

**ATENTZIO ETA KONZENTRAZIO MANTENTZEKO
AHALMENA ADIMEN-KOZIENTEA BAINO
GARRANTZITSUAGOA DA IKASLEENTZAT**

**SABER CONCENTRARSE PARA UN-A NIÑO-A ES
MÁS IMPORTANTE QUE SU COEFICIENTE
INTELECTUAL**

Daniel Goleman. Me llamo Daniel Goleman, soy psicólogo y trabajo como periodista. Soy conocido por mis trabajos sobre inteligencia emocional y otros temas relacionados. Llevo muchas décadas escribiendo sobre esto. Y le he dedicado mi vida porque creo que la habilidad, la capacidad de ser inteligente utilizando nuestras emociones, entender lo que sentimos y por qué es importante cómo se sienten otros y usarlo en nuestras relaciones, es totalmente necesaria para que funcione bien un matrimonio, la vida en general, el trabajo... en definitiva es esencial para la felicidad.

00:51

María Luisa Moreno. Hola, señor Goleman.

Daniel Goleman. Hola.

María Luisa Moreno. Me llamo María Luisa Moreno. Soy madre de una niña maravillosa de nueve años. Es un honor estar hoy con usted. Es fantástico pasar un rato con usted, poder hacerle unas preguntas, y que forme parte de este magnífico proyecto que es Aprendemos juntos. Muchas gracias por estar aquí. Gracias. Muchas gracias. Gracias.

Daniel Goleman. Es un placer. Una visita rápida.

María Luisa Moreno. ¿Empezamos con lo fundamental?

Daniel Goleman. Sí.

María Luisa Moreno. Porque, probablemente, la mayoría de gente que nos ve son padres como yo. Y puede que no estén muy familiarizados con lo que implica la inteligencia emocional. Si nos pudiera dar una descripción... sería genial.

Daniel Goleman. Claro. La inteligencia emocional tiene que ver con las habilidades personales, no es un aprendizaje académico. Se centra en cómo te manejas a ti mismo y tus relaciones. Hay cuatro partes. La primera es la conciencia de uno mismo, es decir saber lo que sientes, por qué lo sientes, lo que determina sus consecuencias, lo que puedes hacer bien o mal. Después, gestionarse a uno mismo. Ser capaz de cumplir tus metas, ser positivo ante los contratiempos, controlar las emociones perturbadoras para que no te destrocen la vida o te impidan hacer lo que quieras hacer. En tercer lugar, la empatía, entender cómo se sienten los demás. Las personas no lo dicen todo con palabras, sino con el tono de voz, con el lenguaje no verbal, etcétera. Así que ser capaz de entender eso, de entender el punto de vista del otro, y, utilizando eso, saber qué le pasa a la otra persona, por último manejar bien las relaciones, colaborar, ser bueno en un equipo, resolver conflictos, influenciar a la gente, persuadir, comunicarse, escuchar, todas esas habilidades. De eso trata la inteligencia emocional.

María Luisa Moreno. ¿Qué significa ser inteligente con relación a nuestras emociones?

Daniel Goleman. Ese es exactamente el objetivo de la inteligencia emocional. A eso se refiere realmente. Primero, creo que es importante darse cuenta de que cada emoción tiene su lugar, cada emoción es un mensaje importante. El problema empieza cuando las emociones se vuelven muy fuertes o están muy fuera de lugar, son inapropiadas, o duran demasiado tiempo. Por ejemplo, si una niña de ocho años se enfada porque no la han invitado a una fiesta, es normal que esté enfadada, ¿cuánto le dura? ¿Sigue enfadada dos días después, dos semanas después? ¿Y su madre? ¿Estará enfadada solo por eso, por esa única cosa? ¿Se despierta a las dos de la mañana preocupada? Estaría fuera de lugar, es demasiado. Tener inteligencia emocional es principalmente escuchar qué te dicen las emociones, y asegurarse de que puedes manejarlo, si se está entrometiendo en otras cosas que quieres hacer. En otras palabras, una emoción tiene su propósito, pero luego termina y tienes que seguir adelante.

María Luisa Moreno. Es muy importante que los padres sepan esto. Y la gran pregunta es: ¿Podemos enseñar inteligencia emocional a nuestros hijos? ¿Podemos reforzar su propia inteligencia emocional? ¿Cómo podemos hacerlo?

