

HABILIDADES PARA NIÑOS

BEN FURMAN



Habilidades para niños es un método innovador desarrollado para ayudar a niños, desde los tres años de edad, a lidiar con problemas emocionales y conductuales. Ben Furman muestra que los niños pueden superar muchos de estos llamados «problemas», mejor y más rápido, si nos acercamos a ellos de otra manera: convirtiéndolo en gestores de sus propios procesos de aprendizaje, trabajando en estrecho contacto con su red social y sirviéndonos de los profesionales que los ayudan como guías y entrenadores.

Habilidades para niños representa un método de cambio basado en los términos en que se mueve el niño; invita a los adultos a unirse al universo infantil en lugar de centrarse en los síntomas. Pensado como una herramienta para los profesionales, este enfoque puede resultar, además, muy útil para los padres, ya que pueden obtener una respuesta razonable a la persistente pregunta: «¿Qué debemos hacer?».

Además del desarrollo teórico del método, estructurado en quince pasos, este libro se complementa con numerosos casos reales de niños entre los tres y los catorce años, recogidos por terapeutas y profesionales de todo el mundo. Con el enfoque de Ben Furman, la autoestima de los niños puede crecer desde el primer día.

PRÓLOGO

Cuando leí este libro por vez primera me sentí impresionado y avergonzado. Tuve que preguntarme por qué diablos no habíamos sido capaces —ni otras personas ni yo mismo— de sacar las mismas conclusiones lógicas de hechos con los que estamos familiarizados; hechos que, además, constituyen el fundamento del presente libro, a saber: que a los niños no les gusta ser un problema o tener problemas —no saben cómo manejarse con ellos—, y por último, pero no por ello menos importante, que siempre están ansiosos por aprender cosas nuevas.

Según mi experiencia, la diferencia crucial entre el planteamiento de Ben Furman y nuestros intentos, más tradicionales, de ayudar, apoyar y cuidar a los niños consiste en que los segundos nunca logran que ellos se sientan valorados por los adultos que más les importan. Podemos ser muy amables y comprensivos, pero los niños con problemas siempre sienten que son una carga. Con el enfoque de Ben Furman, la autoestima de los niños puede crecer desde el primer día.

La infancia representa un largo proceso de aprendizaje. Durante ese tiempo, se exploran a sí mismos y exploran su entorno las veinticuatro horas de cada día de la semana. La mayoría de los adultos llaman «juego» a esta actividad de búsqueda, como si perteneciera a una categoría muy diferente de lo que conocen como «aprendizaje».

Asimismo, los niños a menudo desarrollan, por varias razones, diversos tipos de conductas, que aparecen y se juzgan muy diferentes cuando se ven desde fuera y cuando

son vistas desde dentro. Cada vez más los adultos las etiquetan como «problemas de conducta»; y da escalofríos pensar cuán deprisa pasamos de decir que un niño tiene un problema a etiquetarlo como un «niño problema» —dándole, en consecuencia, una nueva identidad social y permitiendo que los expertos se hagan cargo de él.

El presente libro muestra que los niños pueden superar muchos de los llamados «problemas», mejor y más rápido, si nos acercamos a ellos de otra manera; si, en lugar de llamarlos así, los denominamos «procesos de aprendizaje», y si los niños se convierten en gestores de sus propios procesos de aprendizaje, trabajando en estrecho contacto con su red social y sirviéndonos de los profesionales que los ayudan como guías y entrenadores.

Como es obvio, ello puede significar una gran ventaja no solo para los propios niños, sino también para los maestros y otros cuidadores involucrados, que sabrán hacer aquello que son capaces de hacer —al dirigir los procesos de aprendizaje, en vez de intentar ejercer como una especie de «pequeterapeutas».

El libro describe una nueva forma de trabajar con la infancia, donde al niño, entre otras cosas, se le pide que nombre a un número de colaboradores procedentes de su entorno social —un maestro, algún amigo, una abuela, etc.—, sin que se olvide de los padres. En este sentido, cobra vital importancia la expresión «con el tipo adecuado de entrenamiento», lo cual significa que los padres tendrán una nueva tarea, que implica nuevos comportamientos —que remplazarán a los antiguos y, a menudo, menos apropiados—, con lo que se favorecerá así su autoconfianza como padres.

Nuestro enfoque terapéutico se ha centrado de manera tradicional en destacar la conducta inapropiada de los progenitores, y mediante el uso de la intuición, la comprensión y la oferta de nuevas experiencias, hemos intentado cambiar aquella en beneficio tanto del niño como de la relación

entre este y los padres. Con demasiada frecuencia, dicho planteamiento tiene un efecto negativo en la autoconfianza y en la autoestima de estos; un efecto que, a menudo, hace más difícil que modifiquen su conducta.

