

Educar en el asombro

Catherine L'Ecuyer

Plataforma
Actual

Educar en el asombro Catherine L'Ecuyer

¿Cómo lograr que un niño, y luego un adolescente, sea capaz de estar quieto, observando con calma a su alrededor, capaz de esperar antes de tener, capaz de pensar, con motivación para aprender sin miedo al esfuerzo?

Los niños crecen en un entorno cada vez más frenético y exigente que, por un lado, ha hecho la tarea de educar más compleja, y, por otro, los ha alejado de lo esencial. Para su éxito futuro vemos necesario programarlos para un sinfín de actividades que los están apartando del ocio de siempre, del juego libre, de la naturaleza, del silencio, de la belleza. Su vida se ha convertido en una verdadera carrera para saltar etapas, lo que les aleja cada vez más de su propia naturaleza. Muchos niños se están perdiendo lo mejor de la vida: descubrir el mundo, adentrarse en la realidad. Un ruido ensordecedor acalla sus preguntas, las estridentes pantallas saturan sus sentidos e interrumpen el aprendizaje lento de todo lo maravilloso que hay que descubrir por primera vez.

Educar en el asombro es replantear el aprendizaje como un viaje que nace desde el interior de la persona, una aventura maravillosa facilitada por una consideración profunda de lo que reclama la naturaleza del niño, como el respeto por su inocencia, sus ritmos, su sentido del misterio y su sed de belleza.

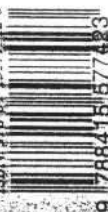
«Delicado y sugerente, pero a la vez profundamente transgresor, como todo lo bueno, lo verdadero y lo bello. Una lectura imprescindible para todo educador.»

Íñigo Pirfano. Director de orquesta
y autor de *Inteligencia musical*



Editorial
plataformaeditorial.com

BIC: IN PV 176
ISBN 978-84-1557-42-3



9 788415 577423

8^a
edición

Cómo educar en un mundo

9. El respeto por sus ritmos

«Paren el mundo, que me bajo.»

GROUCHO MARX

«Había un mercader de píldoras especiales que aplacan la sed. Se toma una por semana y ya no se tiene necesidad de beber.

—¿Por qué vendes eso? —dijo el principito.

—Es una gran economía de tiempo —dijo el mercader—. Los expertos han hecho cálculos. Se ahorran cincuenta y tres minutos por semana.

—¿Y qué se hace con esos cincuenta y tres minutos?

—Se hace lo que se quiere...

—Yo —se dijo el principito—, si tuviera cincuenta y tres minutos para gastar, caminaría tranquilamente hacia una fuente...»

ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY, *El Principito*

El respeto por sus ritmos

Desde nuestro punto de vista, los niños son lentos. Lentos como caracoles. Lentos en vestirse, lentos en obedecer, lentos en comprender —«¡Cuántas veces te he dicho...!»—, lentos en comer, lentos en caminar. Tan lentos...

—Mamá, cuando estaba en el coche ¿dónde tenía que estar? —pregunta Elisa con cuatro años a su madre.

—¿Qué quieres decir, Elisa?

—Pues cuando llegamos a casa por la tarde me dices que tendría que estar haciendo mis deberes. Cuando hago mis deberes me dices que tendría que estar en el baño. Cuando salgo del baño me dices que tendría que estar cenando. Cuando cenó me dices que tendría que estar en la cama. Entonces, cuando estaba en el coche, ¿dónde tenía que estar?

La rapidez y la lentitud son conceptos muy subjetivos... ¿Lentos comparados con qué? Vemos a los niños lentos porque comparamos su ritmo con el nuestro. Porque tendemos a vivir en el «después», nos pasamos toda la vida corriendo hacia una meta sin saber muy bien adónde vamos realmente... mientras ellos viven y disfrutan el momento presente.

—¿Qué mala pata. Estamos prácticamente parados, no me lo puedo creer —decía papá agobiado al encontrarse en una cola de varios kilómetros de camino hacia un lujoso hotel de cinco estrellas, con piscina, tenis, ping-pong, vistas, buen servicio y gastronomía excepcional para pasar el fin de semana.

—¿Qué es eso? —pregunta Pablo apuntando a un inmenso campo de amapolas desde la ventanilla del coche.

¿Cómo educar en el asombro?

—Son amapolas.

—¿Y eso? —vuelve a preguntar Pablo.

—Es trigo —dice papá, que no podía esconder su profunda desilusión por la situación.

En el camino de vuelta a casa, papá preguntó a los hijos qué les había gustado más del fin de semana: si la piscina, el ping-pong, la playa, las vistas, el hotel...

