

bbk



¿Quieres que te quieran para siempre o que te quieran cada día?

13 agosto, 2020 ROBERTO AGUADO. PSICÓLOGO ESPECIALISTA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

Cuando decimos que vamos a querer para siempre, el procesamiento de esa información es fundamentalmente cognitivo, es decir el cerebro que determina querer para siempre necesita de un instrumento que solo podemos emplear los humanos: la capacidad de proponer desde este momento algo que sucederá posteriormente. Sin embargo, **querer cada día tiene mucho más que ver con el cerebro emocional, ya que la emoción está ligada permanentemente al presente, al ahora, al aquí y el ahora.** El cerebro infantil está totalmente determinado por el cerebro emocional, ya que el cerebro cognitivo tarda seis años en madurar para adquirir las “funciones ejecutivas superiores” (Diamond, 2002; Garcia-Molina, y col. 2009), que son las que pueden realizar las acciones de manipulación de la realidad a través de dos tipos de procesos de madurez:

- a) Progresivo. Donde prolifera la arborización dendrítica y la mielinización (Salami, Itami, Tsumoto & Kimura, 2003).
- b) Regresivo. Como son la apoptosis y la poda neuronal (Capilla et al, 2004).

El cerebro del menor es un cerebro basado en la emoción, y por ello necesita más del cariño cada día, que para siempre.

La relación del menor con quien le cría o le educa debe estar más cercano a lo que sucede en cada momento que a lo que nos podamos prometer que vamos a realizar para posteriormente. La crianza y la educación, no tienen demasiadas diferencias si vamos al núcleo de la relación entre un referente (padres, madres, tutores) y un referido (menor).

Para ser referente necesitamos que un referido nos acoja como tal, y esto no se produce solo por el hecho de ser padres, madres, abuelos/as, tíos/as, maestras/os, psicólogos/as, policías o cualquier otro tipo de relación de autoridad y, por ello, asimétrica entre el referido y el referente. A la par, **hay que hacer muy mal las cosas si siendo padres, madres, no somos los referentes de nuestros bebés, o si siendo maestros o maestras, no somos referentes de los alumnos/as**, sobre todo en las primeras edades escolares.

Ser referente, y estar mostrando al referido una visión única, rígida, condicionada a ideales y por ello que les ciega de todo aquello que les rodea, será una de las tragedias más ciclópeas que podemos perpetrar en la vida de nuestro referido. Hay referentes que solo muestran de forma selectiva la realidad, repercutiendo en la ceguera existencial del referido. Incluso hay referentes que solo consiguen que sus referidos tengan tristeza, rabia, asco y miedo (emociones T.R.A.M.) sobre aquello que les muestran, ya que es lo que transmiten desde lo que sienten ellos mismos, y no olvidemos que casi siempre primero se tiene la emoción sobre el referente y después sobre aquello que refiere.

Saber enseñar no es universal, aprender sí

Aprender es una necesidad para adaptarse al mundo, siendo universal, todos sabemos y queremos aprender, de hecho, es lo que hacemos siempre, sí o sí, estamos abocados a un continuo aprendizaje. **En el aprendizaje, lo que se aprende, está condicionado por la mirada de quien lo presenta, y por la emoción que se asocia con lo presentado, y esto indica que la función del que enseña no es solo presentar, sino saber exhibir lo que realmente es representativo de la realidad y saber emocionar**, a quien enseña, para que pueda integrarlo en sus almacenes de memoria, de tal manera que siempre que necesite evocarlo lo haga desde una emoción útil y adecuada, que le sirva de adaptación y de sabiduría propiciatoria de equilibrio en la relación consigo mismo y los demás. Y por ello, **saber enseñar no es universal, mientras que aprender sí.**