Con el método *Habilidades para niños*, los padres obtienen una respuesta razonable a su persistente pregunta: «¿Qué debemos hacer al respecto?». Y esa respuesta constituye, claro está, una gran ayuda no solo para ellos, sino también para los profesionales, que pueden verse atascados en sus intentos de ayudar, bien intencionados pero inútiles.

En concreto, este —el apoyo del entorno social— constituye el núcleo central del método *Habilidades para niños*, que es mucho más que solo una forma nueva e inteligente de tratar a la infancia. En una de nuestras conversaciones, Ben Furman me decía que, cuando la conducta autodestructiva del niño cambia como resultado de *Habilidades para niños*, de hecho se trata solo de un «afortunado efecto secundario» del método. Lo importante es lo que sucede en el entorno donde se encuentra el niño, esto es, la mejora en la calidad de las relaciones del niño con otras personas, que son, en última instancia, el factor más decisivo para determinar si los niños conseguirán integrar su nuevo aprendizaje en su desarrollo personal.

El método exige mucho de los profesionales que dirigen los procesos de aprendizaje de los niños según dicho planteamiento. En primer lugar, porque necesitan tener la confianza de que los chavales pueden cambiar. En segundo lugar, porque deben ser capaces de permanecer en sintonía con la velocidad de aprendizaje del niño y, en tercer lugar, porque deben estar dispuestos a jugar y contactar con la red social del niño para movilizarla y estabilizarla.

Habilidades para niños representa un método de cambio basado en los términos en que se mueve el niño; invita a los adultos a unirse al universo infantil en lugar de centrarse en los síntomas de aquel. Es probable que a algunos

profesionales les resulte difícil dejar de lado el enfoque tradicional centrado en el problema, pero para aquellos que confían en la capacidad del niño de ser responsable y creativo, y para quienes comprenden el significado de la calidad de las relaciones primarias para los niños, se trata de un regalo.

El presente libro y su filosofía pueden resultar, además, muy útiles para los padres. Por la experiencia que he tenido con muchas familias, este método ayuda a que se den cuenta de que muchos conflictos cotidianos con bebés, niños, e incluso preadolescentes, se resuelven mucho mejor cuando los padres se percatan de que su hijo no tiene un problema de desarrollo, sino más bien una habilidad más por aprender.

JESPER JUUL

RECONOCIMIENTOS

Este libro no habría sido posible sin las generosas aportaciones de distintas personas de todo el mundo que han estado dispuestas a compartir sus experiencias en la aplicación de *Habilidades para niños*, y tampoco habría visto la luz sin el permiso de los niños y sus familias.

Considero a mis colegas Tapani Ahola, Tuija Terävä y Sirpa Birn coautores del presente libro. *Habilidades para niños* es el resultado de una colaboración de varios años. Sus aportaciones, comentarios y sugerencias me han servido de gran ayuda en el desarrollo de estas páginas.

Un agradecimiento especial a mi pareja, Louise, cuyas palabras de aliento, sus agudas observaciones y, sobre todo, sus invitaciones a mantener sesudas conversaciones acerca de las posibles limitaciones, las consideraciones éticas y los supuestos básicos de *Habilidades para niños* me han enseñado una humildad que espero quede reflejada en este libro.

Muchas gracias de todo corazón.

SECCIÓN 1

¿Habilidades para niños?

Preguntas más frecuentes

¿Qué es *Habilidades para niños*?

Habilidades para niños es un método paso a paso para ayudar a los niños a aprender habilidades y superar problemas, tanto emocionales como de conducta, con la ayuda de familiares, amigos y otras personas cercanas a ellos.

¿A niños de qué edad puede resultar útil?

Habilidades para niños está diseñado para niños de edades comprendidas entre los tres y los doce años, pero sus principios son también aplicables a adolescentes e incluso a los adultos.

¿Quién puede utilizarlo?

Habilidades para niños se concibió en origen como una herramienta para profesionales, desde terapeutas a consejeros, trabajadores sociales, maestros de educación especial, etc., cuyo trabajo consiste en ayudar a los niños a superar sus problemas. El método resulta, sin embargo, tan simple y seguro que también puede ser utilizado por los padres con sus hijos, con un mínimo de orientación profesional.

¿Cuál es la idea básica que subyace tras *Habilidades para niños*?

Los adultos tienden a ver los problemas como síntomas de un trastorno subyacente que necesita ser tratado, mientras que los niños tienden a ver los problemas como falta de competencias que deben ser aprendidas. *Habilidades para niños* resulta compatible con el punto de vista de los niños. Su objetivo consiste en ayudar a los niños a adquirir y fomentar las habilidades que necesitan para superar sus problemas. Como el método involucra a la familia, a la escuela y a los amigos con el fin de apoyarlos, tiene un impacto no solo en el niño, sino en todo el ecosistema de su red social.

