

«Muchos niños son brillantes aunque sus notas digan lo contrario»

Por: Carlota Fominaya. ABC. 13/07/2016

Entrevista con Nora Rodríguez, pedagoga y autora de «Neuroeducación para padres

«Educar implica más que nunca informarse, saber, conocer y observar. **Nuestro deber como padres es el de educar a nuestros hijos para que sean la mejor versión de sí mismos.** Entonces, si está demostrado que niños y adolescentes aprenden mucho más fácilmente cuando los padres tienen un puñado de conocimientos fáciles de recordar sobre cómo funciona el cerebro... ¿Por qué no aprovechar todo lo que se sabe del mismo?», se pregunta la pedagoga Nora Rodríguez, autora de «Neuroeducación para padres» (Ediciones B). Ella escribió este libro con la firme intención de ayudar a que las familias entiendan cómo funciona el cerebro de los más pequeños de la casa.

—¿Qué es lo más importante que deben saber los padres sobre el cerebro de sus hijos?

—Que no hay recetas mágicas. Y que si cada familia es diferente, cada niño no sólo tendrá un diseño del cerebro diferente sino que aprenderá a partir de sus propios recursos. Creo que es una época importante en cuanto al protagonismo educativo de los padres, que deben aprovecharse de las increíbles investigaciones que aporta cada poco la ciencia. También deben ser conscientes de que los colegios aún no logran adaptarse al cambio educativo, por lo tanto son ellos los que, participando junto con sus hijos de un movimiento educativo mundial, pueden empezar a modificar su modo de enseñar.

—Usted habla de periodos de aprendizaje. Quizás por desconocimiento, les enseñamos cosas en momentos que no corresponden con su edad.

—Los aprendizajes que ocurren muchos antes de que estén preparados para ello

dañan la autoestima y generan altos niveles de estrés. Esto a la vez se convierte en un modo de entender el aprendizaje con dolor, un dolor emocional que impide avanzar. Hoy la pedagogía actual sustituye esto con nuevos recursos, como por ejemplo, saber cuál es la mejor edad para aprender ciertas cosas.

Ayudamos a los padres a que conozcan el potencial del hijo. Por eso si los progenitores aprenden un poco más sobre la memoria a corto y a largo plazo o sobre la atención, pueden ayudar a su hijo a organizar mejor sus deberes.

Pongamos un ejemplo sobre el tiempo de atención de un niño: este deber ser su edad más «2», lo que significa que si un niño tiene siete años, sólo puede mantener atención sostenida durante 9 minutos aproximadamente. El cerebro se cansa, y debe hacer recreos cerebrales, como bailar, jugar, cantar...

—Dice usted que los niños menores de 14 años pasan demasiadas horas solos en España, y esto es nefasto para su cerebro.

—Los seres humanos somos ante todo seres sociales, necesitamos estar con otros para funcionar bien. Por lo tanto **es muy importante reducir las horas que los hijos pasan en la habitación frente a una pantalla.** Y también ¡fuera la moda de «no sales de tu habitación hasta que acabes las cuentas»! Un cerebro aislado no aprende.

Como alternativa a esto puede ser de gran ayuda acudir a ciertos actos culturales, abiertos para todos, al que pueden acudir niños y adolescentes. También puede funcionar el voluntariado en familia o por grupos.

Pero hay más cosas que los padres pueden aprender respecto de cómo educar la inteligencia social de sus hijos desde que estos son pequeños: dejando de promover los premios materiales a los niños cuando hacen algo desinteresadamente por otra persona. Porque el cerebro no entiende de premio material, y sí de premios emocionales, como cuando lo que se le devuelve es una sonrisa, o un reconocimiento a través de un gesto, como pueda ser abrazo.

—¿Cómo pueden colaborar la madre y el padre en la arquitectura del cerebro de un bebé recién llegado a casa?

—Cada vez que la madre le habla a su bebé, cuando atiende sus necesidades, cada vez que le sonrío, le mira a los ojos, lo acuna, lo protege, diminutas ráfagas de

electricidad se disparan en el cerebro del hijo, espoleadas por el flujo de experiencias sensoriales. Esto demuestra que la madre colabora y modela activamente.

Empatizando con los estados del pequeño, contándole lo que ocurre en su entorno a modo de comunicación aunque no entiendan lo que se dice, contándole sobre lo que hacen o dónde viven... **Hoy la mayoría de los padres saben que el ambiente emocional esculpe el cerebro del niño.**

—Habilidades, talentos... ¿cuál es la diferencia? Usted dice que no es extraño que los padres se confundan.

—Las habilidades se refieren a una capacidad para hacer algo bien, los talentos revelan cuán bien puedo hacerlo, con cuánta frecuencia, pasión, y poco desgaste de energía. Los niños tienen muchas habilidades y más de un talento, generalmente varios, y no son complicados de ver si se exponen a condiciones adecuadas.

—Los padres que quieran potenciar las habilidades para que salgan a la luz los talentos, ¿qué tienen que hacer?

—**Poner al alcance de los hijos experiencias y problemas cotidianos.** Pueden por ejemplo mostrarles el tamaño de una caja de zapatos y preguntarles si creen que se pueden guardar ahí X cantidad de objetos, y dejar que luego experimenten. De este modo les ayudan a percibir sus capacidades naturales, van a permitirles sentirse satisfechos y exitosos pero, fundamentalmente, plenos interiormente.

