

ALGUNAS COSAS QUE RECORDAR EN EL APRENDIZAJE DE NUESTROS HIJOS....

El aprendizaje es un proceso que se desarrolla desde el nacimiento hasta el momento de nuestra muerte. Sin embargo, es en la infancia donde parece que el aprendizaje se hace más evidente. En dicho aprendizaje influyen todos los contextos que rodean a los niños, los iguales, el entorno académico, etc. Pero sobre todo los padres y el entorno familiar, por proximidad y apego emocional. Durante los primeros años aprendemos hábitos, rutinas, incluso la forma de ser, nuestra personalidad y nuestras respuestas emocionales, son aprendidas.

Las personas solemos aprender de tres formas diferentes:

MODELADO: Los niños aprenden muchísimos de sus comportamientos o respuestas emocionales **IMITANDO** a aquellos que les rodean. Muchas fobias o miedos en niños vienen modeladas porque el padre o la madre también las sufren.

CONDICIONAMIENTO CLÁSICO: Este tipo de aprendizaje se produce cuando se asocia algo a y al repetirse en el tiempo crea una costumbre o hábito, por ejemplo cada mañana cuando en el colegio suena la campana el niño sabe que es un momento de recreo.

CONDICIONAMIENTO INSTRUMENTAL: Es aquel en que el resultado implica realizar una acción que sabemos nos va a traer lo que buscamos. Un ejemplo claro suelen ser aquellos niños que realizan una rabieta en el supermercado porque en el pasado la realizaron y consiguieron la chuchería que pedían.

A partir de estos tres tipos de aprendizaje podemos concluir que nuestros hijos aprenden, en primer lugar, de nosotros los padres. Es decir, si nos mostramos seguros de nosotros mismos, si nos ven capaces de superar dificultades, si tenemos una actitud positiva y optimista, etc, es más fácil que ellos imiten estas actitudes y no otras menos adaptativas para la vida.

En segundo lugar, el condicionamiento clásico. Si somos constantes, inmediatos y congruentes a la hora de dar los “premios” después de hábitos de aseo, de unas rutinas, de orden o de cualquier comportamiento que queramos instaurar; y a su vez, retiramos “premios o atención” de aquellos que no nos gustan, crearemos un entorno predecible en que nuestro niño o niña va a saber lo que se espera de él o ella en cada momento. Por todo ello le va resultar más fácil mostrarse seguro a la hora de llevarlo a cabo.

Por último, el aprendizaje instrumental, que resulta de una mayor valoración por parte del niño de lo que le rodea. Por eso es más difícil de manejar las contingencias, los premios y la retirada de los mismos. Dentro de este aprendizaje solemos encontrar el uso de rabiets, llamadas de atención, interrupciones, no seguir normas, etc. En este caso resulta de gran importancia identificar cuando ocurre, como ocurre y cuál es nuestra reacción. De nuevo hay que retirar todos los refuerzos que mantienen estos comportamientos no deseados y estar pendiente de reforzar (atención, tiempo, valoración verbal, premio material...) cuando las cosas se realizan de la manera que nos gusta.

En estas situaciones es de suma importancia ser constantes y aplicarlo si no todas, casi todas las veces, pues un refuerzo intermitente hace que el niño o niña no tenga unas consecuencias claras y un entorno predecible, con lo cual realizara unas veces un comportamiento y en otras ocasiones otros. Esta variabilidad de los refuerzos, hace que exista una variabilidad de los comportamientos y que cuando queramos eliminar un comportamiento que no nos guste, nos cueste más tiempo y más esfuerzo.

**(Artículo escrito por Lorena Sorribes Segura,
socio de SAF Serveís Psicològics).**