



Cinco razones para dejar de decir “¡Muy Bien!”



por Alfie Kohn *
YOUNG CHILDREN
Septiembre 2001

Salga a un sitio de juegos, visite una escuela o aparézcase en la fiesta de cumpleaños de un niño, y hay una frase que de seguro va a escuchar: “¡Muy bien!”. Incluso los bebés pequeños son elogiados por juntar sus manos (“Bonito aplauso!”). A algunos de nosotros se nos escapan estos juicios sobre nuestros niños al punto de que casi se convierte en un tic verbal.

Muchos libros y artículos advierten en contra de recurrir al castigo, desde pegar hasta el aislamiento forzado (“tiempo fuera”). Ocasionalmente alguien incluso nos pedirá que reconsideremos la práctica de sobornar a los niños con stickers o comida. Pero usted tendrá que buscar arduamente para encontrar una palabra que desaliente lo que es eufemísticamente llamado refuerzo positivo.

Para que no haya ningún malentendido, el punto aquí no es cuestionar la importancia de apoyar e incentivar a los niños, la necesidad de amarlos y abrazarlos y ayudarlos a sentirse bien con ellos mismos. Los elogios, sin embargo, son una historia completamente diferente.

Aquí explico por qué.

1. Manipulando a los niños. Suponga que usted ofrece una recompensa verbal para reforzar el comportamiento de un niño de dos años que come sin regar, o de un niño de cinco años que limpia sus materiales de arte. ¿Quién se beneficia de esto? ¿Es posible que el decir a los niños que han hecho un buen trabajo tenga menos que ver con sus necesidades emocionales que con nuestra propia conveniencia?

Rheta DeVries, profesora de educación en la Universidad del Norte de Iowa, se refiere a esto como “control con cubierta de azúcar”. Muy parecido a las recompensas tangibles – o, para el propósito, castigos – es una forma de hacer algo a los niños para conseguir que ellos cumplan con nuestros deseos. Puede ser efectivo en producir estos resultados (al menos por un tiempo), pero es muy diferente a trabajar *con* los niños – por ejemplo, entablar una conversación con ellos a cerca de qué es lo que hace a una clase (o a una familia) funcionar

sin problemas, o cómo otras personas son afectadas por lo que hemos hecho – o dejado de hacer. Este último enfoque no solo que es más respetuoso si no que no es efectivo para ayudar a los niños a convertirse en personas reflexivas.

La razón por la cual los elogios pueden funcionar a corto plazo es que los niños pequeños están hambrientos de aprobación. Pero nosotros tenemos la responsabilidad de no aprovecharnos de esta dependencia para nuestra propia conveniencia. Un “¡Muy bien!” para reforzar algo que hace nuestras vidas un poco más fáciles puede ser un ejemplo de tomar ventaja de la dependencia de los niños. Los niños también pueden empezar a sentirse manipulados por esto, incluso si ellos no pueden explicar a ciencia cierta por qué.

2. Creando adictos a los elogios. De seguro, no todo uso de elogios es una táctica calculada para controlar el comportamiento de los niños. Algunas veces felicitamos a los niños solamente porque estamos genuinamente complacidos por lo que han hecho. Sin embargo, incluso en esos casos, vale la pena poner más atención. En lugar de aumentar la auto estima de un niño, los elogiados pueden incrementar su dependencia hacia nosotros. Mientras más decimos “Me gusta la forma en que tú...” o “Muy bien hecho...”, incrementa la dependencia de los niños hacia *nuestras* evaluaciones, *nuestras* decisiones acerca de lo que está bien y mal, en lugar de aprender de sus propios juicios. Esto los lleva a medir su valor en términos de lo que a nosotros nos hará sonreír y darles un poco más de aprobación.

Mary Budd Rowe, una investigadora de la Universidad de Florida, descubrió que los estudiantes que eran elogiados profusamente por sus profesores eran más indecisos en sus respuestas, más proclives a responder en un tono de voz de pregunta (“mm, ¿siete?”). Tendían a retractarse de una idea propuesta por ellos tan pronto como un adulto mostraba su desacuerdo. Además, tenían menos tendencia a perseverar en tareas difíciles o compartir sus ideas con otros estudiantes.

En resumen, “Buen trabajo!” no les da seguridad a los niños; en última instancia, los hace sentirse menos seguros. Este tipo de frases puede incluso crear un círculo vicioso en el que mientras más recurrimos a los elogios, más parecen los niños necesitarla, por lo que los elogiamos aún un poco más. Penosamente, algunos de estos niños se convertirán en adultos que continúan necesitando a alguien que les dé una palmada en la espalda y les diga si lo que hicieron estuvo bien. De seguro, esto no es lo que queremos para nuestros hijos e hijas.