—El trigo y las amapolas —respondió Pablo.

Los niños viven en el presente con una intensidad impresionante. No viven para cumplir obligaciones, no piensan en términos de horarios o de listas de cosas por tachar. No añoran el pasado, no entienden el concepto de ahorro de tiempo y no viven en la «ojalaría». Disfrutan del momento. De hecho, Heráclito decía que «el tiempo es un juego al que juegan maravillosamente los niños». Sin saberlo, entienden perfectamente lo que dice Carlos Andreu, autor y conferenciante que nos habla de la felicidad: «La felicidad nunca está en el cuándo. Está en el mientras».

Hoy en día, parece que nuestras vidas ajetreadas son llevadas por las aguas de un río cuyo destino desconocemos. Parece como si se tratase de estar siempre en movimiento. En cambio, los niños tienen la clave de la felicidad: vivir con intensidad y asombro cada momento del presente.

Si nos pusieramos en la piel de un niño de cuatro años, lo que observaríamos sería lo siguiente:

El respeto por sus ritmos

Mi padre me mueve el hombro mientras estoy profundamente dormido y todavía es muy oscuro fuera. Quisiera acurrucarme en sus brazos mientras ocurre suavemente el despertar como hago los domingos en casa de la abuela después de la siesta de la tarde, pero no es posible. Me saca de la cama y me empieza a vestir a toda velocidad, repitiendo sin parar: «Tienes que ser más autónomo». No sé lo que quiere decir «autónomo». Luego desayunó con mi hermano pequeño y es curioso que a mis padres les interesase tanto el juego de «a ver quién acaba primero». Juego porque veo que les hace ilusión. Mientras jugamos al juego, veo que se queman los labios con el café y se atragantan con la tostada mirando a menudo el reloj. Nos cogen y nos cargan en el coche porque si caminamos, «no hay tiempo». Nos llevan a nuestras clases corriendo, a veces porque «llegaré tarde al trabajo», otras porque «estoy aparcado en doble fila». No sé lo que quiere decir «doble fila». Por cada paso que da mi padre, tengo que dar tres, porque tengo las piernas más cortas. Una vez les dije a mis padres que tenía pipí en el coche de camino al colegio y se enfadaron muchísimo. No sé por qué. ¿Es malo tener pipí? Pero lo peor fue el día en que mi madre se enteró de que tenía fiebre antes de subirme al coche. Mis padres se llevaron las manos a la cabeza y hubo un momento de silencio bastante largo. Me dieron medicina y me llevaron al colegio. A media mañana, llamó mi profesora a mi madre, mi tía me fue a buscar y me dejó en casa de la abuela. Entonces estaba muy contento, porque mi abuela me cuidó.

«Los niños deben ser muy indulgentes con las personas grandes», decía el principito... Los niños tienen sus ritmos

mos; biológicos –del sueño, de comer...–, intelectuales –para aprender, para entender...–, afectivos –necesitan brazos, quieren ser escuchados, mirados con compasión, con cariño...–. Sus ritmos no son los nuestros, desde luego. Y cuando queremos satisfacer alguna necesidad suya, a lo mejor ellos no lo necesitan en ese preciso momento. Por eso no solo es suficiente la calidad de una intervención que se realiza puntualmente, también debemos estar «disponibles» para resolver las necesidades básicas del niño cuando «surgen». Los adultos debemos redescubrir la sensibilidad que nos ha otorgado la naturaleza y que hemos ido apagando por las circunstancias de una vida acelerada y a veces histérica, para aprender a armonizar nuestras intervenciones con los ritmos del niño, de tal manera que este pueda percibir el sentido de las consecuencias de sus propios actos. Es cierto que el niño necesita que le pongamos límites y le guíemos en su desarrollo, pero antes de exigir, hay que satisfacer las necesidades básicas.

El niño tiene un reloj interno y él mismo –no lo que él pide, sino lo que pide su naturaleza– es la medida de lo que necesita. No el horario que llevamos nosotros. Por ejemplo, detectar a qué hora le entra el sueño al niño por la noche y ponerle a dormir siempre a esa hora, asegurándonos de que duerme el número de horas necesarias para poder despertarse descansado, es clave para su salud mental y física.⁴⁹

49. Según la National Sleep Foundation (Fundación Nacional del Sueño) de Estados Unidos (<http://www.sleepfoundation.org>), los niños necesitan dormir, en función de su edad, las siguientes horas durante un periodo de 24 horas:

Recientes estudios asocian la carencia de sueño en los niños con hiperactividad, falta de flexibilidad mental, dificultad en controlar la impulsividad, problemas de comportamiento y una reducción de las habilidades cognitivas, además de dificultades para gestionar sus emociones y adaptarse a ciertos contextos.⁵⁰ También sabemos que el sueño es necesario para la consolidación del aprendizaje que hemos hecho a lo largo del día.

