

## Atención a los problemas de disciplina en el hogar y en la escuela de acuerdo a la Psicología Individual

Por:  
Isaura Alvarado, PhD, NCC  
Puerto Rico

En esta actividad presentaremos los conceptos de la teoría de Psicología Individual postulados por Alfred Adler que sirven de base al desarrollo de intervenciones para prevenir y solucionar problemas de disciplina en el hogar y en la escuela. Se discutirán los procedimientos afines a la teoría para abordar estos tópicos ante los docentes y ante los padres y familias. Incluiremos datos relacionados con las experiencias acumuladas a lo largo de varios años de trabajo comunitario y en escenarios educativos.

Alfred Adler fue un médico. Nació en Viena, Austria en 1870. Confrontó serias dificultades físicas debidas a un accidente durante su niñez. Esto le hizo reflexionar en torno al efecto que tienen en el desarrollo de la personalidad las experiencias de impotencia y minusvalía. Aunque fue amigo de Sigmund Freud se separó intelectualmente de éste al postular que es la interacción social la responsable de orientar el desarrollo de la conducta y no los impulsos internos de naturaleza sexual. Adler identificó el desarrollo de pertenencia y valía como las dos necesidades primarias del ser humano, por encima de la necesidad de satisfacción y placer. La experiencia propulsadora de la conducta sería el descubrimiento de la incapacidad personal para satisfacer las necesidades propias y el impulso de compensar dicha incapacidad con el deseo de superación del estado de dependencia. Adler llamó a las ideas que postuló Psicología Individual para recoger el principio de integridad de la personalidad; el ser humano funciona como un todo indivisible.

La base de las interacciones saludables es el respeto a la dignidad humana, de acuerdo con Adler. En el hogar, en la escuela, en la comunidad y en los escenarios de trabajo, los conflictos humanos tienen origen en la falta de respeto a la capacidad de los demás de tomar decisiones adecuadas y de asumir con responsabilidad los retos de su vida. La interacción demanda confianza propia y confianza en los demás para aportar al bien común. A esto Adler le llamó interés social. Las experiencias de desarrollo de la personalidad y de mejoramiento de la vida en familia de acuerdo a la teoría de Adler parten del desarrollo del interés social. Es por esto que más que sesiones de introspección y de análisis individualista, son vivencias de interacción democrática que parten de la convicción de que los seres humanos necesitan y son capaces de aprender a satisfacer sus necesidades básicas de pertenencia y valía de manera saludable. Adler creía que las personas, más que necesitar sistemas punitivos y médicos, lo que necesitan es educarse. La primera parte de este proceso que llamamos educativo, y que desarrollamos a modo de conferencias participativas y preferiblemente en los talleres que ofrecemos a maestros, padres, profesionales de ayuda, empleados y funcionarios de empresas de gobierno y privadas comienza por estimular la interacción respetuosa desde las diferencias. Iniciamos buscando y aceptando que somos diferentes en muchos aspectos. Una discusión en torno a los problemas que confrontamos en la sociedad en general, en la

familia y en la escuela coloca en perspectiva la razón por la cual estamos reunidos; da sentido y propósito al encuentro y nos une en un fin común. Esta parte culmina con el descubrimiento de las características que nos permiten vivir de manera saludable, ser felices y colaborar para que otros también lo sean, como las metas que debe perseguir un sistema educativo, de crianza en el hogar y motivador en los escenarios de empleo. Los seguidores de Adler han propuesto que las tres características hacia las cuales debemos dirigir nuestros esfuerzos son: valentía (para enfrentar los retos de la vida), responsabilidad (para actuar según se espera y de acuerdo a las circunstancias) y cooperación (para actuar en pro del bien común). Cuando auscultamos las expectativas que educadores, padres y otros adultos tienen de los niños y adolescentes, invariablemente surgen estas tres cualidades.

