Profesor en educación

*secundaria obligatoria y Bachillerato. Autor del programa UpToYou, proyecto para la educación emocional del adolescente. En **LA OPINIÓN DE...** Nos habla sobre términos y mentalidades. Impulsividad.*

La impulsividad suele ser considerada en educación como un problema para el aprendizaje; por eso se propone controlarla: “Hijo, aprende a controlarte”. Incluso, desde los primeros años de la vida, se entiende que los padres tienen que regular los comportamientos de los hijos para que estos aprendan a regularlos por sí mismos más adelante. Por ejemplo, un padre dice: “Hijo, ahora toca comer; no se puede hacer siempre lo que uno quiere; ahora no toca jugar; controla tu mal genio; ya jugarás luego”. Se suele entender la impulsividad como esa fuerza o conjunto de fuerzas que dirigen de una forma pseudopulsional a la persona a cubrir sus necesidades. Y parece que, ante la impulsividad, lo único que cabe es desarrollar la capacidad del autocontrol, para no estar sometido a la tiranía de cubrir la necesidad aquí y ahora y así poder establecer metas de más largo alcance de las cuales no vemos el fruto salvo pasado cierto tiempo. Así ese niño aprenderá a ser un buen adulto que sabe buscar bienes de mucho valor, pero lejanos en el tiempo, sin ser distraído de su propósito por las necesidades que se van despertando y presentando en su camino. Parece una propuesta lógica ¿No?

Puede leerse el artículo del autocontrol para conocer cómo la postura de UpToYou está muy lejos de esta concepción. Pero conviene ahora profundizar en el término impulsividad, viendo qué se esconde detrás de él y cuál sería la forma educativa de entender tal fenómeno para ayudar a crecer a la persona.

Como primera afirmación, podemos decir que la concepción subyacente a la impulsividad es patológica pues hace a la persona enemiga de sí misma ya que lucha contra su propia naturaleza y, además, hace a la persona esquizofrénica pues parece que está dividida en un saco de impulsos que, de forma insospechada, van explotando en su interior. Para entender esa referencia al “saco de impulsos” leer los artículos de deseo – sensibilidad e instintos – pulsiones.

En UpToYou pensamos que **no se trata de corregir comportamientos, sino de desarrollar capacidades** y, más aún, **se trata de educar para actuar desde el interior** o, dicho de otra manera un tanto complicada, **educar en la conciencia de la autodeterminación**.

La idea de “no corregir comportamientos sino desarrollar capacidades” la tomamos de **María Montessori**, quien se planteó el origen de esos llamados “comportamientos disruptivos”. Ella se hacía esas y otras preguntas porque comprendía que el educador tenía que ser como un investigador de la naturaleza del niño. Un investigador no manipula la naturaleza, pues si la quiere conocer en lo que ella es, debe dejar que ésta pueda expresarse con naturalidad. Así, al conocer la naturaleza del niño, su mente, uno puede situarse constructivamente, no buscando controlar nada, sino ayudando a que esta se desarrolle y crezca. Si hoy en día, a los educadores se nos olvida preguntarnos el porqué de las cosas, es porque creemos conocerlo todo sin investigar y, por ejemplo, llamamos mal comportamiento o mala actitud a lo que podría ser una proyección

personal. Es decir, si nosotros nos comportásemos así, nos estaríamos comportando mal y mostraríamos una actitud torcida. Pero ¿Por qué tenemos que pensar que la forma de comprender el mundo del adulto es la forma que tiene el niño de acceder al mundo? Montessori proponía que se vieran esas faltas de buen comportamiento no como algo que necesita ser corregido, sino como un signo de que hay una capacidad que desarrollar. Si un niño hace ruido usando la silla, no es que quiera hacer ruido. No es que se trate de una acción a corregir, sino de una capacidad a desarrollar.

