

Entrevista con Nora Rodríguez, autora de *Educación para la paz*

Dice que es un libro que empieza al revés....

Sí. Para que se vea con claridad que hay que educar de un modo diferente, hay que escribir a veces en otro orden. En este libro mostramos el arsenal de capacidades de la que disponemos los seres humanos para construir una sociedad mejor, para luego mostrar una de las consecuencias de no hacerlo. La que yo más conozco, el *bullying*, que se ha convertido en los últimos años en un modo de control natural, consecuencia de la era de transparencia, donde el juego es ser visible, hacer visible, y estamos enseñando sin darnos a las nuevas generaciones a aceptar que es normal exponerse, ser controlado por otros (que opinan permanentemente sobre nuestra imagen) y controlar, y esta es una consecuencia de la sobreexposición a la que nos somete la tecnología y lo digital. Y damos artilugios que sirven para el control y que no piensan ni huelen a edades cada vez más tempranas.



Entiendo que usa esa estrategia para forzar la urgencia de educar en otra dirección...

Sí, sin duda. Necesitamos evolutivamente que la educación ponga el foco en el desarrollo de la humanidad, antes que, en la obsesión por el individualismo, la competitividad o las notas para satisfacción del Informe Pisa, esto es posterior. Los seres humanos hemos llegado hasta aquí porque tenemos un gran potencial para el altruismo, la generosidad, la empatía, para cuidarnos, y con todo ello venimos evolutivamente equipados, para ser mejores seres humanos, y es con ese material lo que toca ahora es construir una sociedad más justa e inclusiva. A más tecnología es necesaria más educación de la humanidad. Porque no sabemos hasta dónde va a llegar, así que ya no es sólo es qué mundo les dejamos a las nuevas generaciones, también es para mundo los preparamos, e impedir que se desarrollen en una atmósfera de desconexión humana en la que el bienestar del grupo les resulte indiferente.

¿Qué es la felicidad responsable y qué papel juega la neurociencia en ella?

Es saber que la felicidad de cada uno no es independiente de la felicidad de los demás. Y que como en todas las especies sociales cuidar a otros, consolar, ser altruistas, nos hace más felices que la conquista de la felicidad inmediata. Y tenemos un cerebro que juega a nuestro favor, porque es el único órgano social. Las nuevas generaciones han crecido en una época caracterizada por la conquista de una forma de felicidad al alcance de la mano, pero esta es una felicidad que dura poco, que depende de estímulos intensos y efímeros, que se sostiene con bienes materiales y el éxito fácil. El desarrollo de aptitudes como la empatía, la compasión, el altruismo, el agradecimiento o la generosidad, o tener muy presente el bienestar de los demás en la toma de decisiones, eso es la felicidad responsable. Esta es la verdadera innovación en las aulas y fuera de ellas, porque la pedagogía de la felicidad responsable no sólo es educar el corazón, sino hacerlo en sintonía con el cerebro. Somos seres sociales, nuestro cerebro es un órgano social, y la empatía es como el wifi con el que nos conectamos.

¿Qué hábitos podemos aplicar con nuestros hijos para lograr una mayor felicidad responsable?

Aquellos que les permitan ser generosos, agradecidos, altruistas, empáticos. Sólo se trata de enseñar a hacer micro movimientos, y cómo estos pequeños gestos, cambian las relaciones y cambian también las reacciones de los demás. Esta es la verdadera pedagogía de la felicidad

responsable. Por ejemplo, transmitiéndoles que la verdadera generosidad es dar algo, que no siempre es material, puede ser tiempo, una idea... Y enseñarles que la generosidad es discreta, silenciosa, se realiza anónimamente, de manera respetuosa..., porque es así como se convierte en una fortaleza interior tan poderosa que, como tal, también los hará sentirse fuertes interiormente en momentos difíciles, porque ejercitar micro movimientos de generosidad les ayuda a autorregular la conducta.

¿Cómo educar a los niños y niñas en un contexto globalizado y en movimiento constante?

En esta sociedad los niños están obligados a adaptarse a cosas que ni los adultos sabemos adónde nos van a llevar, pongamos por caso los avances de la tecnología. Así que convengamos que más que nunca desarrollar el sentido de pertenencia, necesitan sentir que forman parte de un grupo, porque en una sociedad global, a medida que crezcan, no tendrán otra opción que experimentar múltiples pertenencias, y para lograrlo, para encajar en el mundo, hemos de darles la posibilidad de que sepan que cuentan con recursos para afianzar vínculos.

Comenta en su libro que la amabilidad mejora la vida de todos ¿en qué sentido?

Cuando somos amables recibimos más respuestas desde el corazón de los demás. Esto es algo fácil de comprobar, sólo hay que serlo, y a los niños les encanta comprobarlo, este es el modo de enseñarles a ser verdaderos ingenieros de felicidad responsable. ...Y lo mismo cuando somos agradecidos. Somos la única especie que enseña a sus crías a ser felices...

