

¿Cómo hacer que los niños logren sus metas?

Basado en el libro “Como hacer que los niños triunfen” de Paul Tough

Introducción.

Importancia de las habilidades socioemocionales

“En la década pasada, y en particular en los últimos años, un grupo heterogéneo de economistas, educadores, psicólogos y neurocientíficos empezó a generar evidencias que cuestionan los supuestos de la hipótesis cognitiva. Lo que importa más en el desarrollo del niño, señalan, no es cuánta información le podamos meter en el cerebro en sus primeros años. Lo que importa, más bien, es si somos capaces de ayudarlo a desarrollar un conjunto muy distinto de cualidades entre ellas persistencia, autocontrol, curiosidad, meticulosidad, determinación y confianza”.

Cómo fracasar (y cómo no hacerlo)

Se encontró una fuerte correlación entre tres variables:

A mayor pobreza → mayor carga alostática (nivel de estrés) → menores logros

Se dieron cuenta que no era la pobreza en sí lo que estaba comprometiendo las capacidades de función ejecutiva de los niños pobres, si no que era el estrés que conllevaba.

Este estrés es particularmente nocivo en la infancia temprana, período sensible, donde aún no termina de madurar la corteza prefrontal (posterior a los 20 años), responsable de la regulación emocional y el control cognitivo.

“La parte del cerebro que está más afectada por el estrés temprano es la corteza prefrontal, zona crítica para las actividades de autorregulación de todo tipo, tanto emocionales como cognitivas. Como resultado, los niños que crecen en entornos de estrés, por lo general tienen más dificultades para concentrarse, les es más difícil permanecer quietos, les cuesta más trabajo recuperarse de las decepciones y es más difícil que sigan instrucciones puesto que la autorregulación de los impulsos favorece o dificulta los aprendizajes y eso tiene un efecto directo en el desempeño escolar”.

Existe un antídoto particularmente efectivo contra los males del estrés temprano y no proviene de las compañías farmacéuticas ni de educadores de niñez temprana, sino de los padres de familia.

Se realizó inicialmente un experimento en ratas, donde se descubrió que lo importante no era el temperamento biológico de la madre, sino la experiencia de acicalamiento. Cuando la rata joven vivía esta experiencia, crecía más valiente, audaz y adaptada al entorno. Se cree que en los humanos, el fenómeno más cercano al acicalamiento de las ratas se conoce como “apego”.

Se encontró que los riesgos ambientales tales como problemas familiares, caos o hacinamiento, tenían un gran efecto en los niveles de cortisol de los niños, pero solamente si las madres no les prestaban atención (a los niños) o no respondían a ellos. Cuando las madres eran capaces de percibir

qué le sucedía a su niño (alta sensibilidad) y responder a él, el impacto de esos factores en sus hijos parecía desaparecer. En otras palabras, una maternidad de alta calidad, entendida como la capacidad de la madre para percibir lo que sucede a su hijo, sus necesidades y ser capaz de responder a tiempo, puede actuar como un atenuante poderoso en contra del daño que infringe la adversidad en el sistema de respuesta al estrés de un niño, muy similar a la manera en que el acicalamiento de la rata parecía proteger a sus crías.

Se descubrió que los niños, cuyos padres habían respondido con mayor sensibilidad a sus necesidades emocionales, eran los más independientes. Se sostenía que estos cuidados formaban una “base segura”, a partir de la cual el niño puede explorar el mundo.

Los padres que han sufrido algún trauma o han tenido un apego limitado en sus vidas, no deben desalentarse: Es posible que ellos cambien el trato hacia sus hijos (no repitiendo la situación que a ellos les tocó vivir en su infancia) y generen un apego seguro. Para lograr este objetivo, algunos padres pueden lograr esta transformación por sí solos, pero la mayoría necesita ayuda. Reparar el apego es el recurso más poderoso para mejorar los resultados de los niños. El CI no mejora mucho después de los 8 años de edad. Pero las funciones ejecutivas y la capacidad de manejar el estrés y las emociones fuertes se pueden mejorar, incluso a veces de manera dramática, ya bien entrada la adolescencia e incluso la edad adulta.