3. Robando el placer de un niño. Aparte del problema de dependencia, un niño merece disfrutar de sus logros, sentirse orgulloso de lo que ha aprendido a hacer. También merece decidir cuándo sentirse de tal o cual forma. Pero, cada vez que decimos, “¡Muy bien!”, le estamos diciendo al niño cómo sentirse.

De seguro, hay momentos en los que nuestras evaluaciones son apropiadas y nuestra guía es necesaria – especialmente con niños que ya caminan y de edad pre-escolar. Pero una corriente constante de juicios de valor no es ni necesaria ni útil para el desarrollo de los niños.

Desafortunadamente, seguramente no nos hemos dado cuenta de que “¡Muy bien!” es una evaluación tanto como lo es “¡Mal hecho!” La característica más notable de un juicio positivo no es que este sea positivo, si no que es un juicio. Y a la gente, incluyendo a los niños, no les gusta ser juzgados.

Yo disfruto y guardo las ocasiones en las que mi hija logra hacer algo por primera vez, o hace algo mejor de lo que lo había hecho hasta ahora. Pero trato de resistir al reflejo de decir “¡Muy bien!” porque no quiero diluir su alegría. Quiero que ella comparta su placer conmigo, no que me mire buscando un veredicto. Quiero que ella exclame, “¡Lo hice!” (lo que ocurre regularmente) en lugar de preguntarme con incertidumbre, “¿Estuvo bien?”

4. Perdiendo el interés. “¡Muy bonita pintura!” puede hacer que los niños sigan pintando por el tiempo que nos mantengamos mirando y elogiándolos. Pero, advierte Lilian Katz, una de las principales autoridades nacionales de educación en la temprana infancia, “una vez que se quita

la atención, muchos niños no volverán a esa actividad nuevamente.” Efectivamente, una cantidad impresionante de investigaciones científicas han mostrado que mientras más recompensamos a la gente por hacer algo, más tiende a perder el interés por cualquier cosa que deban hacer para obtener recompensas. Ahora el punto no es dibujar, leer, pensar, crear – el punto es tener el regalo, sea este un helado, un sticker o un “¡Muy bien!”.

En un estudio de problemas conducido por Joan Grusec de la Universidad de Toronto, los niños pequeños que fueron elogiados frecuentemente por muestras de generosidad, tendían a ser un poco *menos* generosos en el día a día, de lo que eran los otros niños. Cada vez que ellos han oído “¡Muy bien por compartir!” o “Estoy muy orgulloso de ti por ayudar”, ellos perdían el interés por compartir o ayudar. Estas acciones vinieron a verse no como algo valioso en su propio sentido de lo justo, si no como algo que deben hacer para obtener nuevamente esa reacción del adulto. La generosidad se convierte en el medio para un fin.

Motivan los elogios a los niños? Por supuesto. Los motivan a obtener elogios. Desgraciadamente, esto sucede frecuentemente a expensas del compromiso hacia cualquier cosa que ellos estaban haciendo y que provocó un elogio.

5. Disminuyendo el Desempeño. Como si no fuera suficientemente malo que un “¡Muy bien!” pueda menoscabar la independencia, el placer y el interés, puede también interferir con cuán bien los niños hacen una tarea. Los investigadores continúan hallando que los niños que son elogiados por hacer bien un trabajo creativo tienden a tropezar en la siguiente tarea- y no les va tan bien como a los niños que no fueron elogiados al principio.

¿Por qué sucede esto? En parte porque los elogios crean una presión de “continuar el buen trabajo”, llegando a interponerse en el camino de lograrlo. En parte porque su interés en lo que hacen puede disminuir. En parte porque ellos se vuelven menos propensos a tomar riesgos – un prerrequisito para la creatividad- una vez que comienzan a pensar sobre cómo hacer que esos comentarios positivos continúen viniendo.

En forma general, “¡Muy bien!” es un vestigio de un enfoque que reduce toda la vida humana a comportamientos que pueden ser vistos y medidos. Desafortunadamente, esta ignora los pensamientos, sentimientos y valores que yacen detrás de los comportamientos. Por ejemplo, un niño puede compartir un refrigerio con un amigo como una forma de atraer un elogio, o como una forma de asegurarse de que otro niño tenga suficiente para comer. Los elogios por compartir ignoran estos diferentes motivos. Peor aún, estos de hecho promueven el motivo menos deseable, haciendo a los niños más proclives a tratar de pezar elogios en el futuro.

Una vez que usted empieza a elogiarlo por lo que es – y lo que hace – estas pequeñas y constantes explosiones de evaluación de los adultos comienzan a producir los mismos efectos que unas uñas rasgadas lentamente sobre un pizarrón. Usted comienza a alentar a un niño a dar a sus maestros y padres un bocado de su propia melaza, volteándose a responderlos diciendo (en el mismo tono de voz dulzón), “¡Muy buen elogio!”

