

**CODIGOS DE OBSERVACION:****Una nueva forma  
de terapia familiar****(10 minutos cada día)**

*Casi todo el mundo, cuando habla de un niño, suele decir: «Es bueno. Es malo. Es rebelde. Es inquieto. Es pacífico. Es muy mal comedor. Es estupendo. Es muy tímido... Es, es, es». Pero, ¿de dónde y a base de qué hemos llegado a esa conclusión? Porque la timidez no se ve (se deduce de los actos que vemos, de la forma de posición de su cara, de sus manos sudorosas que palpamos o de la angustiada voz que oímos). El ser «bueno o malo» no lo vemos ni lo oímos ni lo tocamos ni lo olemos ni lo gustamos (lo deducimos de lo que percibimos por los sentidos y luego sentenciamos: «es...»).*

*Los CODIGOS DE OBSERVACION pueden ayudarnos a descubrir el porqué de nuestras sentencias: en primer lugar, si son coherentes o no (esto es, si son objetivos y se corresponden de verdad las acciones que percibimos con la idea de ser tímido, rebelde, etc.) y, en segundo lugar, podremos darnos cuenta precisamente de cuáles son las acciones que nos llevan a ese tipo de conclusiones y no andar siempre con afirmaciones generales y apodicticas: «Es... es, es».*

*Dicho de otro modo, muchas veces no «es», sino que nuestra forma de observar nos engaña (lo hacemos mal) o, influidos por nuestros propios problemas, nos dedicamos a ver en los demás el reflejo o contrarreflejo de nuestras propias conductas.*

**CUATRO FORMAS DE OBSERVACION:  
Anécdotas, Códigos, Expertos y Espontáneos**

Escogemos, por ejemplo, una situación concreta: «Una madre dando de comer a un niño de tres años».

*Ante esta situación, caben, al menos, cuatro formas de OBSERVACION*

- En primer lugar, la **ANECDOTA**: contar, más o menos, qué es lo que le pasa a la madre y al niño cuando están en situación de «dar - de - comer» y «comer - o - no - comer». Contando lo que pasa, las anécdotas sobresalientes que han sucedido, podemos llegar a unas ciertas conclusiones de las conductas del niño y de la madre, «a la hora de comer». La Anécdota es siempre un dato «sobresaliente y significativo».
- Una segunda forma de observar es el **CODIGO**: dada una lista de comportamientos posibles, señalar aquellos comportamientos en los que el niño o la madre inciden durante un tiempo determinado.
- En tercer lugar, el **EXPERTO**: ante una situación dada, el Experto observa teniendo en cuenta su propia forma de mirar las cosas, aplicando el esquema de observación que mejor vea en cada momento.
- Una cuarta manera de observar es la **ESPONTANEA**, la que cada persona puede tener, sin más, pero sin ser experto en el tema: aportará datos, pero probablemente estarán condicionados por la forma de ser del observador, por circunstancias especiales o por criterios que no están objetivados y que valgan para todos. En este caso, lo clásico es que cada uno ve lo que ve y es difícil luego codificar de algún modo lo observado. Pero, aunque parcial o limitada, la observación es siempre válida para tomar algunas conclusiones.
- Aunque las cuatro tienen su interés, aquí vamos a fijarnos solamente en la «Observación por CODIGO». La de «expertos» se rige por normas propias de cada uno y no interesa ahora en este apartado familiar; la de «anécdotas» ya la hemos tratado en nuestra Revista PM (n.º 46, págs. 2-10); finalmente, la «espontánea» apenas tiene tratamiento técnico, ya que este caso se parecería a cualquiera de las otras tres.

## La «OBSERVACION POR CODIGO», una nueva terapia familiar

*Determina, en primer lugar, qué OBJETIVO tienes en la Observación.* ¿qué pretendes buscar o comprobar? Por ejemplo: ¿por qué el niño, de repente, deja de comer y se enfada casi todos los días cuando está delante de su madre? En cambio, ciertos días, también con su madre delante, come normalmente. ¿Qué pasará? ¿Hay algo que influya en él y le haga tener esa conducta? ¿Es un simple capricho, variable, sin más? ¿Es la madre, por ejemplo, quien en gran parte origina el conflicto? ¿Cómo lo hace?

A la observación, pues, no se va sin más: se pretende con ella buscar el origen de algo, la causa de una conducta determinada. ¿Que por qué pretendes buscar?

*Confecciona ahora una LISTA DE COMPORTAMIENTOS posibles:* tanto de parte de la madre como de parte del niño durante el momento de la comida o inmediatamente anteriores y posteriores.