Daniel Goleman. Ya lo habéis hecho. Se hace desde que nacen. Desde que coges al bebé, le ayudas a dejar de llorar y le calmas, estás enseñando a su cerebro a calmarse, a que se le pase el enfado. En todo lo que haces con un niño le enseñas inteligencia emocional. Y el cerebro de un niño está hecho para observar atentamente a las personas, para aprender a ser un

ser humano. Si eres padre, no puedes evitar enseñar inteligencia emocional. Los padres son los primeros profesores.

María Luisa Moreno. Eso me lleva a algo importante que me pasa: no tengo el nivel de autocontrol emocional que me gustaría tener. Estoy intentando enseñarle eso a mi hija, pero es algo que yo tampoco tengo controlado. Eso crea un caos en casa. ¿Cómo podemos manejar esto?

Daniel Goleman. No me rendiría. Porque, en cierto modo, eres un ejemplo para tu hija, y sientes que no eres tan buen ejemplo como deberías ser, puede que seas mejor de lo que piensas. Pero, por otra parte, puedes ayudar a tu hija a aprender a calmarse, a manejar sus emociones hablando con ella: «¿Por qué estás tan enfadada?».

María Luisa Moreno. Vale.

Daniel Goleman. «¿Por qué no haces algo que te guste?». A cierta edad, eso la calmará.

María Luisa Moreno. Sí.

Daniel Goleman. Preguntarle por qué siente celos de sus amigos, si se siente dolida porque no la han invitado. Son cosas que van a pasar, puedes ayudar a que aprenda de ello. Ayudarla a que entienda más cosas sobre sus propias emociones. Y también darle métodos. Quizás respirar profundamente...

María Luisa Moreno. Sí.

Daniel Goleman. Todo eso ayuda. Eso ayuda a los padres, porque los hijos quieren aprender de los padres.

María Luisa Moreno. Es verdad.

Daniel Goleman. Cada vez que intentas ayudar a tu hijo a manejar mejor las emociones, a empatizar mejor, lo que sea, los estás ayudando.

María Luisa Moreno. Genial. Esto me hace pensar en los colegios. Porque lo que dices, me hace pensar que los colegios se benefician del aprendizaje social y emocional. ¿Qué es el aprendizaje social y emocional? ¿Y qué beneficios tiene para las escuelas?

Daniel Goleman. Este aprendizaje usa los elementos de la inteligencia emocional: conciencia de uno mismo, autogestión, empatía, habilidades sociales... Pero, además, añade la toma de decisiones, sobre todo decisiones sociales. Las transforma en lecciones para los niños apropiadas a su edad. Para los que tienen siete años la lección de inteligencia emocional, de aprendizaje social y emocional – lo llamamos SEL (Social & Emotional Learning)-, sería: «Imaginemos que piensas que alguien te ha cogido el lápiz, ¿qué te ayudaría y qué no te ayudaría?».

María Luisa Moreno. Vale.

Daniel Goleman. Pegarle a otro no ayudaría. Preguntar, sí ayudaría... Pedir al profesor que intervenga. En otras palabras, los niños pasan por distintas situaciones y deciden qué es lo mejor. Algunas de las cosas que practican en estas clases es que en el aula hay un póster, un póster de un semáforo con la luz roja, la amarilla y la verde. Dicen: «Cuando estés enfadado, acuérdate del semáforo. Con la luz roja, para, cálmate y piensa antes de actuar». Es genial, porque enseña a los niños que no puedes controlar qué sentirás, cuándo o cómo de fuerte será, pero sí lo que haces después de sentirlo. Puedes parar, relajarte y pensar qué pasaría si haces una cosa u otra. La luz amarilla significa pensar todo lo que puedes hacer y cuáles

serán las consecuencias. La verde: elige la mejor e inténtalo. En las escuelas con el método SEL, lo utilizan con todas las edades, incluso con chicos mayores, de dieciséis o diecisiete años. Piensan en cuáles serán las consecuencias, porque les ayuda a tomar mejores decisiones en la vida. Son muchos y muy determinantes los datos que respaldan esto. Demuestran...

