



Treinta minutos cada noche a la llegada del colegio o a la hora de dormir y cuarenta minutos cada semana en un lugar fuera del hogar. Eso hace milagros

El colegio El Pilar-Marianistas de Jerez acogió el viernes la conferencia 'Educar en la atención' de la experta en psicología y educación **Catherine L'Ecuyer**. Antes de su charla respondió a esta entrevista poniendo el acento en la importancia de dejar que los niños "sean niños" alejados, en sus primeros años, del mundo digital.

He oído a una profesora de Infantil de 3 años decir que tiene problemas para 'controlar' a la mitad de niños de la clase. ¿Que con esa edad no presten atención debería ser una señal de alarma?

Los niños de 3 años no se 'controlan'. Se les ayuda a concentrarse y prestar atención rodeándoles de un entorno donde hay un equilibrio entre sonidos y silencios, imágenes y ritmos. Ese entorno debe adecuarse a las etapas de la infancia y respetar su deseo interno de conocer, sin ser invasivo. Una vez están en ese ambiente 'preparado' donde el material tiene una finalidad concreta, entonces se les deja descubrir espontáneamente. Lo que ocurre es que hoy hacemos lo

contrario de todo eso. Sobreestimulamos al niño dejándole en un mundo caótico, acelerado y frenético, y luego pretendemos controlar cada uno de sus pasos.

Hay padres y madres que se ofenden cuando los profesores llaman la atención sobre este tipo de situaciones. ¿No somos aún conscientes del problema ni de las consecuencias que puede tener a la larga?

Los niños se encuentran en lo que llamo "el círculo vicioso de la sobreestimulación". Cuando reciben estímulos que no se armonizan con sus ritmos internos, su deseo de conocer (que es interno) se apaga y pasan a depender de la estimulación externa para "motivarse". Entonces andan entre el estado de ansiedad y de aburrimiento porque buscan sensaciones cada vez más nuevas y rápidas para aliviar su sed de "juerga sensorial". La forma de dar macha atrás a ese proceso es volver a ritmos lentos. Sobreestimar más solo es un parche. Cuando quitamos el parche, nos encontramos con los retos de siempre.

"Prohibir por prohibir, sin dar explicaciones, solo contribuye a despertar en el niño el deseo de romper las normas"

¿Hay forma de competir con la atracción que causan las pantallas en los menores?

Sí, atrasando la edad de introducción de las pantallas y dando oportunidades bellas. Prohibir por prohibir, sin dar oportunidades y explicaciones, solo contribuye a despertar en el niño el deseo de romper las normas. Llevo 7 años escribiendo y dando conferencias sobre eso y puedo afirmar que hay dos tipos de posturas: los que piensan que es una propuesta utópica, y los que lo han probado, ¡y funciona! Hay que verlo para creérselo, es posible. Niños con fuerte personalidad, que aprovechan el tiempo, que leen muchísimo, que tienen interés por aprender y que tienen una capacidad de atención muy grande. Esos niños son los que serán capaces de discernir lo que es *fake news* y lo que no, porque habrán invertido tiempo en entender el contexto en vez de perderse en un mar de informaciones descontextualizadas.

¿Se puede revertir el daño que causa la exposición de los niños a estos dispositivos?

Los primeros 3 años son periodos críticos del desarrollo (no del aprendizaje). Esa es la razón por la que la Academia Americana de Pediatría dice que hasta los 2 años ningún niño debería ver ninguna pantalla. De momento, sabemos muy poco sobre los efectos de las pantallas sobre los cerebros en el largo plazo. Sabemos que el uso de las pantallas en la primera infancia está relacionado con la

inatención, el déficit de aprendizaje, la pérdida de oportunidades para el buen desarrollo, la impulsividad..., etc. Pero no sabemos hasta qué punto existe una modificación del cerebro y si esta es permanente. En cualquier caso, mientras aclaramos esas cuestiones, creo que es preciso tener una actitud de precaución y de prudencia. Y más si hablamos de menores.

La falta de conciliación laboral y familiar hace que el tiempo en familia sea un bien escaso. ¿Cómo podemos aprovechar esos ratos en los que padres e hijos están juntos?

Llevan años taladrándonos la cabeza con el argumento de que "lo que cuenta es la calidad, no la cantidad". Ojo, la cantidad es importantísima, sobre todo en la primera infancia, lo que un niño necesita es disponibilidad, para atender a sus necesidades de base. Eso de que "no hay que hacerse sentir culpable a los padres" es un argumento paternalista. Yo quiero saber cuáles son las evidencias, y luego tomaré mis decisiones responsables y decidiré si quiero o no sentirme culpable. No quiero que otros hagan de filtros a lo que debo saber.