Es importante que los participantes descubran qué motiva que una persona, niño, adolescente o adulto actúe de manera inadecuada, en otras palabras, que se conduzca de manera indisciplinada. Para ello recurrimos a explicar tres tipos de interacción típicas que pueden observarse en variados escenarios: la interacción autoritaria (se caracteriza por la centralización del poder y la toma de decisiones); la interacción permisiva (donde no hay normas y si las hay cada cual las interpreta y las obedece a conveniencia propia; no hay conciencia del bien común) y la interacción democrática (en la cual se repeta la dignidad del ser humano al comunicarle que es capaz de hacerse cargo, de contribuir al bien común y de mantenerse en contacto con los demás). Este último estilo es el apropiado, según la teoría, para comunicar a los demás que están conectados, que son capaces y que cuentan, lo que eventualmente les lleva a sentir valentía para enfrentar la vida. A esto le llamamos las Tres C's. Definimos que quienes han vivido y concluido que desean vivir con valentía, derivan su sentido de valía (o auto-estima) de los esfuerzos propios por ser mejores cada día y no de competir con los demás. Este concepto lo explicamos utilizando una gráfica de línea vertical para representar el sistema competitivo, en el cual unas personas son mejores que otras y una línea horizontal para representar el sistema cooperativo en el cual me esfuerzo por ser mejor para procurar el bien propio y el de los demás. Los conceptos de lógica privada, unicidad, individualidad, constelación familiar y otros se intercalan en la discusión al presentar ejemplos de la manera en que las personas desarrollan su estilo de vida en su primer grupo: la familia. En seminarios de larga duración los participantes tienen la oportunidad de examinar su estilo de vida y de resumir su lógica privada mediante el análisis de recuerdos tempranos, contestando cuestionarios o compartiendo anécdotas de incidentes recientes. Los integrantes del grupo participan activamente para ayudar a la persona a verse a sí misma. Una de las actividades más enriquecedoras de los talleres es el descubrimiento de las maneras en que los demás contribuimos a que los otros vivan de manera desalentada. Para los seguidores de Adler, la indisciplina o la conducta inadecuada es un síntoma, el niño percibe que hay un problema y su conducta inadecuada es la manera en que él cree que puede y debe solucionarlo. Contrario a la respuesta común los adlerianos no se fijan en el síntoma para diseñar la intervención que detendrá la conducta inadecuada; se fijan en la causa. La causa de la indisciplina es siempre el desaliento. Si concluimos que la persona es capaz de emitir la conducta esperada (tiene la inteligencia y el nivel de desarrollo requerido) entonces si no actúa correctamente es porque o no sabe qué se espera de él o cree que con su conducta alcanzará la meta que se ha propuesto. Si él no sabe qué se espera de él,

entonces eso lo convierte en un discípulo: necesita que alguien le enseñe. El adulto u otra persona que ya sabe, viene llamado a enseñarle qué se espera de él. Otra razón para el desaliento es que el niño está tratando de conseguir sentirse capaz, en contacto y que cuenta (alentado) a costa de los demás. Es por eso que la solución a la indisciplina es el aliento o el estímulo: el niño necesita ser alentado para que se sienta capaz, en contacto y que cuenta. Al satisfacer sus necesidades de pertenencia y valía descubrirá que no es necesario hacerlo mediante metas disfuncionales. Mediante ejercicios orales y escritos los participantes se percatan de las maneras sutiles y no tan sutiles en que en nuestro diario vivir desalentamos a los demás y en el proceso nos desalentamos nosotros mismos. También realizamos ejercicios participativos para darnos cuenta si somos y actuamos de manera autoritaria, permisiva o democrática. Las experiencias de aprendizaje incluyen la descripción de estrategias de convivencia democrática. Se hace demostraciones de reuniones de grupo en la escuela, de reuniones de familia y de prácticas democráticas en el empleo. Los participantes practican estrategias como: ¿De quién es el problema?, Mensajes Yo, Negociación, Dejar sobre la mesa, No hacer pareja, Soluciones o consecuencias, Aquí y ahora, No hay audiencia, Exageración, Rifa, Todos juntos. Cuando la sesión está dirigida a la vida en familia, todos los integrantes participan en todas las actividades. Resulta altamente estimulante observar la reacción de los padres cuando escuchan a sus hijos analizar situaciones que ocurren en los hogares las cuales se presentan mediante dibujos a modo de caricatura. Los padres practican nuevas maneras de dirigirse a sus hijos, Los hijos dramatizan cómo perciben las interacciones de los adultos y los padres actúan de la manera en que ellos perciben a sus hijos. En las dramatizaciones de reuniones familiares se les enseñan los principios a seguir y los pasos a dar para llevar a cabo las mismas. Primero los líderes dramatizan una reunión y luego las familias voluntariamente demuestran cómo las llevarán a cabo. Las familias tienen la oportunidad de reunirse de forma privada para discutir lo que han aprendido durante la sesión. Se les pide que escojan uno o dos situaciones que crean conflicto en el hogar y que decidan cómo cada persona va a contribuir a la solución del mismo.