Dicho de otra forma hay que educar en el “sí”, no en el “no”. La educación ayuda a actuar, no a no actuar. El “no hacer ruido” no tiene sentido en sí, sino que es efecto de “saber usar la silla”. El control de la impulsividad busca asegurar el no. Y eso es un gran error. No hacer ruido es un efecto y los efectos surgen si los verdaderos objetivos se alcanzan. Confundir objetivos con efectos es un error, por otra parte frecuente, en educación. Cuando nos centramos en educar comportamientos nos convertimos en domesticadores de niños, cuando nos centramos en desarrollar capacidades para ponerlas al servicio del encuentro interpersonal somos educadores. Tú, padre, madre, profesor o profesora ¿Quién quieres ser?

Por eso, nuestra propuesta es que esas faltas de control del comportamiento que solemos tipificar como signos de que se ha cedido a los impulsos interiores, en verdad sean conceptualizadas como simples errores de quien está aprendiendo. Supongo que todo el mundo admitirá que no es posible aprender sin errores y sin una buena aproximación pedagógica a los mismos. Pongamos un ejemplo que, aunque con limitaciones, nos puede ayudar a entender. Pensemos que uno va en bici y se cae. No se trata de que evite caerse, sino de que aprenda a ir en bici. De hecho, cuando uno se centra en no caerse, se cae. En nuestro caso, no se trata de evitar malos comportamientos (impulsividad); sino en desarrollar capacidades.

Lo que llamamos un mal comportamiento no es malo. Malo y bueno son calificativos morales. Hablaríamos de mal comportamiento si estuviéramos hablando de un comportamiento perverso. Un comportamiento, llamémoslo “disruptivo para la psicología del adulto”, no sería más que un error. Una rabieta de un niño porque no quiere comer sino jugar, es ciertamente disruptivo para la paz psicológica del adulto, pero también para el niño es una sorpresa y una frustración de sus expectativas. ¿Qué queremos, que el niño se siente y coma o queremos que desarrolle la capacidad de vivir la frustración de una forma constructiva? (ver el término frustración). Lo que proponemos es que, si ese erróneamente llamado “mal comportamiento” es en verdad un error, habría que darle el mismo tratamiento que a otro tipo de errores como que $2 + 2 = 5$. Error es distancia entre lo propuesto y la realidad y frustración es lo mismo pero a nivel psicológico, distancia entre lo esperado y lo encontrado. ¿Qué se hace con el 5? Unos lo tachan y ponen 4. Pero así el niño no ha aprendido a sumar, sino que simplemente ha aprendido una asociación. ¿Qué quieres, que aprenda el 4 o que aprenda a sumar? La intención que tengas cambiará tu forma de interactuar con el niño. Pedagógicamente hablando, sabemos que es necesario saber por qué se puso ese 5. El 5

necesita ser comprendido, no corregido. Un comportamiento disruptivo necesita ser comprendido, no corregido. Pero si el 5 es malo o el comportamiento es malo, ¿quién va a estudiar algo malo? Lo malo simplemente hay que quitarlo.

¿Cuánto tiempo hay que esperar para que una persona conozca que es un error el 5? ¿Cuáles son los tiempos de aprendizaje para un niño? Y en el caso de los comportamientos, ¿Cuánto tiempo necesita un niño para comprender la frustración o para comprender lo que le pasa en ese comportamiento? Creo que no me equivoco si digo que somos más pacientes para que el niño comprenda el 5 que para que el niño comprenda lo que pasa en su interioridad. Pero creo que también todos aceptaremos que es más complicado conocer las dinámicas interiores que conocer un 5. ¿A qué viene tanta urgencia en adquirir un comportamiento cuanto antes? ¿Es una necesidad de desarrollo del niño o es la necesidad de la búsqueda de la paz psicológica del educador?

