

LA CLAVE EINSTEIN: MOTIVACIÓN Y MÉTODO

5. MOTIVACIÓN + MÉTODO. LA NUEVA MOTIVACIÓN QUE NECESITAMOS

Fernando ALBERCA.
Escritor, especialista en motivación
del niño y el adolescente
y en rendimiento escolar.

El éxito escolar y personal de cada hijo depende, como en todo ser humano, de disponer de una verdadera motivación, suficiente para lo más grande, y un método que nos asegure dar pasos pequeños, precisos y acertados, que posibilite el fin que le conviene y tanto desea. Pero en España, por influencia de EE.UU. no empleamos una motivación eficaz, motora realmente de cambio. Confundimos motivación con aliento. Con decirle "tú puedes", "este es tu momento", sin advertir que esto solo le crea al niño mayor ansiedad y evidencia de fracaso.

4. LEER, ESCRIBIR Y HABLAR MEJOR

La Motivación

En los últimos meses, el mundo pedagógico de EE.UU. ha sufrido una conmoción. Varios informes confirman que la motivación que defendía como la clave del éxito en la educación moderna, no ha dado norteamericanos más capaces de metas grandes, de mayores triunfos nacionales e internacionales, de mayor superación ni de probabilidades en lograr *el sueño americano*.

La motivación norteamericana, sencillamente no ha funcionado. Una motivación que tanto nos ha influido en las dos últimas décadas al resto del primer mundo, y que ahora toca fondo. Se ha derrumbado, puesta en evidencia por una crisis global, que está arrasando los supuestos más falsos y emocionales que en tiempos de bonanza tan necesarios parecían, pero en tiempos de restricción y sobriedad quedan al descubierto, en lo que realmente valen. La motivación americana que llevamos veinte años copiando y los padres más jóvenes practican más, y siguen practicando a diario hoy, se sostiene en el aliento. Un aliento baldío, incluso perjudicial. Y el aliento no es motivación.

A nadie motiva que le digan *tú puedes, este es tu momento, verás como esta vez lo logras, todos estamos contigo, demuéstroles lo que vales, si los demás pueden tú también*. Por el contrario, este aliento solo aumenta la ansiedad y la angustia ante el fracaso que se le viene encima al niño, porque teme que una vez más su fracaso se haga evidente, más evidente cuanto más aliento, ante todos los que les confiesan las expectativas que tienen puestas en él. Decirle: *esta vez lo conseguirás*, es anunciarle una oportunidad más de quedar en evidencia. Y es que desear hacer algo no es lograrlo. Y engañar o exagerar no es motivar.

Los que llevamos algunos años impartiendo conferencias y escribiendo libros sobre el poder de la Motivación con mayúsculas, siempre defendimos que la motivación norteamericana estallaría muy pronto.

La motivación real, sin embargo, sí es necesaria para lograr cualquier meta.

No tiene que ver con el aliento, sino con saber:

- Que algo se puede lograr de veras,
- Porque se ha experimentado antes otros logros tras poner el esfuerzo acertado.
- Es decir, porque se tiene el convencimiento de que se es capaz de elegir los pasos precisos para conseguir algo y poner el esfuerzo que requiere.

Al publicar recientemente *Todos los niños pueden ser Einstein* (Ed. Toro Mítico), numerosos periodistas, en las muchas entrevistas que ha originado, me confesaban que al leer el libro les sorprendía que la educación y el aprendizaje tuvieran tanto poder, por encima de cualquier cociente intelectual genético. Y es que los padres desconocen la potencia de sus hijos, aunque aún más ellos.

La motivación es capaz de permitirnos lograr lo más difícil: aspirar a lo ideal.

Pero necesitamos una motivación:

- Basada en la verdad.
- En la sobriedad.
- En evitar la sobreprotección.
- En confiar que puede lograr algo porque otras veces logró alcanzar algunas metas difíciles que se propuso.

E igual que pudo aprender a hacerse la cama, poner la mesa, ceder la mejor parte, estar pendiente de los demás en su cumpleaños, también logrará cuanto se proponga: ahora y siempre, porque él es valioso y capaz, si pone los medios.



LA CLAVE EINSTEIN: MOTIVACIÓN Y MÉTODO

Así como un niño no aprende cuando es inteligente, sino que se hace inteligente al aprender, tampoco pone esfuerzo cuando es capaz, sino que se hace capaz cuando entiende la necesidad y pone el esfuerzo que el logro requiere.

Al cabo, todos los niños buscan ser héroes en algo, pero los niños de hoy suelen renunciar demasiado pronto si no encuentran alrededor la seguridad de que lo conseguirán y el método para lograrlo.

Nadie se dispone a salvar un obstáculo, si no está seguro de que podrá conseguirlo, al menos con bastante probabilidad, que sabe cómo hacerlo y que por supuesto merecerá la pena el esfuerzo.

La motivación es uno de los dos pies de todo triunfo costoso. El otro es el método.

El método de emplear todas las partes de nuestro cerebro: hemisferio izquierdo y derecho, cada parte de nuestra inteligencia.

El método

No basta la motivación, aunque a menudo es la que falla. También es preciso el método. Al motor adecuado y el combustible que lo empuje, hace falta sumar el camino a seguir para llegar a la meta.

Elegir los pasos. Acertar.

Es preciso enseñarles a nuestros hijos, desde pequeños en planes menos complejos, y en la adolescencia con decisiones más trascendentes, que si quieren algo, han de ser capaces de acertar con los pasos que les lleven a lograrlo. Para ello deberemos ponerles ante la necesidad de diseñar sus pasos en sus decisiones. Comenzando por las más simples y fáciles de conseguir, asegurando la experiencia del logro tras haberse implicado en los pasos que lo han hecho posible; y no separando el fin de los medios que lo permitirán.