Sin embargo, no es un hábito fácil de romper. Dejar de elogiar, al menos al principio, puede parecer extraño,. Se puede sentir como si estuviese siendo frío o guardándose algo. Pero eso, (y pronto se vuelve evidente) sugiere que *nosotros elogiamos más porque necesitamos decirlo que porque nuestros niños necesitan oírlo*. Siendo esto así, es tiempo de reconsiderar lo que estamos haciendo.

Lo que los niños necesitan es apoyo incondicional, amor sin compromisos. Eso no solo que es diferente a un elogio – es lo *opuesto* al elogio. “¡Muy bien!” es condicional. Significa que estamos ofreciendo atención, reconocimiento y aprobación por saltar a través de nuestro aro, es decir, por hacer algo que nos place a nosotros.

Este punto, usted lo notará, es muy diferente a una crítica que mucha gente ofrece al hecho de dar a los niños mucha aprobación, o dársela muy fácil. Ellos recomiendan que nos hagamos más tacaños con nuestros elogios y demandemos que los niños “los ganen”. Pero el problema real no es que los niños de esta época esperen ser elogiados por todo lo que hacen. Lo que

sucede es que nosotros estamos tentados a tomar atajos, a manipular a los niños con recompensas en lugar de explicar y ayudarlos a desarrollar las habilidades necesarias y los buenos valores.

Entonces, ¿cuál es la alternativa? Eso depende de la solución, pero cualquier cosa que decidamos decir tiene que ser en el contexto del afecto genuino y amor por lo que los niños son en vez de por lo que han hecho. Cuando está presente el apoyo incondicional, un “¡Muy bien!” no es necesario; cuando no está presente, un “¡Muy bien!” no ayudará.

Si estamos elogiando acciones positivas como una forma de desalentar un mal comportamiento, esto tiene poca probabilidad de ser efectivo por mucho tiempo. Incluso cuando esto funciona, no podemos afirmar que el niño ahora “se esté comportando”; sería más preciso decir que los elogios lo hacen comportarse. La alternativa es trabajar con el niño, para descubrir las razones por las que él está actuando de esa manera. Podríamos tener que reconsiderar nuestros propios requerimientos en vez de simplemente buscar una forma de que los niños obedezcan. (En lugar de usar “¡Muy bien!” para hacer que un niño de cuatro años se siente callado durante una larga clase o cena familiar, tal vez deberíamos preguntarnos si es razonable esperar que un niño haga esto).

También debemos encaminar a los niños hacia el proceso de tomar sus propias decisiones. Si un niño está haciendo algo que molesta a otros, entonces sentarse posteriormente con él y preguntarle, “¿Qué piensas que podemos hacer para solucionar este problema?” podría ser más efectivo que chantajes o amenazas. Esto también ayuda al niño a aprender cómo resolver problemas y le enseña que sus ideas y sentimientos son importantes. Por supuesto, este proceso toma tiempo y talento, cuidado y coraje. Lanzar un “¡Muy bien!” cuando el niño actúa en una forma que nosotros estimamos apropiada no toma ninguna de estas cosas, lo que explica por qué las estrategias de “hacer algo a” son más populares que las estrategias de “trabajar con”.

¿Y qué podemos decir cuando los niños hacen algo impresionante? Considere estas tres posibles respuestas:

No diga nada. Algunas personas insisten en que un acto servicial debe ser “reforzado” porque, secreta o inconscientemente, ellos piensan que fue una casualidad. Si los niños son básicamente malos, entonces se les debe dar una razón artificial para ser buenos (a saber, recibir una recompensa verbal). Pero si este cinismo es infundado-y muchas investigaciones sugieren que lo es-entonces los elogios no serían necesarios.

Diga lo que vio. Un enunciado simple, sin evaluación (“Te pusiste los zapatos por ti mismo” o incluso solamente “Lo hiciste”) dice a su hijo que usted se dio cuenta. También le permite a él sentirse orgulloso de lo que hizo. En otros casos, puede tener sentido hacer una descripción más elaborada. Si su hijo hace un dibujo, usted podría ofrecer unas observaciones –no un juicio-sobre lo que usted ve: “¡La montaña es inmensa!” “¡Hijo, de seguro usaste mucho color morado hoy día!”

Si un niño hace algo cariñoso o generoso, usted podría atraer su atención sutilmente hacia el efecto de esta acción *en la otra persona*: “¡Mira la cara de Abigail! Ella parece muy feliz ahora que le diste un poco de tu comida”. Esto es completamente diferente a un elogio, en el que el énfasis está en cómo *usted* se siente acerca de la acción hecha por su hijo.