Vale la pena darse cuenta que no estoy diciendo que no hay que atender ese comportamiento disruptivo, pues sería lo mismo que no prestar atención al 5. Tan dañino es quitar el 5 como dejarlo estar. Tan dañino es reprimir el comportamiento como dar el visto bueno a cualquier comportamiento. No se trata ni de reprimir, ni de dejar fluir, se trata de comprender y remitir a la persona a su interioridad y que, desde ahí, actúe. Y ¿Cuánto tiempo requiere eso? Pues no lo sé, pero seguro que mucho más que lo que nuestra paz psicológica está dispuesta a esperar.

Además, dejando fluir el comportamiento o reprimiéndolo, estamos enseñando lo mismo al niño: "Tú eres un saco de impulsos, tu no eres persona". Tanto si el niño se sale con la suya, como si es el adulto el que consigue imponer su voluntad se está enseñando lo mismo. Le estamos diciendo que la persona es un saco de impulsos. **Kohut** es un psicoanalista muy interesante que mostró esto con detalle. Al educar al niño, le estamos diciendo sobre todo quién o qué es él o ella. Si es saco de impulsos, es un qué; si es persona, es un quién.

McAdams, un psicólogo de renombre, dice que, si dejamos salir nuestro interior, vivimos en el caos, pero si lo reprimimos, vivimos en la miseria. Tristemente, él propone que vale la pena la miseria como un "mal que pagar" para evitar un mal mayor que sería el caos. Es una pena, pero McAdams no conoce otra alternativa.

Lo que proponemos desde **UpToYou** es que, cuando aparecen algunos de esos comportamientos, no tratemos ni de reprimirlos ni de dejarlos fluir, sino que los tomemos como punto de partida para crecer en el autoconocimiento. Esto nunca lo haremos si estamos obsesionados con quitar esos comportamientos. Voy a comentar una frase difícil de aceptar: la violencia no hay que corregirla, hay que comprenderla. ¿Cuánto tiempo requiere comprender por qué se vive de una forma determinada? Y una vez comprendido, ¿Qué vale la pena proponer? Cuando comprende su comportamiento, una persona descubre la complejidad de su propia realidad e historia personal. La persona ha hecho un viaje desde lo exterior (comportamiento) al interior (su propia intimidad). La persona es el ser que existe gracias a las relaciones de intimidad que desarrolla con otras personas. Por eso, cuando hemos remitido a la persona a su

interioridad, es cuando le toca decidir qué tipo de relación quiere tener con las otras personas. Esto es **actuar desde el interior**. Pero, al hacer eso, la persona se da cuenta de que hay algo más importante que desarrollar una capacidad (tal y como ya indicaba Montessori). Se trata de decidir quién quiero ser en mis relaciones con los demás. Por eso decíamos que, al actuar desde el interior, la persona vivía un **proceso de autodeterminación**, pues al decidir qué hacer estoy decidiendo en verdad quién ser. Pero, si ya cuesta que la persona se sitúe desde el interior y remitir a la interioridad, ¿Cuánto tiempo más supone que la persona aprenda a actuar desde esa interioridad y no meramente atendiendo urgencias o cubriendo necesidades?

No queremos promover ni la reprensión ni la educación en el capricho, sino ayudar a la persona a actuar humanamente, desde su interior movilizándolo todos sus recursos y transformando este mundo.

Así pues, cuando veas que tu hijo, o tu alumno, tiene un comportamiento que valoras como disruptivo, en lugar de buscar corregir un comportamiento es mejor preguntarse qué capacidad vale la pena desarrollar. Más aún, **el objetivo a alcanzar nunca será un comportamiento, ni el mero desarrollo de una capacidad, sino que el educando vaya determinando una forma de ser que mejore sus relaciones a propósito de hacer la tarea que sea**. Si a tu hijo le pides que arregle el cuarto y el niño por su actuar que llamamos impulsivo lo deja todo peor de lo que estaba, no le digas lo que no tiene que hacer, tampoco le digas lo que tiene que hacer. Sino que pregúntate ¿Cómo voy a interactuar con mi hijo para que a propósito de recoger el cuarto se mejore nuestra relación personal?