Cuando hablamos de «comportamientos», queremos decir cosas observables con los sentidos: cosas que se ven, oyen, gustan, huelen o se tocan. No vale decir, por ejemplo, «la madre está de mal humor»; hay que llegar a concretar más: ¿cuál es el acto (grito, movimientos rápidos y duros, sienta al niño de golpe en la mesa, etc.), que a mí me mueve a pensar que la madre está «enfadada»?

He aquí, por ejemplo, una serie de comportamientos que, redactados como frases muy generales, no pueden valer para constituir un Código de Observación:

- «El niño está muy preocupado»
- «La madre anda pensando en otros problemas»
- «El niño tiene ganas de ponerse en contra de la madre»
- «La madre quiere mucho a este niño»
- «El niño quiere que la madre esté más tiempo con él»
- «El niño nota que la madre tiene preferencia con otro hermano»
- «La madre, en realidad, quiere por igual a los dos hijos»
- «La madre prepara con cariño la comida del hijo»

Todas son frases que, desde luego, pueden corresponder a una realidad; pero, como tales, no son observables. Esto es: algo observo yo en el niño o en la madre que me hace llegar a esa conclusión: «El niño está muy preocupado». La frase puede ser cierta; pero, ¿qué he visto yo, oído o tocado... para llegar a esa conclusión? Por tanto: no se observan juicios, sentimientos, deducciones sino las señales externas que puedan llevarme a hacer esos juicios, etc.

En cambio, he aquí otra serie de *comportamientos que de verdad son observables:*

- «El niño tira la comida en la mesa»
- «La madre le alaba cuando se la come».
- «El niño da un beso a su madre después de comer»
- «La madre le cuenta cuentos y le introduce la comida en la boca»
- «El niño llora cuando le sienta en la mesa»
- «La madre se levanta de la silla y deja al niño solo»
- «La madre le promete que, si come, le dará un juguete»
- «El niño cierra la boca y aprieta los labios cada vez más»
- «La madre no le deja comer con la cuchara y sólo con el tenedor»
- «El niño protesta cuando le lavan las manos»
- «La madre suspira diciendo: ¡qué tormento!»
- «El niño come apresuradamente»
- Etc.

Todos son *datos observables*. De ahí podrá ir uno deduciendo qué actitud puede haber en el fondo, tanto en la madre como en el niño. Y esto no es un «invento técnico»: es que en la vida procedemos así. Primero observamos y luego sacamos conclusiones. La madre observa al niño y el niño a la madre durante centenares de horas; de tal manera que basta a veces un ligero gesto para en el niño cambie su estado de ánimo. Y es que, casi sin darse cuenta, ha percibido por ese gesto un estado de ánimo distinto en su madre. Lo que pasa es que nos resulta más rápido y cómodo decir la «conclusión» a la que hemos llegado que tratar de describir lo que en realidad hemos «observado» con los sentidos para llegar a esa conclusión.

Una vez determinado el Objetivo de la Observación y hecha una Lista amplia de los posibles y probables comportamientos que se pueden dar en la relación hipotética de madre-hijo a la hora de comer, damos un tercer paso: *SELECCION DE COMPORTAMIENTOS OBSERVABLES* de entre todos los de la lista anterior.

¿Cuántos? Quizá alrededor de un máximo de 15.

¿Por qué? Porque, si son muchos, va a resultar muy difícil el que podamos tenerlos presentes en la Hoja de Observación, de la que luego hablaremos.

Se trata, por tanto, de elegir los más significativos e, incluso, condensar en uno solo comportamientos que indican casi lo mismo: «el niño tira la comida», «el niño tira el agua», «el niño tira la servilleta»... se pueden condensar en uno solo, más general: «El niño tira las cosas por la mesa...».

Evidentemente, aquí suele darse un problema real: no se pueden condensar en un solo comportamiento cosas que conviene diferenciar con claridad. No es lo mismo, por ejemplo, el que «cierre la boca, apretando los labios» que el hecho de «tirar el plato con toda la comida dentro».

¿Qué pasa si son muchos los comportamientos que es necesario observar? Pues la respuesta es sencilla: o se nombran varios observadores, cada uno con su selección de comportamientos, o hay que agruparlos para hacer varias observaciones distintas en distintos días y cada vez sobre un aspecto diferente. Pero no se pueden hacer «selecciones» tan largas de comportamientos que luego no hay forma de seguir y chequear cada aspecto.