¿Qué tiene de especial *Habilidades para niños*?

La principal ventaja de *Habilidades para niños* es que, aunque estos rehúyen hablar de sus problemas, encuentran agradable y gratificante el aprendizaje de habilidades. Además, *Habilidades para niños* fomenta la cooperación con los padres, al considerarlos compañeros y otorgarles el papel de defensores del niño.

¿Qué tipo de cuestiones puede abordar *Habilidades para niños*?

Habilidades para niños resulta conveniente para un amplio repertorio de problemas. Estos aspectos incluyen miedos, conductas inapropiadas, concentración, malos hábitos, pataletas, comer, dormir, ir al baño, etc. Ayudar a los niños a adquirir dominio personal también puede aliviar los síntomas de aquellos desórdenes psiquiátricos más graves como el trastorno por déficit de atención, el autismo, el trastorno generalizado del desarrollo, la depresión, el trastorno obsesivo-compulsivo, la hiperactividad y las rabietas.

Se puede decir que *Habilidades para niños* resulta adecuado siempre que haya un problema que un niño pueda resolver o mejorar mediante el aprendizaje de una habilidad específica.

¿Hay otros aspectos éticos implicados en el uso de *Habilidades para niños*?

En líneas generales, *Habilidades para niños* resulta un método seguro y lo peor que puede pasar es que no funcione. Sin embargo, como cualquier otro instrumento destinado al desarrollo humano, podría emplearse para facilitar cambios inapropiados o cuestionables desde un punto de vista ético, como enseñar a los niños a mentir o a trabajar aún más duro cuando lo están haciendo al máximo de sus capacidades. Afortunadamente, este riesgo se mantiene a raya por el hecho de que los propios niños tienen derecho a determinar qué habilidades aprenderán y a qué personas importantes en su vida van a invitar a participar en el proyecto, para ser ayudantes del niño.

En principio, también resulta posible que una persona que tan solo se halle familiarizada de manera superficial con el método, lo aplique de modo mecánico sin comprender su filosofía de base, su énfasis en respetar al niño, y desarrolle una verdadera cooperación con su red social.

Por último, cabe señalar que *Habilidades para niños* no constituye ninguna panacea. Se trata, ni más ni menos, de un método para contribuir a que los niños superen los problemas que pueden solucionarse mediante el aprendizaje de habilidades, pero no debe impedir que los niños reciban atención médica o medidas de prevención cuando estas sean necesarias.

Breve historia de *Habilidades para niños*

Habilidades para niños se desarrolló en los años 90. Mi colega Tapani Ahola y yo somos profesores y fundadores del Instituto de Terapia Breve de Helsinki. Contamos con la

asistencia de Sirpa Birn y Tuija Terävä, que también son profesores de educación especial en Keula, una escuela preescolar para niños de cuatro a seis años con diversos problemas emocionales y de comportamiento.

Habilidades para niños se desarrolló en sus inicios como un método práctico, o un conjunto de directrices útiles, para abordar de manera constructiva los problemas de los niños en edad preescolar. Se trata básicamente de una recopilación de ideas que habíamos encontrado útiles a la hora de trabajar con niños y sus familias.

Las ideas fueron probadas con los niños y sus padres en Keula. Poco a poco, a través de un proceso de ensayo y error, surgió la descripción de los 15 pasos de *Habilidades para niños*.

De este modo, hemos creado un libro ilustrado con un desarrollo de cada paso, para los niños, y un folleto por separado con instrucciones para los maestros. También hemos elaborado una pequeña guía para padres, con el objeto de que resulte más fácil entender el método y cooperar con los profesores mediante su uso.

Pronto comenzamos a ofrecer conferencias y talleres de *Habilidades para niños*, y el método empezó a ser conocido. Personas que trabajan con niños en diferentes partes del país, y algunas del extranjero, vinieron a visitar Keula para ver cómo *Habilidades para niños* funcionaba en la práctica. Empezamos a recibir invitaciones de diversos foros para hablar sobre el método. Alentados por las respuestas positivas, creamos una página web dedicada a *Habilidades para niños* (www.kidsskills.org), con el fin de difundir la información y obtener una buena retroalimentación.

Un libro sobre *Habilidades para niños*, que describía con detalle los 15 pasos, se publicó en Finlandia en 2003. Fue traducido al inglés de inmediato y publicado en 2004 por la St. Luke's Innovative Resources, en Australia, bajo el título *Habilidades para niños: soluciones lúdicas y prácticas*

en el trabajo con peques. El libro se ha traducido hasta ahora a diez idiomas, incluyendo el japonés y el chino.