En un porcentaje altísimo, los padres, las madres y el profesorado como referentes más importantes en la enseñanza de las personas, quieren, desean y se esfuerzan muchísimo para enseñar adecuadamente a sus hijos/as o alumnado. Sin embargo, **la tradición cognitivista tanto científica como social, ha dado lugar a un mito poco tangible desde la realidad del ser humano, este mito está argumentado por la creencia que lo importante en la enseñanza o la crianza, es conseguir que el referido comprenda, entienda, reflexione o conozca los conceptos que tiene que aprender o se quieren enseñar.** Es esa ilusión de que al comprender o entender, que no tengo que molestar a los demás, o recordar la capital de un país, ya es suficiente para que las personas que reciben esa información lo graben o lo integren en su vida cotidiana. **Esta forma de enseñanza cognitivista ha determinado que lo importante son los resultados**, que la persona lo repita, o lo verbalice, como si lo significativo fuera la memoria semántica, **y no pone el énfasis en saber utilizarlo, para poder hacer uso de ese aprendizaje y sobre todo ponerlo al servicio de su adaptación** (memoria episódica y procedimental). Un ejemplo es conocer o comprender sobre cómo debemos presentarnos delante de los demás, o saber todo lo necesario sobre las zanahorias, pero luego ni sabemos presentarnos, ni sabemos cultivar una zanahoria.

Enseñar no es explicar o mostrar la información, es conseguir que el otro aprenda según su capacidad

El motivo por el que no todo el mundo sabe criar o enseñar, no reside en la motivación que tienen la mayoría de padres, madres y profesorado, que es muchísima, son muy pocos los que no les importa la educación de sus hijos o alumnos, pero **hacer bien las cosas como padres, madres o maestros/as es más complejo, y se necesita mucho conocimiento sobre el clima mental necesario para el aprendizaje y conseguir que este clima suceda en la mente del referido, por encima de las ganas, deseos y motivación por conseguirlo, que pueda tener como madre, padre, maestra o maestro.** Este conocimiento no se entrena en la universidad, ni habitualmente en cursillos para ser padres, madres, es un conocimiento que tiene que ver con lo que sentimos, y por lo tanto es un conocimiento que tenemos todos como mamíferos, **solo que hay que saber cómo conectar, no tanto con lo que conocemos sobre el asunto a enseñar, y mucho más con lo que se siente al transmitirlo.** Encontramos que la manera como se nos ha dicho que hay que enseñar y educar, no tiene en cuenta los factores que hemos ido comentando, y que pueden resumirse en:

a) El referente tiene que conocer si en aquello que intenta instruir, hay algo en él/ella, que le impide enseñar sobre todos los planos de esa temática, y si lo hay, tiene que reconocer que está dando una enseñanza selectiva, desde su creencia, y por ello, nada definitivo para su referido.

b) En el hecho de enseñar es más importante lo que siente el referente durante el proceso, y sobre todo lo que hace sentir al referido, que la información que transmite. **Para conseguir que se comprenda o se conozcan dichos contenidos o habilidades es más importante el estado emocional desde el que se transmite que lo que se dice con las palabras.**

c) **Descubrir que solo enseñamos cuando el referido aprende**, es decir, enseñar no es explicar o mostrar la información, es conseguir que el otro aprenda según su capacidad. Si el referido no aprende, el que enseña no sabe enseñar. Ya que o está enseñando algo que es imposible aprender por el referido o que no es capaz de conseguir enseñarlo en el estado emocional adecuado. En definitiva, el proceso de enseñar no es un proceso que tiene como epicentro al referente, la enseñanza debe tener como objetivo central al referido.

d) **Para enseñar, el referente debe conocer el estado neurológico del referido.** No se puede pretender enseñar si el referido no tiene una madurez suficiente, o un estado emocional en ese momento adecuado para poder integrar la información. Al hablar de madurez, o de estado emocional, tenemos que diferenciar el momento evolutivo del referido en el que sea incapaz de lograr dicho aprendizaje o que los factores individuales y del momento, no sean adecuados.