Deberán poner en juego, para ello, cada parte de su cerebro:

1. Su análisis, que está en su hemisferio cerebral izquierdo, para poder conquistar la meta, secuencia a secuencia, paso a paso.
2. Su imaginación, en su hemisferio derecho, con el que, entre otras operaciones, diseñar la conquista y proyectarse como vencedor.
3. Su intuición, hemisferio derecho, para adelantarse a las dificultades y prever sus remedios.
4. Su emotividad, del hemisferio derecho, que le permita mantener la fuerza en el esfuerzo y no venirse abajo si exige más de lo esperado.

La felicidad es mayor cuando más implicados han estado ambos hemisferios, todo nuestro cerebro, todo lo que podemos, todo lo que somos

5. Su razonamiento, operado por su hemisferio izquierdo, con el que precisar el porqué ha de lograr algo, qué beneficios le traerán y diseñar los elementos de su logro.
6. Su lógica, del hemisferio izquierdo, con la que concluir a partir de los datos que posee.
7. Su memoria, que desde el hemisferio izquierdo le recordará qué errores cometió en anteriores ocasiones y cuáles fueron sus causas. Igual que sus aciertos.
8. Su ilusión y magnanimidad, que desde el hemisferio derecho, le permitirá ser capaz de metas grandes y aspirar a lo mejor.

Sabiendo que solo la combinación de ambos, hemisferio izquierdo y derecho, razón y corazón, le permitirá el logro en las cuestiones difíciles. Más combinación e implicación de ambos hemisferios, cuanto más compleja sea la meta y mayor acierto y esfuerzo precise. Generando también mayor felicidad, porque la felicidad es mayor cuando más implicados han estado ambos hemisferios, todo nuestro cerebro, todo lo que podemos, todo lo que somos.

LIBROS DEL AUTOR

- *Todos los niños pueden ser Einstein* (Ed. Toro Mítico, 8ª edición).
- *Cuatro claves para que tu hijo pueda ser feliz*, 3ª edición. (Ed. Almuzara).
- *Guía para ser buenos padres*, 2ª edición (Ed. Toro Mítico).
- *Guía para ser buenos padres de hijos adolescentes*, 2ª edición (Ed. Toro Mítico).
- *Las complicaciones del corazón* (Ed. Almuzara).
- *99 trucos para ser más feliz*, 3ª edición (Ed. Cálamo).
- *¿Quieres casarte conmigo?*, 2ª edición (Ed. Palabra).
- *La revolución necesaria: ser libre, inteligente y feliz*. (Ed. Palabra).

Más información en www.fernandoalberca.com

4. LEER, ESCRIBIR Y HABLAR MEJOR

EJERCICIOS EN CASA

Para motivarles:

1. Exigirles lo que pueden hacer y les conviene.
2. Mandarles encargos complicados.
3. Hablarles como si tuvieran dos años más de los que tienen.
4. Responder sus preguntas cuando las hagan.
5. No concederles caprichos cuando los pidan de malos modos.
6. Preguntarles su opinión.
7. Animarles a lo difícil porque son valiosos ya, no porque podrán serlo.
8. Valorarles el esfuerzo, además del logro.
9. Alabarles cinco hechos o habilidades por cada reproche que le hagamos.
10. Transmitirles confianza, aunque haya fallado en el pasado.
11. Relacionar lo que le pedimos con algo que sea de su interés o gusto.
12. Presentándolo como algo difícil y valioso hasta provocar su curiosidad.

Otra docena más de ejercicios:

13. Relacionando lo que le proponemos con su entorno y con la satisfacción y orgullo que sentirán.
14. Plantearlo de forma que pueda provocar en él alguna pregunta sobre cómo, por qué o para qué hacer aquello.
15. Explicarle que lo que se le propone es asequible porque es un paso más de algo que ya hizo bien antes.
16. Manifestarles cuándo lograron que nos sintiéramos orgullosos de sus actos.
17. Demostrarles que son capaces de lo difícil: como andar un poco más, esperar a beber un poco más, comerse dos cucharadas de aquello que no les gusta.
18. Esperar a que logre lo que se propone.
19. Orientarles sobre los modos. Pero dejar que ellos los decidan.
20. Confiar en que lo hará bien con práctica.
21. Que sepa que nosotros no escribimos por él, sino que le compramos el lápiz y le enseñamos las letras.
22. Confirmarle que nos sentimos orgullosos de que no sean como los demás, que poseen mayor personalidad, equilibrio, capacidad de acertar, luchar y ser libres, inteligentes y felices.

Para habituarles a un método eficaz:

23. Decirles que se imaginen en el salón de la casa de los abuelos y girando en torno a sí mismos, vayan describiendo cuanto imaginan que ven.
24. Pedirles que expliquen las causas de pequeños logros sin importancia, como una nota en el colegio, un comentario agradable de un adulto, un trabajo bien realizado...
25. Pedirle que analice los errores que se han cometido en fracasos sin importancia.
26. Pedirle que describa lo que siente con el mayor número posible de adjetivos.
27. Preguntarle por qué su equipo preferido de fútbol ha perdido un partido determinado (o ejemplo similar). Tenga la edad que tenga.
28. Preguntarle lo mismo cuando gane.
29. Elegir un sentimiento cualquiera, explicar las causas por las que alguien se puede sentir así y describir las circunstancias en que puede sentirlo.
30. Expresar una idea con las manos, sin palabras.
31. Contar chistes.
32. Describir sueños.
33. Contar historias inventadas.
34. Contar películas vistas.
35. Leer en voz alta una frase e inventar cómo puede continuar.
36. Representar un pequeño teatro.
37. Y todos los ejercicios que propusimos en los anteriores entrega de este coleccionable desde el mes de diciembre.