Hay niños apuntados desde pequeños a clases de inglés, fútbol, ballet... con agendas más apretadas que un adulto. ¿Qué opina de las extraescolares? ¿Benefician o perjudican a los menores?

Depende de la edad. En educación infantil, no tienen demasiado sentido, a no ser que se hagan con los padres o en el hogar una vez a la semana, por ejemplo. En primaria, no hay contraindicación, pero con moderación. No tiene sentido que el niño se pase 10 horas en clase, en permanencia y en bus, para luego empalmar con 2 o 3 horas más en una actividad dirigida. Si sumamos el tiempo de la cena y de los deberes, entonces no queda tiempo para estar en familia, para jugar, leer, pensar... En la mayoría de los casos, los extraescolares existen porque tenemos que colocar a nuestros hijos en alguna actividad mientras trabajamos. Ese es un problema estructural muy grande.

Antes se hacía lo que se había hecho "toda la vida". Ahora se habla de crianza con apego, disciplina positiva, método Montessori, Waldorf... Con tantas corrientes educativas y el acceso a una información que antes no existía, ¿la presión para los padres es mayor?

La crianza con apego de verdad (que básicamente es atender a las necesidades básicas del niño a tiempo, todo lo demás es adorno prescindible) es lo que se ha hecho toda la vida. Los demás métodos, pues son estilos educativos concretos, son formas de ver la educación que uno puede o no compartir. Lo que hemos de saber es que la educación nunca es neutra y todos esos métodos se apoyan en una

filosofía concreta, que puede o no cuadrar con la nuestra. Por eso es tan importante conocer esas filosofías, y luego gozar de la libertad educativa que nos permita escoger un método u otro. Por desgracia, ahora quienes gozan de esa libertad son quienes tienen dinero para poder escoger. La libertad educativa no debería tener que pagarse.

"Por desgracia, ahora quienes gozan de libertad educativa son los que tienen dinero para escoger"

Hay quién critica estas metodologías porque creen que tienen normas laxas al contar más con los niños.

Cada padre educa como le da la santa gana. Por ejemplo, yo no soy de la escuela "laxa", no soy ni naturalista, ni rousseauniana, o de los que piensan que el niño tiene todo en sí para desarrollarse por sí solo como lo haría una planta. Creo en el papel de la educación. Pero no soy conductista, ni mecanicista, no creo que la educación sea llenar un vaso, no entiendo la jerarquía como fuente de conocimiento. La educación que no cuenta con el niño y que no da sentido a los aprendizajes, no es educación, es adiestramiento.

¿Qué diría a los que advierten de no "malcriar" a los bebés, cogiéndolos demasiado en brazos, por ejemplo?

La teoría del apego no es naturalista. Atender a las necesidades del niño durante los primeros dos años no es "malcriarlo", porque un niño de menos de 2 años no tiene caprichos, solo necesidades. Reclama que atendamos sus necesidades básicas a tiempo. Si lo hacemos, desarrolla un paradigma de confianza hacia el mundo; si no, de desconfianza. A partir de los 2 años, el niño con apego seguro es autónomo y capaz de obedecer a su principal cuidador, porque confía en él o en ella. La obediencia entendida como "orden y mando" no concibe esa forma de ver la educación.

Usted defiende la educación personalizada. Con clases de 25 alumnos y un solo profesor, ¿es posible?

En educación infantil no. Lo digo sin matices, porque es una etapa en la que la atención personal del educador es clave. En las otras etapas, depende. Para poder atender a cada niño de forma personalizada, hay que educar la mirada desde la mirada. Si en cada clase hay tres plazas reservadas para niños con necesidades de educación especial (me parece muy importante atender a la diversidad, pero es preciso tener en cuenta el esfuerzo añadido que eso supone para el profesor y exigir cosas realistas), si la mitad de la clase está constantemente alborotada y el maestro pasa la mayoría de su tiempo resolviendo conflictos en el aula, pues difícilmente podríamos

hablar de educación personalizada. Así que hoy por hoy, la educación personalizada es 'educating' (marketing educativo) en muchas escuelas.

¿Que rol pueden jugar las tabletas y los ordenadores en ese aspecto?