Baremar como capacidad solo con medidas cognitivas ha dificultado saber porque no aprenden muchas personas, ya que tienen capacidades intelectuales normales o altas, pero **no se tiene en cuenta su estado emocional que es primordial para el aprendizaje.** Un ejemplo lo tenemos en los sobredotados, que tienen un nivel intelectual altísimo, pero es donde hay más fracaso académico y más desordenes de comportamiento social, ya que una persona con un CI muy alto, pero con un CE bajo fracasará en la acción, mientras que una persona con un CI bajo con un CE muy alto, aprenderá tarde o temprano.

e) **El escenario donde se produce el aprendizaje siempre es el cerebro, y si este no está en el estado emocional adecuado para el aprendizaje,** es decir en el clima mental adecuado para aprender, aunque tenga mucha capacidad cognitiva su incapacidad emocional **impedirá que aquello que queremos enseñar, se aprenda.**

f) En numerosas ocasiones **la dificultad en conseguir la enseñanza se debe a que los resultados se esperan desde la lógica del referente, sin tener en cuenta la lógica del referido.** Y no olvidemos que la lógica está estrechamente ligada a las creencias y la emoción que produce.

g) Podemos diferenciar fundamentalmente dos tipos de lógicas, es decir, de estructuras tanto cognitivas como emocionales del referente en el momento de la enseñanza. Pero antes de reseñar estos dos tipos de lógicas del referente, debemos señalar, que la enseñanza y la crianza, se soportan exactamente en los mismos procesos de relación. Es decir, **indicarle a un menor cuando tiene que ducharse, hacer su cama, la hora que tiene que llegar al aula, enseñar unos contenidos de una asignatura, hacerle guardar un turno para pasar al patio o prestar atención cuando un adulto le habla, se regula por los mismos procesos de relación emocional.**

Aunque hay numerosos tipos de lógicas, podemos resaltarlas y agruparlas en **dos formas muy distintas de criar o enseñar.** Estas dos maneras diferenciadas **se nutren de la idea cognitivista que lo importante es comprender o reflexionar en el aprendizaje, respecto a la idea más emotiva de que lo importante no es tanto comprender o reflexionar como sentir lo que está ocurriendo.** Estas dos estructuras mentales, que deciden la posición del referente en la enseñanza o la crianza, se distinguen sobre todo a si el referente quiere enseñar desde la lógica de su cerebro dominante, y por ello desde un adulto entiende el proceso, o se adapta a la lógica del cerebro vincular, y por ello al cerebro del que aprende y no tanto desde el cerebro que ya tiene adquirido lo que se pretende enseñar.

Estas dos formas totalmente opuestas de enseñanza se pueden diferenciar de manera nuclear, donde queda patente la lógica cognitivista basada en el cerebro del que enseña, o la lógica emocional, basada en el cerebro del que aprende.

“Si algún día a alguien que está en rabia quieres callarle, ponte tú también en rabia para que pase a miedo, asco o tristeza, y te haga caso”

Lo que suele ocurrir si se sigue la lógica de enseñanza o crianza del cerebro cognitivo es que las creencias del referente suelen ser poco coherentes con lo que se quiere enseñar o hacer aprender, ya que lo que está pasando en el adulto a nivel emocional contradice la comunicación. Por ejemplo, si un menor no quiere estudiar, comerse la verdura, o ponerse el cinturón de seguridad en el vehículo, y coge una rabieta por ello, si la persona adulta se enfada, y con esto consigue que el menor entre en miedo y se ponga a estudiar desde el miedo, se coma las verduras desde el asco, o se pone el cinturón desde la tristeza, además de lo poco que el menor va a aprender desde estas emociones, realmente se le está transmitiendo: **“Si algún día alguien que está en rabia quieres callarle, ponte tú también en rabia para que pase a miedo, asco o tristeza, y te haga caso”.**

No siendo a largo plazo la mejor manera de enseñar o de criar, ya que entre otras cosas no nos aseguramos de que si no estamos presentes lo siga haciendo, o incluso se vaya incubando un rencor por el referente, de tal manera que en próximos años sea el referido quien grita para que se le haga caso. **Aprender a dejar de estar en rabieta, no puede depender de la rabia de la persona adulta,** si éste no está en emociones adecuadas para la situación es difícil enseñar de forma apropiada. Nadie está en seguridad si se encuentra en miedo, rabia, asco o tristeza.