Daniel Goleman. Hay un estudio hecho entre 750.000 estudiantes, la mitad tenían este tipo de enseñanza y la mitad no. Demuestra que los niños que habían practicado con el aprendizaje social y emocional, eran capaces de manejar mejor sus emociones, se metían en menos peleas y discusiones, se comportaban mejor en clase, prestaban más atención y tenían menos problemas. Estos indicadores, que llamamos antisociales, todos han descendido. Y los indicadores prosociales han aumentado. «Me encanta el colegio», «Creo que alguien en el colegio se interesa por mí de verdad», «No quiero saltarme las clases, quiero ir a todas». Esos han aumentado un diez por ciento. Los negativos bajaron un diez por ciento. Y bajó más en los colegios en los que más se necesitaba, donde había más problemas. Esto es interesante, las notas subieron un once por ciento. Ayuda a que los niños aprendan mejor. ¿Por qué? Por cómo está estructurado el cerebro. La parte que aprende es la corteza prefrontal y el neocórtex. Pero la parte del cerebro que tiene emociones perturbadoras se encuentra entre las orejas, y el cerebro se estructura para que esta parte domine a esta si estás enfadado.

“Son cuatro elementos: la conciencia de uno mismo, la autogestión, la empatía y las habilidades sociales”

Daniel Goleman

María Luisa Moreno. De acuerdo.

Daniel Goleman. Para los niños, lo que más les desequilibra es lo que pasa en casa y lo que pasa con otros niños. Pero si aprenden a gestionar esto mejor, no les altera tanto. Toda emoción perturbadora es una distracción, no puedes prestar atención ni al profesor ni al libro porque piensas en esa fiesta a la que no te han invitado o cualquier otra cosa. Pero si enseñamos a los niños a gestionar esos melodramas presentes en sus vidas, podrán aprender mejor. Eso es lo que muestran los datos

María Luisa Moreno. ¿Y por qué no se hace en todos los colegios?

Daniel Goleman. Es un movimiento global a nivel mundial. Singapur fue el primer país en asegurarse de que cada alumno tuviera SEL. ¿Sabes por qué? Singapur no tiene recursos naturales, solo tiene lo que hay entre las orejas de sus habitantes. Quiere que sus habitantes sean los mejor preparados para ser trabajadores, buenos líderes y creadores, así que ven el valor del aprendizaje social y emocional. De hecho, suelo hablar con grupos empresariales y compañías, y si le preguntas a la gente de ese mundo si nuestra inteligencia emocional es necesaria para triunfar, el 70% de la gente te respondería que sí. Si le preguntas a los educadores, puede que no lo sepan. Porque les enseñan que las habilidades como las matemáticas o el lenguaje, que desde luego son importantes, es lo que te ayudará en la vida. Pero lo cierto es que los datos del mundo empresarial demuestran que son habilidades básicas, todos las tienen, claro que es necesario tener un buen nivel en matemáticas, pero lo que te hará ser un buen miembro de un equipo, lo que hará que destagues, lo que hará que seas un gran líder, no tiene que ver con lo que aprendes en el colegio. Las

habilidades que te distinguirán están en el campo de la inteligencia emocional. ¿Puedes persuadir, autogestionarte, empatizar? Esas son las habilidades importantes en el mundo laboral. Creo que el currículum escolar debería reflejar esto. Enseñar esas habilidades de liderazgo, de ser un trabajador eficaz, buen ciudadano, buen esposo, buena esposa, buen padre... Hay que enseñarlo en el colegio.

María Luisa Moreno. Según dices, hay una conexión directa entre tu inteligencia emocional y tu éxito en la vida y en lo profesional, ¿no?

Daniel Goleman. Los datos son muy convincentes. Si observas los estudios que hacen las empresas para identificar los mejores líderes, los mejores trabajadores, concluyen en que lo que caracteriza a los grandes trabajadores es su inteligencia emocional. Ni lo que aprenden en el colegio ni una habilidad técnica ni el coeficiente intelectual. De hecho, hace poco vi un estudio sobre ingenieros, y se calificaban entre ellos para ver cuál tenía más éxito. Resultó que la correlación con el éxito, calificada por otros ingenieros, con el coeficiente intelectual era cero. Con la inteligencia emocional era muy alta.

María Luisa Moreno. Así que estás diciendo que el coeficiente intelectual es menos importante que la inteligencia emocional...