Hable menos, pregunte más. Incluso mejores que las descripciones son las preguntas. Por qué decirle a él qué parte de su dibujo le impresionó a usted cuando puede preguntarle qué es lo que a él le gusta más de su dibujo? El preguntar “Cual fue la parte más difícil de dibujar?” o “¿Cómo hiciste para hacer el pie del tamaño correcto?” es probable que alimente su interés por el dibujo. Decir “¡Muy bien!”, como lo hemos visto, puede tener exactamente el efecto contrario.

Esto no significa que todos los cumplidos, todos los agradecimientos, todas las expresiones de gusto sean dañinas. Debemos considerar los motivos por los que los decimos (una expresión genuina de entusiasmo es mejor que un deseo de manipular el futuro comportamiento del niño) así como los efectos verdaderos de decirlos. ¿Están nuestras reacciones ayudando al niño a percibir un sentido de control sobre su vida—o de buscar constantemente nuestra aprobación? Están estas expresiones ayudándolo a volverse más entusiasta en lo que está haciendo por derecho propio, o convirtiéndolo en algo que él solo quiere hacer para recibir una palmada en la espalda.

No es cuestión de memorizar un nuevo guión, si no de tener presentes nuestros objetivos a largo plazo para nuestros hijos y estar alerta sobre los efectos de lo que decimos. La mala noticia es que el uso de refuerzos positivos no es realmente algo positivo. La buena noticia es que usted no tiene que evaluar para poder motivar.

* Copyright © 2001, 2007 por Alfie Kohn.

Este artículo puede ser bajado de internet, reproducido, y distribuido sin permiso siempre y cuando cada copia incluya este anuncio juntamente con la información de las citas (*Parents*, mayo de 2000, Alfie Kohn).

Cinco razones para dejar de decir “¡Muy Bien!”

Versión abreviada publicada en la revista *Parents* en mayo de 2000 con el título “Hooked on Praise” (“Enganchados a los Elogios”).

Manipular a los niños:

A veces decir a los niños que han hecho un buen trabajo tiene menos que ver con sus necesidades emocionales que con nuestra propia conveniencia. Rheta Devries, profesora de educación en la universidad de Iowa, se refiere a esto como control- endulzado. Ya que se trata de un método más efectivo que las recompensas o los castigos para conseguir que los pequeños acaten nuestros deseos. Aunque funciona, es muy diferente a trabajar con ellos de una manera más respetuosa, por ejemplo haciéndoles comprender cómo todo lo que hacemos o dejamos de hacer, afecta a los demás. La alabanza funciona porque todos estamos sedientos de aprobación, pero no debemos explotar esta dependencia para nuestra propia conveniencia. Esto se llama manipulación y jamás deberíamos manipular a ningún ser humano, ni siquiera para un “buen fin”.

Crear el hábito de alabar:

Ciertamente a veces felicitamos a los niños porque estamos encantados con lo que han hecho. Pero aún así en lugar de aumentar la autoestima del niño podemos estar incrementando su dependencia respecto al adulto. Los niños en vez de aprender de sus propios juicios cada vez confían más en nuestras evaluaciones, nuestras valoraciones sobre lo que está bien o mal. El

“muy bien” lejos de aportar seguridad, les hace sentir menos seguros. Algunos de estos niños se convertirán en adultos que constantemente necesitan de la alabanza de los demás.

Robar el placer al niño:

Un torrente continuo de juicios de valor no es útil ni necesario para el desarrollo infantil pues a parte de la cuestión de la dependencia un niño merece deleitarse con sus realizaciones sintiéndose orgulloso de sus aprendizajes. Es increíble cuando consiguen hacer algo por primera vez y exclaman “lo hice” en lugar de preguntar con más o menos seguridad “¿Está bien?”

Perder el interés:

¡Que dibujo más bonito! Puede hacer que los niños continúen pintando tanto como nosotros permanezcamos mirando y alabando. No hay más que ver que a todos los niños pequeños les encanta dibujar, cuando llegan a la preadolescencia ¿Cuántos se siguen expresando mediante la pintura? Lilian Katz, una especialista en educación temprana advierte que “una vez que se retira la atención, muchos niños no volverán a tocar la actividad. Cuanto más se premia a la gente por hacer algo, más se pierde el interés en lo que se está haciendo, para conseguir la golosina, en este caso: un “muy bien”.

Reducir el aprendizaje:

Ya hemos visto que el “muy bien” mina la independencia, el placer y el interés pero además interfiere también en el aprendizaje y rendimiento del niño. Los elogios pueden hacer que decaiga el interés por lo que están haciendo y que se vuelvan menos capaces de tomar riesgos al empezar a preocuparse por cómo conseguir comentarios positivos. Generalmente, “muy bien” es el remanente de un enfoque psicológico que reduce la vida humana a conductas que pueden ser vistas y medidas.