Con respecto a la relación de los niños y niñas con las redes sociales y smartphones, ¿cómo debemos tratarla?

Cuanto más tarde, mejor. Y cuando llegue el momento, enseñarles que lo negativo que propaga en las redes como la radioactividad. Enseñarles el uso de habilidades como la empatía, la creatividad, la intuición, la actitud crítica, el autocontrol, altruismo, generosidad, amabilidad, el sentido ético, así como las habilidades que les permitan resolver problemas que atañen a muchos, serán de ahora en adelante herramientas imprescindibles. No en vano las grandes empresas miran menos la variedad de titulaciones y más las habilidades blandas y el deseo de conectar positivamente, crear, solucionar y aprender.

En su libro recomienda ayudar a los niños desde pequeños a aceptar sus imperfecciones ¿Qué consiguen con ello?

Lo que digo es que hay que empezar a hablar de oportunidades para encontrar otras alternativas más que de errores. Porque en realidad es así. Hay que enseñarles que en la búsqueda de atajos están las fortalezas, que la creatividad está impulsada por la intuición, que hoy sabemos qué es y cómo funciona no sólo la inteligencia emocional sino también la inteligencia intuitiva como camino hacia la creatividad, pero para ello hay que enseñarles qué es realmente lo que les hace sentirse bien por más tiempo, lo que les permite un mayor bienestar interior. Cuando un niño ayuda a otro, los neurotransmisores le proveen de un estado de bienestar que dura horas.... Y esto mejora la atención, la memoria de trabajo y la memoria a largo plazo.

¿Cuál es el futuro de la educación y cuál debería de ser desde su punto de vista?

Hoy no es ya necesario educar para la productividad en las fábricas a futuros trabajadores sumisos y bien alimentados. Nuestro modelo es otro, el mundo que ha cambiado de un modo impredecible en los últimos 10 años. Así que toca enseñarles a las nuevas generaciones a tener una vida significativa y valiosa. En

Nora Rodríguez

EDUCAR
para la **PAZ**

La neurociencia de la felicidad responsable



Kⁱⁿis

este sentido, educar para la paz, que es educar para la felicidad responsable, es un derecho de los niños y de los adolescentes.

¿Considera importante incluir proyectos en las aulas como metodología innovadora? ¿Qué tipo de proyectos? ¿Qué beneficios les aporta?

Impactarlos con algo que les resulte novedoso y problemático, que sea una novedad, y a partir de ahí que generen proyectos, donde deban replantearse con otros, debatir y buscar soluciones, y que para encontrarlas deban investigar, aprender, y enseñar a otros lo que han aprendido de nuevo, y ampliar, para llegar en los aprendizajes hasta donde ellos quieran...

En el libro hay un capítulo que se titula, “padres y docentes que inspiran...” En su caso, ¿se ha sentido inspirada por alguien para seguir el camino de la educación?

Sí, mi profesor de castellano...

¿Si a finales del 2019 fuera nuevamente invitada a la ONU, en qué aspecto de la educación haría hincapié?

Sin duda volvería a hablar de la necesidad de educar “happineers”, diseñadores de felicidad en las aulas. Alumnos que se perciban transformadores, palancas de cambio social, y por pequeños que sean. Pero abriría aún más sus puertas, para que educar sea una tarea que integre a las familias. Educando equipos de docentes de alto rendimiento en los colegios tal como hacemos desde *Happy Schools Institute*. Y que desde estos docentes inspiradores los niños sean el vehículo para formar “pequeños círculos de felicidad responsable”. Cada uno de los 500 micro movimientos que enseñamos a los niños, pueden alcanzar a las “pequeñas sociedades”, en el barrio o a sus familias, y donde el bienestar de cada uno incluya el bienestar de los demás. Así que, por ejemplo, cuando los padres y la familia extensa aceptan los mismos desafíos que planteamos a los alumnos. Micro movimientos por ejemplo de generosidad, estas pequeñas sociedades se construyen como una fraternidad basada en el respeto y colaboración, genuinas *Family Happineers*

¿Qué le gustaría aportar con este libro a la sociedad?

Repensar la educación... Educar en sintonía con el cerebro y con lo que ya traemos. No en vano somos el resultado de 360.000 generaciones y millones de años de evolución a nuestras espaldas, y hemos llegado hasta aquí también por cuidarnos, como una forma de selección natural. No en vano las investigaciones demuestran que con sólo 6 meses de vida ya hay indicios de un incipiente sentido de justicia, o que con 18 meses los seres humanos damos muestras de altruismo...

Maria Lluís – Barcelona, febrero del 2019

Esta entrevista puede ser copiada en fragmentos o en su totalidad y reproducida en cualquier medio.

Para una posible entrevista con el autor del libro, no dudes en contactar.

¡Espero que este libro sea de tu interés

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - bibiana@ripol.es