Los ordenadores sirven para muchas cosas, pero no sirven para dar una educación personalizada. No confundamos educación individualizada con educación personalizada. La educación personalizada se apoya en la idea de que cada niño es único y tiene esquemas mentales propios, voluntad propia, libertad, anhelos y sed de sentido. La educación individualizada es la que ocurre cuando los algoritmos del ordenador dan un orden individual al que tecla. Los ordenadores no tienen sensibilidad.

"La educación que no cuenta con el niño y que no da sentido a los aprendizajes es adiestramiento"

¿Cuál es el mejor regalo que le podemos hacer a un niño pequeño?

Tiempo exclusivo con cada hijo, a solas y sin pantallas. Treinta minutos cada noche a la llegada del colegio o a la hora de dormir y cuarenta minutos cada semana en un lugar fuera del hogar. Eso hace milagros.

Desde 2012 ha educado en el asombro y en la realidad a miles de familias. ¿Cómo se lleva esa gran responsabilidad?

No me gusta demasiado pensar en esos términos. En realidad, no tengo seguidores, tengo lectores inteligentes, gente que discrepa conmigo en algunas cosas, que está de acuerdo conmigo en otras.

¿Deberíamos leer a gente con las que discrepamos sobre cuestiones educativas?

Desde luego. El que es incapaz de leer a alguien con el que discrepa, no es que sea demasiado convencido de lo suyo, es sencillamente un fanático. Por eso hay tanto debate alrededor de la libertad de expresión ahora, porque hay tantos fanáticos. Hemos de reconocer que cada ser humano tiene una percepción distinta del universo. Ser convencida de tu visión del mundo no es algo malo. En cambio, el fanatismo es no aceptar que pueda haber personas que vivan en universos distintos al tuyo. Las redes no ayudan porque son nidos de fanáticos.

Y, para terminar, aunque rechaza la existencia de 'recetas mágicas', dígame cuáles son las principales claves para que los niños no pierdan o incluso recuperen el asombro innato que tienen.

Dejar a los niños ser niños. Ahora hay una cuestión que me preocupa mucho. Deberíamos hacer una encuesta para medir cuántos niños ahora mismo están en los institutos usando las palabras “progres”, “facha”, “comunista” o “nazista” para insultarse unos a otros, sin entender lo que significan esos términos. Reproducen de forma mecánica los fanatismos y los prejuicios de sus educadores (muchas veces ignorantes del contexto histórico en el que nacieron esas expresiones). Ya está bien de convertirlos en pequeños “militantes políticos” desde los 5 años. Si no somos lo suficiente maduros como adultos como para poner freno a ese sinsentido y seguimos transmitiendo ese odio y ese fanatismo a toda la generación que nos sigue, todo eso puede acabar muy mal. El progreso verdadero empieza por el dominio de uno mismo, no de los pensamientos de los demás.

Entre el asombro y la realidad

Catherine L'Ecuyer es canadiense, afincada en Barcelona y madre de 4 hijos. Es máster por IESE Business School, máster Europeo Oficial de Investigación y Doctora en Educación y Psicología. La revista suiza *Frontiers in Human Neuroscience* publicó el artículo, *The Wonder Approach To Learning*, que convierte su tesis en una nueva hipótesis/teoría de aprendizaje. En 2015, recibió el Premio Pajarita de la Asociación Española de Fabricantes de Juguetes por promocionar la cultura del juego en los medios de comunicación. Fue invitada como ponente ante la Comisión de Educación del Congreso de los Diputados de España y para la Segunda Cima Europea de Educación organizada por la Comisión Europea, asesoró al Gobierno del Estado de Puebla en México para una reforma de la educación infantil, formó parte de un grupo de trabajo para el Gobierno de España sobre el uso de las tecnologías entre menores y participó en un informe sobre la lectura digital para el Cerlalc, de la Unesco. Es investigadora y autora de varios libros y artículos sobre el tema de la educación, entre ellos '[Educar en la realidad](#)' (10ª edición), sobre el uso de las nuevas tecnologías en la infancia y en la adolescencia, y '[Educar en el asombro](#)' (27ª edición), publicado en ocho idiomas y en 60 países. Su blog lleva más de un millón y medio de visitas, colabora actualmente con el grupo de investigación Mente-Cerebro de la Universidad de Navarra y es articulista en El País.

[Entrevista de Ana Villegas Salas, en diariodejerez.es.](#)

Fotografía de Miguel Ángel González, de Diario de Jerez.