Daniel Goleman. Bueno, es importante, importa mucho, sobre todo en el colegio, tendrás mejores notas, aprenderás mejor, y en los primeros años de una profesión. Pero más adelante, en tu carrera profesional, cuando asciendes a gerente, por ejemplo, y te conviertes en un alto ejecutivo, no importa tanto. Para ser un alto ejecutivo, tienes que tener coeficiente intelectual, lo que técnicamente se llama una «desviación estándar» sobre

lo normal. Lo normal son cien. Una desviación estándar son ciento catorce o ciento quince, que resulta ser lo que necesitas para sacarte un grado avanzado, un Máster en Administración de Empresas. Así que ayuda mucho. Pero, una vez estás ahí, estás compitiendo con gente tan inteligente como tú. Así que tu coeficiente no marca la diferencia. Hay datos que dicen que después del ciento veinte no hay relación entre éxito profesional y coeficiente intelectual. Cero. Un coeficiente de más de ciento veinticuatro, para los líderes es negativo... Es interesante.

María Luisa Moreno. Muy interesante.

Daniel Goleman. Pero lo que no dice es que lo que importa está en el lado de la inteligencia emocional. Eso marca la diferencia.

María Luisa Moreno. Volvamos a los niños y a cómo aprenden. Se dice mucho que los niños tienen que cometer errores, que es muy importante que cometan errores. ¿Por qué los errores y las frustraciones son tan importantes?

Daniel Goleman. Lo diría de otra forma, no diría que los errores y frustraciones son oportunidades de aprender, diría que cómo manejan los errores y las frustraciones es lo importante. Equivocarse si no aprendes de ello, no ayuda tanto.

María Luisa Moreno. Es verdad, es cierto.

Daniel Goleman. Sin embargo, uno de los elementos del éxito profesional y del éxito en la vida es ser capaz de recuperarse de un fracaso y un contratiempo. La vida está llena de contratiempos y obstáculos. Pero si dejas que eso te pare y no sigues intentándolo, no aprendes del error. Pero si eres capaz de ver la oportunidad que hay en esa situación, aunque estés

muy enfadado por algo, controla tus emociones y sigue adelante. En otras palabras, la gente que cumple sus objetivos no deja que les paren los obstáculos, contratiempos y frustraciones. Aprenden a seguir adelante. Eso es valioso para los niños.

María Luisa Moreno. Totalmente.

María Luisa Moreno. Has mencionado algo. Es una habilidad específica que siempre has destacado y dices que hay que reforzarla en los niños. Es muy interesante: la concentración.

Daniel Goleman. Sí.

María Luisa Moreno. ¿Cuál es su importancia y cómo podemos enseñarla?

Daniel Goleman. Primero: es la capacidad de prestar atención o ignorar las distracciones, poner atención en lo que quieres. No sacar el teléfono y jugar a un juego, no mandarle un mensaje a tu mejor amigo, no meterse en Facebook o lo que sea que hagan los niños hoy en día. Eso es una tentación, una seducción. Conversando un día con un compañero que estuvo en el equipo que inventó el primer iPhone me decía: «A los 20 años, todos los ingenieros estábamos solteros, lo intentamos hacer lo más atractivo posible, ahora que tengo dos hijos, me arrepiento». Es muy importante que los niños sean capaces, sobre todo en este mundo, lleno de distracciones tecnológicas, de poner la atención donde quieran, porque la atención es la base del aprendizaje. ¿Por qué no enseñamos atención en los colegios? Los datos demuestran que cuanto más puedas concentrarte, mejor aprenderás. Hay una forma de hacerlo.

Estuve en una clase de niños de siete años en una zona muy pobre de Nueva York, que se llama Spanish Harlem. Los niños de esa zona viven en

viviendas de protección social, hay mucha violencia, tienen una infancia muy difícil. Yo pensaba que la clase iba a ser muy caótica, pero me equivoqué. Estaban muy tranquilos y concentrados. Le pregunté a la profesora que qué pasaba. Me dijo: «Pasa esto. Todos los días hacemos algo que se llama 'amiguitos de peluche'. Cada niño coge su peluche preferido, se tumba en el suelo, se lo pone en la barriga, y lo ven moverse al inspirar y espirar. Suben al inspirar y bajan al espirar». Eso es básicamente un entrenamiento para la atención, gimnasia para la mente. Conforme creces, trabajas con distracciones, porque la mente siempre se distrae. A veces esto lo llamamos «Mindfulness». Es un gran avance tenerlo en los colegios. Cuando tu atención se dispersa, te das cuenta y te vuelves a concentrar. Eso ayuda a fortalecer los circuitos neuronales de la concentración. Cada vez que te das cuenta de que te has distraído y vuelves a concentrarte, fortaleces tu sistema de concentración. Es como ir al gimnasio. Cada vez que levantas un peso, cada repetición fortalece el músculo. Cada vez que un niño o un adulto vuelve a concentrarse fortalece su sistema para hacerlo. Esto se puede enseñar. El cerebro quiere aprender a prestar atención. Es lo primero para cualquier tipo de aprendizaje. La atención se puede entrenar, es la base del aprendizaje. Por eso en los colegios debería entrenarse la atención.