*Es el momento entonces de redactar la HOJA DE OBSERVACION.*

Consiste en la redacción vertical de los 15 comportamientos observables, con unas casillas al lado para anotar con una señal cada vez que madre o hijo inciden en uno de esos comportamientos.

Para una mayor facilidad de Observación, es quizá útil el redactar de más a menos (de positivo a negativo) la lista. Así se encontrará más fácilmente el tipo de comportamiento que deseamos anotar. Pero esto no es imprescindible, sino solamente un recurso para facilitar la Observación.

La Hoja de Observación lleva tres o cuatro casillas más, por si aparece algún comportamiento nuevo no previsto y que resulta de especial interés. Si aparecieran tantos comportamientos nuevos no previstos, la Observación valdría quizá solamente para confeccionar una nueva Hoja posterior para observar otra vez la situación.

*Preparar a los OBSERVADORES*

La mejor manera de preparar a un Observador es quizá la participación activa desde que se va confeccionando la lista de items observables y la Hoja de Observación. Sin embargo, también tiene especial eficacia el coger a gente de refresco que pueda ir a la Observación, sin estar tan previamente cargada

con el tema que, de algún modo, puede no ser tan objetiva a veces en el momento de observar.

Lo que sí importa de verdad es que no se deje precipitar por el juicio que le merece la situación, sino que busque datos y los anote convenientemente. Luego ya participará en la confección de opiniones que cada caso merece.

Por ello suele decirse que un Observador muy condicionado por problemas personales o de muy claras tendencias hacia unas u otras actitudes ha de hacer una auténtica gimnasia mental para «no llevar el agua a su molino». Así, el Observador que se convierte en moralizante, el excesivamente directivo ante conductas de los demás, el poco abierto a la experiencia de lo que sucede y angustiado en cambio por lo que a su juicio debiera suceder pueden presentar problemas de subjetivismo en la Observación. Pero sin duda también aquellos que, llevados de la «pura letra» escrita en la Hoja se olvidan del «objetivo» que se busca con tal Observación y no saben prescindir de ella cuando el caso lo exige.

### Escoger las SITUACIONES

Todo depende, efectivamente, del Objetivo que pretendamos cubrir con la Observación; pero es normal, al menos, el señalarse, tres o cuatro Situaciones de Observación para que aparezcan, primero, la diversa gama de comportamientos y, segundo, para que la estadística confirme o ponga en duda comportamientos que pueden ser esporádicos y no representativos.

Elegido, por ejemplo, el supuesto caso de madre-hijo a la hora de comer, habrá que determinar diversas situaciones que nos den un amplio espectro de comportamientos: una comida ordinaria; otra, por ejemplo, con el padre presente; otra, en un restaurante, etc. Esto naturalmente si queremos llegar a un análisis más exhaustivo del tema y ver hasta qué punto el acto de la comida está condicionado por la relación presencial de la madre o el niño se comporta de manera bien diferente cuando come con otra persona. En este sentido, podría llegarse incluso a observar el comportamiento de la madre cuando ella es invitada a comer, por ejemplo, fuera de casa: qué escoge, cómo se comporta, etc. puede ser indicativo de conductas compensatorias a la hora de «dar de comer al hijo».

Pero todo ello lo citamos solamente como ejemplo de una Observación más profunda y con otros fines distintos a lo que podemos tener en un ambiente familiar, donde lo importante es observar varias escenas varios días y tomar algunas conclusiones que ayuden sencillamente a ver los porqués de cada conducta, sin llegar a esos tipos de análisis típicos de especialistas.

También es importante, naturalmente, el que se cree un clima que facilite el comportamiento normal, tanto de la madre como del hijo. De lo contrario, lo que observaremos es la «reacción» de la madre o del hijo ante el hecho de ser observados en una situación que ambos consideran, por ejemplo, problemática.

### Hacer la OBSERVACION EN DIRECTO

Naturalmente puede hacerse también de otros modos:

por circuito cerrado TV, por magnetófono lo que se puede medir por oído, por referencias de las propias personas que podrían ser observadas, etc. Pero lo más frecuente es una presencia física, que no distraiga ni moleste y que ayude a que la situación se parezca mucho a la normal.

**Tiempo:** Suele decirse que basta una Observación de 10-15 minutos y es mejor repetir varias que alargar demasiado.

**Anotaciones:** No está mal si se logra hacer una señal en la casilla correspondiente o anotar el número del Comportamiento (ver apartado 8), cada cinco segundos aproximadamente. Si el Comportamiento se repite en la nueva secuencia de 5 segundos, se vuelve a anotar cuantas veces suceda. Esto nos dará no sólo la cantidad de veces que sucedió algo sino el tiempo que se invirtió en él, lo cual resulta de gran importancia. No es lo mismo el que «una madre alaba al niño» que «invirtió 3 minutos de los 10 observados en alabarle y ayudarlo».