Como construir el carácter

La primera generación de los colegios KIPP (Red de colegios en Estados Unidos, con altos resultados en sectores de pobreza), logró algo histórico: 90% de los alumnos ingresaron a escuelas privadas, casi todos lograron terminar el bachillerato y la mayoría se inscribió en la universidad.

Sin embargo, 6 años después de la graduación del bachillerato sólo un 21% de los estudiantes de esta generación se había titulado de una carrera universitaria de cuatro años. ¿Qué les había faltado?

Cuando David Levin, uno de los fundadores de los colegios KIPP empezó a recibir los reportes de los estudiantes que habían desertado, se percató que los estudiantes que habían persistido en la universidad no siempre eran los que habían destacado académicamente en KIPP. Más bien parecían ser los que poseían otra serie de cualidades: habilidades como el optimismo, la resiliencia y sociabilidad. Eran los estudiantes que se sabían recuperar de las malas calificaciones y decidían tener mejores resultados en su siguiente intento.

Estas habilidades no cognitivas, a David Levin le gustaba llamarlas “fortalezas del carácter”. Se define el carácter como “un conjunto de habilidades o fortalezas que son completamente maleables. Son habilidades que se pueden aprender, practicar y enseñar”.

Cómo desarrollar el carácter: Estas habilidades se adquieren mediante el fracaso “La mejor manera para que una persona joven consolide su carácter es intentando algo donde exista la posibilidad real y seria de fracasar”.

Papel de la cultura escolar: “Para triunfar, esto tiene que permear en todas las áreas de la escuela, desde el lenguaje que la gente usa en los planes de estudio hasta cómo se premia y reconoce a la gente, o los carteles de la pared. Si no está integrado al ADN de la institución, el impacto será mínimo”.

Algunos ejemplos del lenguaje KIPP y cómo permea la cultura escolar:

- Los niños usan camiseta con el eslogan “carácter infinito” y tenían enumeradas todas las fortalezas del carácter.
- Las paredes estaban tapizadas con letreros con frases como: ¿Tienes autocontrol? , Yo participo activamente.
- Existe un tablero en el pasillo con título “el carácter cuenta”. En el habían tarjetas con la leyenda sorprendido, donde los estudiantes podían escribir el nombre de un compañero si lo veían hacer algo que demostraba su carácter.

El carácter es algo que puede sustituir o compensar la red de apoyo de un estudiante. Si no se cuenta con esta red de apoyo (los alumnos de familia de bajos ingresos generalmente no la tienen), se necesita compensar de alguna otra manera. Para triunfar, esta población necesita más determinación, más inteligencia social y más autocontrol que los más adinerados. Pero los estudiantes que lo logren, probablemente ingresarán a la edad adulta con algunas ventajas sobre sus pares más adinerados. Estas corresponden a “ventajas de carácter”.

Cómo triunfar

A partir de diferentes estudios, se ha llegado a la conclusión en Estados Unidos de que las probabilidades que un joven se gradúe de una universidad en ese país no están necesariamente relacionadas con qué tan inteligente se es, sino más bien con las fortalezas del carácter.

Específicamente, para los jóvenes de menores ingresos, el primer año es crucial. “Es un gran momento en el que, quienes no han tenido que perseverar mucho para entrar a la universidad, avanzan sin esfuerzo o están de fiesta. Y en ese momento, si nuestros alumnos se ponen a trabajar con ahínco, construyendo relaciones con los profesores, estudiando, valiéndose de todas las habilidades que les hemos enseñado a usar, entonces pueden cerrar la brecha”.

Sé que esto es el principio de una lucha que enfrentaremos, al igual que todos los padres, entre nuestro instinto por darle todo a nuestros hijos, por protegerlos contra el daño; y ser conscientes de que si en realidad queremos que triunfen, primero tenemos que dejarlos

fracasar. Para ser más preciso, necesitamos ayudarle a aprender a manejar el fracaso. Esto era lo que mejor sabía hacer una entrenadora efectiva de ajedrez, que se siguió durante la elaboración de este libro “desde su punto de vista, su trabajo no era evitar que fracasaran sus estudiantes, sino enseñarles cómo aprender de cada fracaso, cómo observarlos con toda honestidad, cómo confrontarlos y entender por qué habían cometido un error”.

No existe una herramienta contra la pobreza que se pueda proporcionar a los jóvenes en desventaja que sea más valiosa que las fortalezas del carácter.