“Si enseñamos a los niños a gestionar sus emociones, podrán aprender mejor”

María Luisa Moreno. ¿Qué hay de la meditación? ¿Está relacionada; ayuda?

Daniel Goleman. La meditación es un término genérico. La atención plena es la adaptación de los métodos clásicos de la meditación. Acabo de escribir un libro sobre la ciencia de la meditación teniendo en cuenta los

estudios académicos científicos, y hemos encontrado que la atención plena o entrenamiento de la atención, prefiero ese término al de meditación, fortalece la concentración. En la época de la universidad, si practicas esto, resulta que obtienes mejores resultados en el examen de acceso a la escuela de posgrado. Tienes mejores notas. Si te preocupas por tus hijos, querrás que tengan esa capacidad.

María Luisa Moreno. Sí, esto es algo realmente importante que hay que enseñar a los niños, y es algo que debería enseñarse en los colegios.

Daniel Goleman. Se enseña lo que se conoce en ciencias como el control cognitivo. Es la habilidad de concentrarte en lo que quieres e ignorar las distracciones. Resulta ser el mismo sistema de control que nos ayuda a manejar las emociones desagradables, el cerebro usa el mismo sistema para esto. Que esos niños de siete años se concentren en los peluches les enseña este tipo de control.

Una de las pruebas más conocidas de control cognitivo es la prueba del «Marshmallow». Si no la conoces, deberías. Se llevó a cabo en la universidad de Stanford. Uno a uno, unos niños entran en una habitación y ven una golosina grande y apetecible, un dulce, creo que decís en español.

“La atención se debería entrenar en los colegios, es la base del aprendizaje”

María Luisa Moreno. Dulce, sí.

Daniel Goleman. Dulce. Lo dejan en la mesa delante del niño, y el examinador dice: «Te lo puedes comer ya, pero si te esperas a que vuelva, te daré dos». Se va de la habitación, y el niño se queda mirando, pensando qué hacer. Un tercio de ellos se lo comen al momento, y el resto se esperan. Les siguen la pista, y cuando están a punto de entrar en la universidad, catorce años más tarde, resulta que los que se habían

esperado, comparado con los que no y que fueron impulsivos, retrasan la gratificación, para perseguir sus objetivos, que es de lo que va la prueba, se llevan mejor con sus amigos, y en el examen de acceso, de seiscientos puntos en total, obtienen una ventaja de doscientos diez puntos. En otras palabras, aprenden mejor. Todos eran niños cuyos padres habían ido a Stanford. Venían de familias con alto coeficiente intelectual. En Nueva Zelanda se hizo un estudio sobre el control cognitivo. Participaron niños de cuatro a ocho años. Evaluaron su control, los volvieron a evaluar a los treinta años, y descubrieron que el control cognitivo pronosticaba mejor el éxito económico y la salud a los treinta que el coeficiente intelectual en la infancia o la riqueza de la familia en la que has crecido. Esto significa que es una forma de ayudar a los niños más pobres a tener una vida más plena, porque pueden autogestionarse mejor.

María Luisa Moreno. Está bien.

Daniel Goleman. ¿Por qué no enseñarlo a todos los niños?

María Luisa Moreno. Claro. ¿Podemos hablar de la compasión? Porque vi tu charla de TED.

Daniel Goleman. Sí.

María Luisa Moreno. Me sorprendió mucho porque tiendo a vincular la compasión con la caridad o con sentirse mal por otros. Pero lo enseñas de otra forma. ¿Cómo describirías la compasión con tus palabras?