### CODIGO DE SECUENCIAS (CS)

Se trata de dar normalmente, para este tipo de CS, los mismos 6 pasos anteriores; pero, en el paso n.º 4, numerar cada uno de los comportamientos que se van a observar y, luego, en la Observación, en vez de anotar una señal en la casilla correspondiente a cada comportamiento, lo que se hace es anotar, sin casilla alguna, en vertical, uno debajo de otro, el número de cada comportamiento. Suponiendo, por ejemplo, que los Comportamientos a observar sean 15, en el CS se anotaría así: 1 - 3 - 5 - 9 - 9 - 4 - 8 - 8 - 14 - 16 - 14 - 16 - 14 - 15 - 2 - 2 - 2 - 3 - 3 - 14 - 14... pero en vertical (aquí no lo ponemos en vertical por falta de espacio).

¿Qué ventajas tiene esto sobre el anotar los comportamientos escritos con unas casillas al lado para ponerle una señal cuando suceden?

Pues que, cuando anotamos por el método clásico de casillas, al final sabemos cuántas incidencias tuvo cada comportamiento; pero no sabemos, en cambio, cómo se hilan los comportamientos. Esto es, qué sucede, por ejemplo siempre que el niño hace el número 14: ¿viene luego el 16 que significa «riña - de - la - madre» o viene el 15 que significa «sonrisa de la madre», por ejemplo?

Dicho de otro modo: en el método normal de «comportamiento - casilla» sabemos cuántos comportamientos hubo, por ejemplo, durante diez minutos de Observación y qué tipo de comportamientos existieron; pero ignoramos, en cambio, con exactitud qué tipo de reacción hubo por parte de los dos sujetos observados ante el comportamiento determinado del otro. En cambio, con el CS sabemos no sólo el tipo de comportamiento sino también qué sucedió antes y después de cada comportamiento. Esto resulta mucho más ilustrativo, aunque naturalmente supone que el Observador domine con mayor facilidad y rapidez el número que corresponde a cada uno de los Comportamientos de la Hoja de Observación.

Para una mayor ilustración, así sería, por ejemplo, una Hoja de Observación normal de Códigos y una de «Código de Secuencias»:

#### HOJA DE OBSERVACION (normal)

1.—La madre ofrece comida	X X X	1
2.—La madre sienta al niño	X	7
3.—La madre observa	X	1
4.—La madre riñe al niño	X X X	8
5.—La madre alaba al niño	X X	1
6.—La madre le da de comer	X X X X	4
7.—El niño rechaza la comida	X X	9
8.—El niño tira la comida	X X X	3
9.—El niño come apresuradamente	X	10
10.—El niño come llorando	X X	5
		6
		8
		7...

#### HOJA DE OBSERVACION POR SECUENCIAS

En la Hoja de Observaciones (normal) aparecen, por ejemplo, 22 comportamientos aislados, no secuenciados, y por tanto no sabemos qué pasó antes y después de cada uno de ellos.

En la Hoja «CS» sabemos, en cambio, que, después de un 1 (ofrecimiento), viene un 7 (rechazo) y así sucesivamente. Resulta más detallada la Observación y podemos luego sacar conclusiones más precisas, por ejemplo: «Siempre que la madre usa un número determinado, el niño reacciona con otro típico, etc.».

Por no complicar el Cuadro, no hemos puesto las dos divisiones que se utilizan para que se vea la «intensidad» del comportamiento: se pueden poner esas divisiones en ambas Hojas, con el fin de poner la señal (Hoja Normal) o el número (CS) en la casilla A-B, según sea la intensidad o gravedad del comportamiento, según se explica con más detalle en el apartado n.º 8.

### **ANALIZAR LOS DATOS OBSERVADOS**

En primer lugar, la «frecuencia», la cantidad de comportamientos habidos.

En la Hoja Normal se hace una señal en cada casilla y en la Hoja CS se repite el número correspondiente a cada comportamiento. Se suman y ya está, en total y según cada comportamiento específico.

En segundo lugar, es importante ver también la «intensidad»: para ello, tanto la Hoja Normal como la CS, pueden llevar tres casillas verticales (A - B - C). La señal o el número se apunta normalmente en la casilla «A»; si este comportamiento tiene una intensidad más grave, se pone en la «B». Así luego será más fácil sacar conclusiones.

