

NOLA LAGUNDU SEME-ALABEN BURMUINA ERAIKITZEN?

¿CÓMO AYUDAR EN EL DESARROLLO DEL CEREBRO DE NUESTROS HIJOS-AS?

Rafa Guerrero: “La educación da la espalda al cerebro, y acabamos pidiendo cosas a los niños que no pueden darnos”

“Los 4 cerebros de Arantxa” es el último cuento escrito por el psicólogo y Doctor en educación Rafa Guerrero. A través de él intenta explicar a los más pequeños de la casa cómo funciona su cerebro, para que así, entiendan por qué tienen determinadas conductas. Pero, a la vez, este cuento ofrece información de mucha utilidad a las madres y padres. Solo si conocemos el funcionamiento del encéfalo, podremos ayudar a nuestros hijos a desarrollarlo adecuadamente.

- **Rafa, acabas de publicar un cuento en el que les explicas a los niños cómo funciona su cerebro... Algo que seguramente no conozcamos muchos adultos...**

Efectivamente, pero es que es fundamental. Decidí escribir este cuento porque en las formaciones a madres y padres en las que les hablaba sobre cómo funciona el cerebro de los niños, siempre me hacían la misma pregunta: ¿Cómo le explico yo esto a mis hijos para que lo entiendan ellos también? A raíz de esto pensé que la mejor forma de hacerlo era a través de un cuento. En este les explico, a través de 4 personajes, las 4 áreas del cerebro. De esta forma, los niños consiguen entender por qué, por ejemplo, cuando tienen sueño están más enfadados. Algo muy positivo para la dinámica familiar.

- **Mencionas en el cuento al pegamento cerebral, algo que, según dices, tenemos que elaborar las madres y padres. ¿A qué te refieres cuando hablas de ese pegamento?**

El pegamento cerebral es, metafóricamente, la sustancia que permite que las cuatro zonas del cerebro vayan al unísono. Y la elaboración de ese pegamento es tarea de las madres y padres. **Lo tienen que ir elaborando día a día y se hace con unos ingredientes fundamentales: la protección, el fomento de su autonomía, permitir su curiosidad, atender sus emociones y enseñarles a regularlas, respetar su identidad, estimularles lo suficiente, dar respuesta a sus necesidades, dedicarles tiempo...** Juntando todos estos ingredientes todos los días, vamos creando ese pegamento cerebral. Y, ojo, no vale cocinar la tarde del domingo para tener comida toda la semana. Hay que hacer pegamento todos los días.

- **En el cuento mencionas que una de las partes del cerebro actúa como director de orquesta. Es quién coordina a las otras tres partes. Concretamente, la corteza prefrontal... ¿Tenemos las madres y padres un papel importante en conseguir que nuestros hijos tengan un buen director de orquesta?**

La corteza prefrontal es la parte del cerebro que más tarda en desarrollarse y se corresponde, como dices, con el director de orquesta, el que consigue que todas las partes del cerebro vayan al unísono. **Es la que se encarga, entre otras cosas, de regular nuestras emociones, de que seamos capaces de concentrarnos, de que dejemos a un lado la impulsividad y racionalicemos nuestras conductas...**

Como digo, esta parte es la que se desarrolla más tarde, por tanto, las madres y padres tenemos que hacer de directores de orquesta en los primeros años de vida de nuestros hijos, para que ellos aprendan a serlo de mayores. Si no ejercemos este papel, nuestros hijos no aprenderán a hacerlo. Y, por tanto, **van a reaccionar más que responder, es decir, serán más impulsivos que reactivos. Van ser personas a las que les cueste mucho empatizar con el resto, tomar decisiones, ser conscientes de las consecuencias de sus actos... Les va a costar mucho más concentrarse y planificarse... En definitiva, autogobernarse. Y, por supuesto, van a ser más propensos a desarrollar adicciones.** Por tanto, sí, las madres y padres tenemos un papel fundamental en conseguir que nuestros hijos tengan un buen director de orquesta. En función de cómo lo hagamos nosotros, así lo harán ellos. La calma del padre o la madre es la calma del niño. Si nosotros no sabemos estar calmados, nuestros hijos nunca aprenderán a estarlo. Y así con todo.

- Entender que la parte del cerebro que se encarga de regular las emociones, de permitir concentrarnos, planificarnos, contenernos... se desarrolla la más tarde de todas, hace que entendamos muchas cosas de nuestros hijos, Rafa.

Claro, por eso es tan importante que entendamos cómo funciona el cerebro. A veces, la educación le da la espalda a esto. **“Pero te quieres estar quieto, te quieres concentrar de una vez...”**, repetimos constantemente. Y el mensaje está muy bien, pero no es real. Le estamos pidiendo cosas a los niños que aún no saben darnos. El niño no nace sabiendo concentrarse, estarse quieto... Somos los adultos los que tenemos que enseñarles a hacerlo. ¿Cómo? Haciendo nosotros de corteza prefrontal hasta que ellos la desarrollen. ¿Y esto cómo es? **Ayudándole a planificarse, a controlar sus emociones, por ejemplo.** No pidiéndole que sepa hacerlo.

- Hablas mucho de la importancia de la mirada incondicional y de los buenos tratos hacia nuestros hijos para su correcto desarrollo emocional. ¿Qué estamos haciendo aún mal en este sentido?

Es cierto que cada vez se escucha más el concepto de los buenos tratos, y somos más conscientes de su importancia, pero se queda en palabras. Nadie tiene ningún interés en llevarlo a la práctica, ha quedado muy claro en la pandemia. Nadie ha tenido en cuenta al niño. Tenemos que empezar a poner al niño en el centro. La sociedad, los adultos al servicio de los niños, y no al revés, que es como está montado. Vivimos en una sociedad de adultos,

creada por adultos para adultos. Por eso tenemos una sociedad tan psiquiatrizada, porque como desde el primer momento no hemos cuidado la semilla, luego se convierte en árbol. Y claro, reconducir luego al árbol es más complicado...

ARTIKULO HAU “<https://educarestodo.com/>” Blogean publikatu izan da.