De manera más reciente, se ha facilitado la formación en *Habilidades para niños* a nivel internacional. En la actualidad hay un número de organizaciones acreditadas que ofrecen formación para profesionales con el objetivo de que puedan convertirse en lo que llamamos «Embajadores» de *Habilidades para niños*; un registro internacional de estos embajadores se guarda, de hecho, en la página web antes mencionada.

La investigación de *Habilidades para niños* resulta aún insuficiente, incluso aunque se tenga evidencia científica de su eficacia. Sin embargo, numerosos testimonios por todo el mundo sugieren que *Habilidades para niños* funciona sorprendentemente bien, al menos, cuando las practican personas que se suscriben a su filosofía subyacente de respeto y cooperación.

Los orígenes de *Habilidades para niños*

Habilidades para niños ha recibido influencias de muchas ideas a lo largo de los años. Sería imposible dar una lista exhaustiva de estas fuentes de inspiración tan variadas, pero, como mínimo, Milton H. Erickson, Jay Haley, Insoo Kim Berg, Steve de Shazer, Michael White y David Epston merecen ser mencionados.

Milton Erickson

Milton H. Erickson (1901-1980) fue un legendario psiquiatra estadounidense conocido como el pionero de la Terapia Breve. Era un terapeuta creativo que utilizaba una gran variedad de técnicas que incluían la hipnosis, tareas para casa e historias metafóricas. Erickson trabajó con adultos, así co-

mo con niños; sus relatos para ayudar a los niños con diversos problemas, tales como chuparse el dedo, orinarse en la cama y las fobias, han sido una importante fuente de inspiración para nosotros. La siguiente historia, mostrada por Sidney Rosen (1982), da una idea de su creatividad y su capacidad para conectar con los niños:

Los padres de una niña de seis años fueron a ver a Erickson. Su problema era que había robado en tiendas y a otras personas, incluyendo a sus padres, y luego mentía sobre cómo había conseguido las cosas. «¿Se puede hacer algo con un ladrón, que además es mentiroso, de tan solo seis años?», preguntaron los furiosos padres a Erickson.

Después de haber hablado con estos, Erickson decidió escribirle una carta a la pequeña. La carta comenzaba con un saludo, seguido de una explicación: había sido escrita por *el hada de los niños grandes de seis años*. Todos los niños, según se relataba en la carta, tenían hadas que crecen, aunque nunca las vieran. A continuación, una descripción detallaba cómo era el aspecto del *hada de los niños grandes de seis años*: cuántos ojos, oídos y piernas tenía, cómo se movía, y cómo podía ver y oír todo lo que hiciera. Después de esta introducción, contaba que *el hada de los niños grandes de seis años* la había estado observando de cerca, que estaba impresionada por las muchas habilidades que había adquirido con solo seis años, y luego señalaba que algunas de estas eran fáciles de aprender, mientras que otras resultaban muy difíciles.

En opinión de Erickson, la carta tuvo un efecto positivo en la niña. Según sus padres, ella había dejado de robar y, después de un tiempo, *el hada de los niños grandes* recibió una carta a modo de respuesta por parte de la niña, que incluía una invitación para asistir a su séptimo cumpleaños. Erickson le escribió una carta más a la pequeña, en la que lamentaba no poder participar en su séptimo cumpleaños porque ella era su hada de seis años, no su hada de los niños grandes de siete años.

Lo más notorio para mí en esta historia es que Erickson se centró en la niña en lugar de en sus padres. No parecía pensar de la forma en que lo hacen los terapeutas, por lo general. No parecía contar con el supuesto de que, con el objeto de cambiar a la niña, fuera necesario primero cambiar a los padres. Hizo frente al problema y solo se centró en la niña. Sin embargo, aunque diera la sensación de que trabajaba únicamente con ella, su manera de tratarla también repercutió con toda probabilidad en los padres.

Habilidades para niños se adhiere a una lógica similar. El objetivo es ayudar a los niños a superar sus problemas, pero el proceso se lleva a cabo de tal manera que también tiene un impacto en sus padres y en otras personas involucradas.

La idea de aprender habilidades resultó fundamental en toda la obra de Erickson. Al comentar este caso en concreto, Sidney Rosen escribió:

Erickson en particular evita «las prohibiciones», los «deberías» y «las reglas». Siempre enfatiza el valor del aprendizaje. El encargado de administrar la disciplina no cae en el enojo, sino que, de hecho, presenta su enseñanza de una forma divertida. En todas sus historias Erickson se muestra firme, pero no punitivo. Su propósito consistía en ayudar al niño a desarrollar su propio sentido de la voluntad y la autonomía.

La utilización del hada de seis años representa un elemento esencial en la historia. Los niños están encantados con los seres imaginarios y disfrutan al comunicarse con ellos. La idea de poder disponer de estos seres ha sido adoptada por *Habilidades para niños*, donde los niños pueden escoger uno que los ayude a aprender su habilidad.

Jay Haley