El apego y la interacción desde el cerebro vincular del referente, tiene en cuenta el estado neurológico y emocional del menor, sabe que su propio estado emocional y el que se activa en el menor con su interacción, es fundamental para el aprendizaje, **no le basta al referente con que el menor haga caso o comprenda, le importa mucho más lo que el menor siente,** y por último no combate el desajuste emocional del menor con otro desajuste del referente, sino que sabe que su verdadero poder se encuentra en seguir en las emociones adecuadas para la situación de aprendizaje y/o crianza en la que están envueltos.

Aprender es una necesidad de todos los seres vivos, **enseñar es un aprendizaje en el que no sirve tener claro lo que debería ser, tendría que ser, o nos gustaría que fuera, tanto como adaptarse a lo que sucede y para ello cuando estamos**

realizando la enseñanza o la crianza, es primordial advertir lo que el referido siente, y lo que nosotros sentimos en el proceso.

Solo enseñamos cuando tenemos una adecuada gestión intrapersonal e interpersonal

Para enseñar debemos ser referentes y aunque la posición de salida nos da muchas posibilidades para serlo (ser padres, madres o docentes), solo lo conseguiremos si ponemos más el acento en lo que está ocurriendo, que en lo que debería, nos gustaría o tendría que ocurrir. **Nacemos para aprender**, pero solo enseñamos cuando tenemos una adecuada gestión intrapersonal e interpersonal.

Es fundamental que aquellos que estamos criando o enseñando a un menor sepamos que el aprendizaje no debe realizarse para corto plazo, **lo importante es enseñar tanto para corto, medio y largo plazo**. Si como dijimos en el ejemplo, desde nuestra rabia colocamos al menor en miedo, es posible que de forma inmediata nos haga caso, pero eso no indica que cuando no estemos presentes, o que en un futuro siga haciéndonos caso. **Enseñar desde el enfado a los cuatro años puede ser eficaz, pero a los dieciséis, puede ya no tener efecto**, consiguiendo que el menor aprenda a ser agresivo, con otros o con nosotros, para salirse con sus deseos. Para que podamos tener eficacia tenemos que tener en cuenta que lo que hoy hacemos es fundamental para cuando tengan dieciséis años, eso sí, lo que hoy enseñamos debe servir para la edad que tiene el menor en ese momento.

Adaptarse al momento neurológico de aquel que criamos o enseñamos, es quizás lo más importante para la crianza y la educación, y para ello **no debemos comparar al menor tanto con los demás, como con sus propias capacidades, estimulándole hasta que las consiga desde emociones C.A.S.A. (Curiosidad, Admiración, Seguridad y Alegría)**, admitiendo que es imposible que las aprenda si cuando lo hacemos, sea cual sea la enseñanza, nosotros estamos en emociones T.R.A.M (Tristeza, Rabia, Asco y Miedo).

Querer cada día se acerca al estado desde el que nos emocionamos hoy, querer para siempre es una proyección del mañana desde el estado emocional presente. **La crianza y la educación debe ligarse a cada día, y no hacer tanto para mañana o para siempre.**

Roberto Aguado. Psicólogo especialista en psicología clínica

CRIANZA O ENSEÑANZA BASADA EN EL CEREBRO VINCULAR DEL REFERENTE (EMOCIONAL)	CRIANZA O ENSEÑANZA BASADA EN EL CEREBRO LÓGICO
Se basa en el conocimiento del desarrollo neurológico evolutivo.	No tienen en cuenta los conocimientos actuales del desarrollo.
El aprendizaje en los seis primeros años de vida está unido al sentir. Conocer desde el cuerpo y desde la emoción.	Creen que el aprendizaje debe estar basado en el comprender.
El estímulo fundamental en los primeros años de vida para el referido es la presencia del referente. La interacción interpersonal del referente es el mejor estímulo para el aprendizaje: Contacto físico, brazos, abrazos, besos, caricias, masajes, miradas, sonrisas, amor sin límites (Siegel, D.J., 2010).	Se basa en la estimulación y por ello el estímulo es suficiente. No tienen en cuenta lo que siente el referente.
Colocan la educación emocional como base del aprendizaje en cualquier edad.	Colocan la comprensión y el entendimiento de la información como base del aprendizaje.
La crianza o la enseñanza se realiza teniendo en cuenta la lógica del cerebro vincular o emocional del referido. El	La crianza o la enseñanza se ofrece desde la lógica del cerebro lógico. El aprendizaje es más efectivo que sentir.