Las sesiones de consejería de familia de acuerdo al modelo de Alfred Adler siguen el mismo principio educativo según el cual todas las personas tienen la capacidad de aprender a contribuir al bien común. Estas pueden realizarse en privado o ante un público conocedor del modelo. En las sesiones se analiza la constelación familiar y el estilo de crianza. Luego se escucha a los padres expresarse en torno al "problema del hijo o hija" que más le preocupa. Se le pide que responda a las cuatro preguntas básicas que permiten diagnosticar cuál es la meta y la lógica privada que está guiando la conducta de ambos. Las preguntas se refieren a lo que el niño o adolescente hace, cómo responde el adulto, cómo responde el niño o adolescente al ser reprendido y cómo se siente el adulto. Una vez se diagnostica la meta se le pide al hijo (que no ha escuchado la versión del padre o de la madre) que exprese cómo él ve su vida en el hogar, cómo se relaciona con los demás y se le pregunta si ve algún problema. Se le puede adelantar lo que los padres han descrito como un problema. Mediante preguntas se lleva al niño a percatarse de su meta. La respuesta reflexiva del niño le indica al consejero que ha acertado en descubrir la meta. Se le hacen recomendaciones a los padres para intervenir con la conducta del niño y para alentarlo. De acuerdo con la Psicología Individual una vez la persona se percató de cuál es su meta disfuncional está mejor preparada para aceptar que su verdadera meta es

sentir que pertenece y vale. Se le indica que su conducta es producto de haber llegado a conclusiones equivocadas en una época en que no tenía unas capacidades o cuando los demás no sabían actuar correctamente. Cuando los padres aceptan que su conducta ha enviado mensajes desalentadores están en mejor disposición de cambiar en aras de que el niño cambie su conducta y de que ellos puedan sentirse mejor en su rol. A diferencia de otros modelos, en la Psicología Individual se acepta que las personas tienen la opción de continuar comportándose inadecuadamente; una vez se descubre el propósito de la conducta si lo hacen, lo hacen a conciencia y deben afrontar las consecuencias.

Alfred Adler fue acusado de expresar principios de conducta humana que respondían al sentido común. Aunque sus críticos pensaban que con esto él se alejaba de la ciencia, él lo tomaba como un cumplido. Adler creía que resultaba inmoral que la ciencia conociera las soluciones a los problemas humanos y no las pusiera a la disposición de la gente común y corriente, de forma sencilla y comprensible. Si sus principios parecen sentido común es porque hacen sentido a la mayoría de la gente que es capaz de comprenderlos y utilizarlos para vivir de manera más saludable y feliz.

Las sesiones de intervención utilizando la Psicología Individual pueden estar dirigidas por maestros, padres, madres y otras personas, aunque no sean profesionales de ayuda. Los profesionales podemos estudiar y aprender el modelo de forma más comprensiva y profunda de modo que podamos asesorar a estas personas, podemos divulgar el modelo, investigar su efectividad, escribir y elaborar materiales educativos y de adiestramiento, y dirigir proyectos cuya base teórica sea este modelo. Las personas que deciden estudiar y practicar las ideas de Adler pronto descubren que más que aprender técnicas específicas para "cambiar a los demás" se están transformando para hacer de estas ideas un estilo de vida. La teoría de Alfred Adler tiene adeptos en todas partes del mundo y existen organizaciones y seguidores que se encargan de divulgar sus ideas hoy, cuando parece tener más vigencia, ideas que fueron expuestas hace alrededor de un siglo.