Daniel Goleman. Creo que la forma más básica de pensar en la compasión es el sentido de un ejercicio que se encuentra en un estudio del Instituto Max Planck de Alemania para aumentar el sistema de compasión del cerebro. Es uno de los tres tipos de empatía. El primer tipo es la empatía

cognitiva, entender lo que piensas, ver tu punto de vista. Significa que puedo comunicarme eficazmente contigo. El segundo es la empatía emocional. Sé cómo te sientes porque yo también lo siento. Y el tercero es la preocupación empática. Cada tipo utiliza una parte distinta del cerebro. La preocupación empática, que es la base de la compasión, utiliza el sistema de preocupación de un padre, el amor de un padre por su hijo. Yo creo que la compasión es tomar el sentimiento que tienes por tu propio hijo y aplicarlo a cualquier otra persona. Hay un ejercicio, como he dicho, que refuerza este sistema, en el que primero piensas en alguien a quien estás agradecido, que ha sido amable y te ha ayudado, quizá tus padres u otra persona, y les deseas que estés seguros, sanos y sean felices, y que tengan una vida plena. Después, deseas eso para ti y para la gente que quieres, tus hijos, tu familia, tus amigos. Después para la gente que conoces, del trabajo o de la comunidad, y luego lo extiendes a todo el mundo. Y lo que compartes es el deseo de que la gente tenga una vida feliz, segura y plena. Esa es la compasión, y se expresa de muchas formas, dependiendo de la situación. Quizá solo prestando atención a gente a la que puedes ayudar, dando dinero a alguien necesitado, o haciendo obras de caridad. Son las formas más obvias, pero creo que hay un gran espectro de compasión, que va desde lo que pensamos que es la caridad, hasta solo prestarle atención a alguien. Eso es microcompasión. Estar absolutamente presente.

María Luisa Moreno. Es algo que se puede enseñar.

Daniel Goleman. Se puede enseñar y es factible. Y creo que necesitamos más.

María Luisa Moreno. Vale. Como madre, claro que me interesa el éxito en la vida de mis hijas, pero me interesa más su felicidad.

Daniel Goleman. Sí.

María Luisa Moreno. ¿Cómo se vincula la inteligencia emocional con la felicidad? ¿La gente que tiene más inteligencia emocional es más feliz?

Daniel Goleman. Por definición, de hecho, si lo piensas, la capacidad de controlar las emociones negativas, desagradables: rabia, miedo, celos, es parte de la inteligencia emocional. Diría que los que son más felices son más inteligentes, y también que la inteligencia emocional hace más probable que alguien sea feliz.

María Luisa Moreno. ¿Cuál crees que ha sido el impacto de la inteligencia emocional en la educación durante los últimos 30 años?

Daniel Goleman. Cuando escribí el libro 'Inteligencia emocional', hace tiempo, era una defensa de la inteligencia emocional en las escuelas y para los padres. Ahora hay manuales para padres sobre inteligencia emocional, seguro que están disponibles en España.

María Luisa Moreno. Sí.

Daniel Goleman. Como he dicho, muchos colegios de todo el mundo están utilizando el aprendizaje social y emocional, que es la nueva imagen de la inteligencia emocional para niños. Para que sea apropiada a la edad, que cubra todo el espectro, esté bien implementada, los profesores la adaptan, que también es importante. Cuando escribí el libro, no tenía ni idea de que esto iba a pasar, pero así lo esperaba. Así que estoy muy contento.

“El aprendizaje social y emocional es la nueva imagen de la inteligencia emocional”

María Luisa Moreno. ¿Hay alguna última sugerencia o idea que quieras dar a los colegios o los padres?

Daniel Goleman. A los padres les diría que no se preocuparan sobre lo que le enseñáis a vuestros hijos. Son muy buenos aprendices. Enseñad a los niños buenos modelos en la vida. Incluso los niños con familias que no son muy brillantes pueden tener muy buenos modelos. Y a los colegios, que si de verdad quieren preparar a los niños para que aprendan bien, tienen que prestar atención a cómo funciona el cerebro, la función de la emoción, y ayudar a los niños a que gestionen bien sus emociones para que se lo pongan más fácil a quienes les ayudan a aprender.

María Luisa Moreno. Muchas gracias, señor Goleman, por este tiempo, muchas gracias por su sabiduría. Muchas gracias por estar con nosotros.

Daniel Goleman. Ha sido todo un placer. Gracias, María Luisa.

María Luisa Moreno. Gracias.

Elkarrizketa hau El PAIS egunkaria, BBVA eta Santillana