acercamiento al mundo del menor se ciñe al sentir y no tanto al pensar.	
El apego seguro se consigue desde emociones C.A.S.A. del referente. Independientemente del estado emocional del referido. La respuesta fuera de C.A.S.A. del menor es gestionada desde las emociones C.A.S.A. del referente.	El apego seguro se realiza desde lo que le da seguridad al emocional del menor, por ejemplo, el menor está en rabia y que no es bueno que él menor este en ciertas emociones, y el referente no tiene en cuenta lo que hace para conseguirlo, o conseguir que tú no lo tengas.
Reconoce que el menor no tiene una madurez cerebral para poder inhibir sus impulsos, o monitorizarlos de manera efectiva. La expresión desajustada del menor no se percibe como una amenaza o un desafío para el referente, simplemente es un excelente momento para certificarle al menor, que su referente está presente para ayudarlo a poder gestionarlo. El cerebro del menor está desarrollándose y a veces tienen problemas para manejar las emociones, Por esto la meta no es acabar con los enfados, sino acompañarlos para que no se sientan solos en ese proceso, hasta que se les pase.	Utiliza estrategias del cerebro del adulto, se le enseña al menor los mecanismos naturales del desarrollo neurológico del menor sintiéndose, el adulto, incapaz de actuar. En definitiva, lo mismo en el caso.

Bibliografía

1. Aguado, R. (2014) Es emocionante saber emocionarse. EOS. Madrid.
2. Aguado, R. (2014) Estudio de la culpa como emoción básica. Master en Psicoterapia de Tiempo Limitado. Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado. Madrid.
3. Aguado, R. (2015) La emoción decide y la razón justifica. EOS. Madrid.
4. Aguado, R. (2015) Vinculación Emocional Consciente (VEC). El poder de saber que puedes. Educar y orientar: La revista de COPOE N°2 (24-30).
5. Aguado, R. (2016) Estructuras bioquímicas activadas en el paso de la memoria emocional traumática a memoria de recuerdo. Master en Psicoterapia de Tiempo Limitado. Instituto Europeo de Psicoterapias de Tiempo Limitado. Madrid.
6. Aguado, R. (2019) Eres lo que sientes. GiuntiEOS. Madrid.
7. Diamond, A (2002). Normal development of prefrontal cortex from birth to Young adulthood: Cognitive functions, anatomy, and biochemistry. In D.T. Stuss, & R.T. Knight (Eds.), Principles of frontal lobe function (pp. 466-503). London, UK: Oxford University Press.
8. Diamond, A. (2006). The early development of executive functions. En E. Bialystock y F. I. M. Craik (Eds.), The early development of executive functions. Lifespan cognition: Mechanisms of change (pp. 70-95). Oxford: England: Oxford University Press. [Links] 9.

- García-Molina, A., Enseñat, A., Tirapu, J., & Roig, T. (2009). Maturation of the prefrontal cortex and development of the executive functions during the first five years of life. *Revista de Neurologia*, 48, 435-440.
9. Salami, M., Itami, C., Tsumoto, T., & Kimura, F. (2003). Change of conduction velocity by regional myelination yields constant latency irrespective of distance between thalamus and cortex. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 100, 6174-6179. <https://doi.org/10.1073/pnas.0937380100>
 10. Siegel, D. J. (2010). *Mindsight: The New Science of Personal Transformation* (Bantam Books: New York, 2010; Oneworld Publications: Oxford, 2010).
 11. Capilla, A., Romero, D., Maestú, M., Campo, P., Fernández, S., González-Marques, J., et al. (2004). Emergencia y desarrollo cerebral de las funciones ejecutivas. *Actas Españolas de Psiquiatria*, 32, 377-386.