A partir de estos dos datos, puede comenzar un análisis y ver, si es posible, por qué se llega a un comportamiento determinado. Ya no vale decir: «Mi hijo es un tormento a la hora de comer». La frase es válida y quizá cierta; pero la buena Observación nos ha llevado más allá: la madre riñó 13 veces; lo dejó solo 8 veces; nunca le alabó nada de lo que hacía; le quitó violentamente la cuchara de la mano 7 veces... y, en conclusión, «el niño puede resultar un tormento».

O, al revés, «la madre le alabó 7 veces», «le observó, pero no intervino más que en momentos en que el niño le pidió ayuda», «le corrigió, enseñándole otro modo de comer, pero le dejó libre, 4 veces», etc.

No tratamos aquí de qué se debe hacer (cada madre verá) sino de cómo las conductas finales son, en gran parte, fruto de diversos tipos de comportamientos previos.

### **COMUNICACION OBSERVADOR/OBSERVADO**

No se trata de una inspección.

Se busca, ante todo, que el método de Observación resulte útil para quien es observado: con el fin de que vea en dónde están los puntos clave que pueden generar conductas diferentes.

A veces, efectivamente, no sabemos por qué surgen al lado nuestro comportamientos de personas que nos resultan extraños, especialmente cuando vemos que, esas mismas personas, tienen conductas bien diferentes en situaciones distintas. ¿Qué ha pasado?

La Observación abre un campo de análisis, pero es el mismo OBSERVADO quien, a la vista de datos que parecen objetivos, puede examinar la génesis de su conducta y tomar decisiones en su relación consigo mismo o con los demás.

No cabe duda que, además de poder manipular la Observación, habrá gente que la usa para señalar precisamente lo que llaman «defectos» del otro, como si el señalarlos supusiera su terapia. Otros, en cambio, se fijarán más bien en los comportamientos que tuvieron «éxito» en la relación con los demás, teniendo de fondo la teoría que el «reflejo del éxito» ayuda más eficazmente a que uno cambie su conducta.

Nosotros, aquí - ahora, no entramos en ese tema. Lo que sí afirmamos es que una buena Observación, aceptada y comunicada entre Observador y Observado, puede ayudar a ver objetivamente el estímulo / respuesta que provoca nuestra forma de comportarnos. Y, desde luego, que las afirmaciones generales de «que mi niño es un vago o un niño muy ordenado» no dicen casi nada si queremos profundizar un poco más en el cómo se ha generado esa actitud y qué comportamientos previos, tanto por parte de él como de los demás, le han llevado a esa conducta final.

### **LO QUE NO PUEDE SER OBSERVADO**

Llevado el método de «Códigos de Observación» hasta el extremo de que «lo que no se observa no vale», nos llevaría a extremos ridículos.

Efectivamente, hay muchas cosas que no son observables, al menos de una manera consciente y que podamos llamar objetiva. Por otra parte, también, los Observadores no son unas máquinas detectadoras automáticas. Todo tiene su problema. Pero lo que sí parece probable es que el Método de Observación parece altamente eficaz, ya que se basa precisamente en el sistema natural por el que el niño aprende, por ejemplo, de su madre cómo las señales exteriores del rostro, del gesto, de la palabra, del toque piel - a - piel el estado de ánimo y la actitud de la otra personas hacia él.

¿Volveremos también aquí a aceptar los métodos naturales que nos llevaron en nuestros primeros años a constituir la base de nuestras actitudes?

## **ACTIVIDADES**

### **(Conductores de Escuelas de Padres y Tutores de Alumnos)**

- 1.—Determinar una serie de CONDUCTAS que constituyen algún problema o preocupación especial para los Padres o Tutores con sus alumnos.
- 2.—Elegir una de ellas.
- 3.—Señalar con claridad qué OBJETIVO queréis conseguir: qué pretendéis de verdad saber respecto a esa conducta.
- 4.—Confeccionad una LISTA DE COMPORTAMIENTOS posibles y probables.
- 5.—Haced una SELECCION de unos 15 que vais a observar.
- 6.—Redactad una HOJA DE OBSERVACION (normal) o de tipo «Código Secuencial».
- 7.—Preparad a los que vayan a ser OBSERVADORES.
- 8.—Escoged las SITUACIONES de Observación.
- 9.—Haced la OBSERVACION.
- 10.—ANALIZAD los Datos Observados.
- 11.—Estableced una COMUNICACION previa y posterior con los Observados.