

EL DEBATE

www.eldebate.com

LOS RIDÍCULOS DE LA EDUCACIÓN JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER

La validación afectiva y la dependencia

Es asumido con mucha naturalidad que cuando el alumno o el hijo presenta al profesor o al padre o madre una situación emocional o un trabajo, el primer movimiento del educador es validar

21/01/2024

Un niño llega triste, cabizbajo y llorando a su maestra porque otro niño le ha roto un dibujo y la profesora le acoge diciendo: «es normal estar triste, pues te acaban de romper el dibujo». Esto es un ejemplo típico de validación.

Es asumido con mucha naturalidad que cuando el alumno o el hijo presenta al profesor o al padre o madre una situación emocional o un trabajo, el primer movimiento del educador es validar. Con ello se está queriendo expresar que se reconoce que es importante lo que el otro vive o hace. Incluso es fácil que con la importancia se muestre la bondad, pues se reconoce y se valora. También es fácil que, con el deseo de empatizar, el educador remita a que también le pasa algo parecido. Todo esto lleva a normalizar lo que de alguna forma se siente o vive. Con la validación, el educador muestra que acepta las emociones del otro. Aunque la validación nació en el ámbito psicológico y emocional, de forma natural se traslada a aceptar y acoger las acciones del otro como punto de partida para el diálogo; aceptación que, sin querer o queriendo, muchas veces acaba siendo una confirmación implícita de que es adecuado lo que el otro siente o hace, puesto que es normal sentir de esa forma después de lo acontecido. Además, al educador que aplica esta técnica se le pide que valide, aunque él o ella no está de acuerdo o tenga una experiencia muy distinta a la que le presenta.

Esto se propuso como alternativa a otras formas de acogida que se centraban en evitar la tensión, como «no te preocupes», «no es para tanto» «no vale la pena estar así». Con esta intervención se estaba cuestionando que el otro tenga que sentir de esa forma. Si bien estas frases no ayudan, tampoco lo hacen en verdad las alternativas de la validación, porque tampoco es cierto que haya que sentir de esa forma. Ni es normal ni anormal, no es adecuado ni inadecuado sentir de una forma. Ninguna de esas categorías ayuda a entender la realidad emocional. Si bien la propuesta de la validación surge con buenos deseos, su realización lo que hace es cambiar el problema de lugar. Buenos deseos no le faltan tanto a una como a otra propuesta. Pero con buenos deseos también se puede hacer mucho daño.

El niño no necesita ser validado en lo que siente, sino ratificado en quien es. La persona no necesita que se le valide nada: ni lo que hace, ni lo que siente, ni lo que desea, ni lo que gusta, ni lo que sueña. Uno no necesita ser confirmado o negado en lo que hace. ni validado ni invalidado. Eso le corresponde a cada uno. Lo que la persona necesita es que, partiendo de la acogida personal, se le ayude a examinar todo.

Dicho de otra forma, no se trata de validar o confirmar lo que uno siente, hace, piensa, desea, etcétera, sino que la validación debe orientarse a la persona. Cuando se validan sus acciones o experiencias, la persona encuentra su consistencia en lo que siente, sueña o hace, pero eso en el fondo es generar dependencia de lo validado y/o de quien valida.

No es normal estar triste porque a uno le hayan roto el dibujo. Es sencillamente lo que le pasó a ese niño. Y no le corresponde al educador validar o invalidar la experiencia. Cada acontecimiento tiene cien mil formas de ser vivido. Estar triste a propósito de la ruptura del dibujo es sencillamente lo que ha vivido esa persona. Al validar lo que el otro vive se le está dando una significación a lo ocurrido, cuando el educador debe ayudar a que el educando signifique, pero no le tiene que hacer significar de una forma concreta. El educador se está metiendo donde no debe entrar. No se ayuda a significar dando significados, sino ayudando a examinar lo vivido, y para examinarlo, el educador no necesita validar lo que vive, sino mostrar la acogida incondicional del otro al mismo tiempo que su disposición de acompañarle en el proceso de análisis.

Además, habría que preguntarse si en lugar de estar triste y llorar hubiera gritado por el enfado, ¿la profesora le hubiera validado igual? Si

la profesora aplica en congruencia la propuesta de la validación, debería hacerlo igual, pero lo que es fácil encontrar es que en ese caso no valida. Con ello, añade otro problema y es que la validación es una forma de premio afectivo a un niño y un castigo por la ausencia de validación al otro. Esto lleva a que el niño validado tenga dependencia de su profesora. La consistencia al niño triste se la da su profesora, que de alguna forma le «bendice» lo que vive, pues al otro no le valida. Pero eso es una falsa consistencia. La consistencia sana no descansa en lo que uno vive o hace, sino en quien es.

Tanto si la profesora valida a unos sí y a otros no como en el caso de que valide a todos, se equivoca igualmente, pues el niño encuentra la consistencia en la tácita aprobación de lo que siente o hace. Si además unos niños son validados y otros no o unas situaciones son validadas y otras no, se crean unas relaciones lineales en las que el niño no tiene una relación estable y segura con la profesora, sino en función de lo que siente o hace. Eso hace que el niño quiera sentir o hacer lo que la profesora valida, por lo que ese niño no será natural, sino que acabará fingiendo el estado que le permite la aceptación. Y la profesora puede caer, sin saberlo, en estar manipulando al niño.

Esto no se soluciona porque la profesora valide a todo niño y toda actuación, pues la validación se centra en la acogida del sentimiento o de la acción. Lo que necesita la persona es ser acogida como persona, y no lo que siente o lo que hace. No hace falta decirle al niño que es normal lo que vive, sino mostrarle que con independencia de lo que viva, se apuesta por el niño porque se le quiere escuchar y analizar todo. Y eso se puede hacer tanto si el niño siente de una forma o de otra como si actúa de una forma o de otra. La persona es más que sus sentimientos y sus acciones, y por eso la persona puede ser acogida siempre. Entonces, al niño se le puede decir algo tan sencillo como: «cuéntame, te escucho» o «¿me cuentas qué ha pasado?».

Si la persona descubre que es más que lo que siente y hace, podrá examinar con verdadera libertad lo que siente o hace. Pero para ello hace falta no ser validado por lo que uno siente o hace, sino al margen de lo que hace o siente. La persona es ratificada cuando encuentra que con independencia de lo que uno hace o siente el otro le confirma su cercanía, disponibilidad. Y esto lo necesitamos todos con independencia de la edad.