Hay que tomar en consideración que el momento en que el niño está en la cama y aquel en que coge el sueño pueden diferir, especialmente en los casos en que deben gestionar

0-2 meses: 10,5-18 horas

3-11 meses: 9-12 horas durante la noche (más 0,5-2 horas de siesta de 1-4 veces al día)

1-3 años: 12-14 horas (incluyendo una siesta de 1-3 horas)

5-12 años: 10-11 horas.

50 Touchette, E., Côté, S., Petit, D., Xuecheng, L., Boivin, M., Falissard, B., Tremblay, R. y Monplaisir, J. Y. (2009), «Short Nighttime Sleep-Duration and Hyperactivity Trajectories in Early Childhood», *Pediatrics*, 124 (5), pp. 985-993; Bernier, A., Carlson S. M., Borgeleau, B. y Carrier, J. (2010), «Relations Between Physiological and Cognitive Regulatory Systems: Infant Sleep Regulation and Subsequent Executive Functioning», *Child Development*, 81 (6), pp. 1.739-1.752; Ednick M., Cohen, A. P., McPhail, G. L., Beebe, D., Simakajornboon, N. y Amin, R. S. (2009), «A review of the effects of sleep during the first year of life on cognitive, psychomotor, and temperament development», *Sleep*, 1 (32), pp. 1.449-1458; Beebe, D. W. (2011), «Cognitive, behavioral, and functional consequences of inadequate sleep in children and adolescents», *Pediatr. Clin. North Am.*, 58, pp. 649-665; Berger R. H., Miller A. L., Seifer, R., Cares, S. R. y Lebourgeois, M. K. (2011), «Acute sleep restriction effects on emotion responses in 30- to 36-month-old children», *J. Sleep Res.*, publicado *online* antes que en su versión en papel el 11 de octubre de 2011. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2869.2011.00962.x/full>. Consultado el 17 de febrero de 2012.

demandas escolares y extraescolares exigentes. Varios estudios asocian el hábito de estar delante de una pantalla –Internet, televisión...– con el hecho de tener dificultades para conciliar el sueño y con trastornos del sueño, por lo que la Academia Americana de Pediatría recomienda a los padres quitar la televisión del cuarto de sus hijos, reducir el tiempo de uso de cualquier tipo de pantalla, asegurar la calidad de los contenidos –informativos, educativos y sin violencia– y verlos con los niños.⁵¹

Nuestros hijos necesitan dormir las horas que pide su naturaleza, no las que dormimos nosotros. Nuestros hijos necesitan una dieta equilibrada. No se cansan de repetirlos los pediatras. Necesitan una papilla sin sal, una fruta sin azúcar, menos bollería industrial, menos chuches y nada de caféina. La caféina es la única droga que los niños pequeños pueden tomar sin prescripción médica y, desgraciadamente, encontramos bebidas de cola a su alcance en la gran mayoría de los cumpleaños y en las neveras de muchos hogares. A veces cedemos por falta de tiempo. Educar a nuestros hijos sobre la necesidad de una buena dieta requiere tiempo y un esfuerzo adicional.

Atender los ritmos y las necesidades básicas de nuestros hijos es clave para conseguir un buen desarrollo. Más de una década de investigación sobre el *apego* confirma que el niño que ha percibido que se han atendido sus necesidades básicas

51. American Academy of Pediatrics (2001), «Children, Adolescents, and Television», *Pediatrics*, 107 (2), pp. 423-426.

cas en sus primeros años de vida (afectivas, fisiológicas, etc.) tendrá una afectividad más ordenada, será más seguro de sí mismo y le será más fácil asimilar de forma más armoniosa los conocimientos. El niño que ha sido atendido adecuadamente recibe el mensaje «valgo la pena», lo que repercutirá positivamente en su autoestima, porque lo que le decimos indirectamente es que es competente.

Respetar los ritmos del niño también es respetar las etapas de su desarrollo sin adelantartas. Necesitan que respetemos sus etapas cognitivas, afectivas, que protejamos su inocencia, sin ceder a la tentación de una reducción del tiempo de su infancia. Es lo que contemplaremos en el próximo capítulo.