Porque a medida que descubran sus habilidades, averiguarán también aquello que les causa verdadero deleite y placer. La verdadera llama que enciende la motivación proviene del talento, de aquello que te hace brillar. En este sentido: **¡muchos niños son brillantes aunque sus notas escolares digan lo contrario!**

—Dice usted que la creatividad hace felices a los niños y que por esto mismo los padres tenemos que tener mucho cuidado con no bloquear su capacidad creativa. ¿Cómo no caer en el error?

—En efecto. Los bloqueadores de creatividad varían en cada etapa pero hay algunos muy claros. Por ejemplo, cuando impedimos la exploración de los límites, según corresponde a cada edad. O cuando les negamos que estén con otros niños de su edad, o que no realicen actividades al aire libre al menos una vez al día.

También es un error interrumpirles en los momentos de juego en solitario, o cuando están atentos a algo que despierta su curiosidad. Las interrupciones provocan frustración y esta, no permite que se relajen a su propio ritmo.

Por ejemplo, cuando los padres llevan a un niño de paseo y se queda extasiado viendo una hormiga, o una mariposa, o cuando van a un museo y le obligan a ver todo lo que hay allí sin que él se tome el tiempo para observar y disfrutar quedándose el tiempo que desee frente a lo que le agrada. Esto transmite la idea de que lo que está haciendo no es importante para el adulto.

Otro error tremendo es presionarles psicológicamente con comparaciones con hermanos, porque el otro baila mejor, lee más rápido, toca mejor un instrumento... O vigilarle. Cuando un niño se da cuenta de que es observado por padres o profesores el impulso creativo y el deseo de probar y arriesgarse se apaga y se esconde.

—¿Qué consejos nos da para estas vacaciones?

—Que no estudien ni hagan deberes **de vacaciones mientras están solos encerrados en su habitación**. En especial si son pequeños, necesitan de la cercanía del padre o la madre (no necesariamente para ayudarle en su tarea si sabe cómo hacerla). Los deberes en vacaciones son necesarios porque los aprendizajes tienen que instalarse en la memoria a largo plazo (y mantenerse) pero eso no significa que los niños deban estar encerrados sin contacto con amigos durante tardes enteras. Al contrario, es bueno estudiar con gente ya que una buena conexión con los demás mejora notablemente el aprendizaje cognitivo.

También es recomendable hacerles ver que pueden aplicar a la realidad lo que ya saben. Por ejemplo, contando la vuelta de las compras mientras aprovechamos para jugar con ellos a «qué hubiera pasado si... te hubiera dado dos monedas de 0,50 céntimos menos?».

—¿Qué es lo que todo estudiante necesita saber para la educación del siglo XXI, según usted?

—Que tiene que dormir bien, porque el cerebro se recarga durante el sueño. Y que tiene que estudiar dando un sentido; separando por etapas lo que tiene que aprender. También que deben mantenerse relajados, e incluir el movimiento en el aprendizaje (por ejemplo, a la hora de memorizar las tablas de multiplicar). Cada vez

que le dicen a un niño «no te muevas, estudia», el cerebro aprende peor, o no aprende. De hecho una de la razones de la evolución del cerebro es el movimiento. En esta línea también hay que recordar que es ideal el ejercicio físico antes y después de un aprendizaje, porque se incrementa el oxígeno en la sangre, mejorando la motivación. Y porque se aprende con todo el sistema nervioso, con el tubo digestivo, con los músculos, y con las vísceras.

—Ahora se empieza ver a la adolescencia como una oportunidad evolutiva, más que como una época difícil y compleja. ¿Está de acuerdo?

—Claro que sí. Resulta sorprendente y hasta incomprensible que aún se siga hablando de «la edad del pavo» en tono desesperanzador, cuando hoy sabemos que los cambios que se producen en el cerebro entre los trece y los veinte años en ningún caso disminuyen las capacidades ni hacen que los adolescentes sean peores que los niños o los adultos. Sus capacidades son iguales que las de un cerebro adulto, con la única diferencia de que están preparándose para lo que serán sus logros en la vida.

Lo que los adultos llaman «hacer tonterías» se debe esencialmente al desarrollo lento y desigual del cerebro en esta etapa, que se produce por lo que ha denominado «torpeza neuronal». Es un error pensar que son inmaduros, porque eso es compararlo con el cerebro adulto. En su lugar habría que pensar que se trata de personas jóvenes sensibles y adaptables, que se están preparando para la complicada tarea de alejarse del hogar, y enfrentarse con más adaptabilidad al mundo social que les espera. ¿Por qué no valorar las cualidades propias de la adolescencia más que considerarles un problema? **La adolescencia es la etapa de mayor adaptabilidad del ser humano.**

—Para terminar, hay un epígrafe del libro que se pregunta cómo pueden saber si los padres van por buen camino.

—Es fácil. Si tu hijo se siente feliz de ser como es, pero con una felicidad que no pasa por el consumismo sino por aquello que le hace verdaderamente bien, si tiene amigos, sabe preguntarse y preguntar, si sabe darse respuestas, comparte, sabe volver a su interioridad por unos minutos... pues entonces vamos por buen camino. **Está encontrando atajos para ser la mejor versión de sí mismo.**

Fuente: <http://www.abc.es/familia/educacion/abci-muchos-ninos-brillantes-aunque->

notas-digan-contrario-201606301808_noticia.html

Fotografía: periodicoellatino

Fecha de creación
2016/07/13