

Francisco Mora, doctor en Neurociencias, experto en neuroeducación



No sigo la edad ni quiero. Nací en Elx y vivo en Madrid. Casado, dos hijos. Me doctoré en Oxford. Soy catedrático de Fisiología y Biofísica en la Complutense y en la Universidad de Iowa. Hoy en España no hay valores sociales que puedan servir de guía a niños y adolescentes

“Enseñar significa emocionar”



MANÉ ESPINOSA

Parece difícil despertar el entusiasmo en las aulas. No me cansaré de insistir: sólo se puede aprender aquello que se ama.

La llave es la emoción.

Sí, la capacidad de interactuar con el mundo a partir de la curiosidad. El problema es que no tenemos maestros preparados. El maestro es el alma de lo que puede ser un pueblo y hay que infundirle lo que es una realidad hoy: que es un mago con varita mágica para transformar el cerebro de los niños.

Demasiada responsabilidad.

Un maestro transforma la física, la química, la anatomía, la fisiología del niño. Transforma su cerebro para bien y para mal. Y si no lo sabe, si no es responsable y no está formado para ello, no puede emocionarlo.

La emoción se transmite.

Así es, y nada que no pase por la emoción nos sirve en nuestro aprendizaje. Hay que abrir a los niños la puerta de la curiosidad. Hay que empezar la clase despertándolos. Deben mirarte con los ojos muy abiertos. Aunque tengas que llevarte una jirafa a la clase, pero se trata de que digan: “¡Ohhh!”.

Un maestro así, lo recuerdas.

La curiosidad es la única llave que abre la atención, que es la puerta del conocimiento. No puedes decirle a un niño: “¡Presta atención! ¡Caramba!”.

¿Es lo que nos enseña la neurociencia? Efectivamente, y tantas cosas que hay que tener en cuenta, como los ritmos circadianos (los momentos álgidos de la atención del niño para optimizar la educación), hasta cómo influye la arquitectura del colegio.

Cuénteme.

Hoy sabemos que un aula con grandes ventanales, bien ventilada, con una adecuada temperatura y con luz natural produce mejores rendimientos.

Igual es mucho pedir.

Esos cerebros infantiles están creando más de 100.000 millones de contactos sinápticos por minuto. En buenas condiciones serán más listos y más sanos.

¿Y más felices?

El cerebro no está diseñado para que sea mos felices, sino para sobrevivir, pero lo que sí es responsabilidad nuestra es haber instrumentalizado y creado una vida de estrés.

¿Demasiadas horas de colegio, deberes y extraescolares?

Estamos ahogándolos. Los niños hasta los

Entusiasmo, por favor

No filosofa cuando dice que sólo se puede aprender aquello que se ama, lo dice a partir del estudio del cerebro. No importa mucho si tenemos ordenadores o no en las aulas, ganaríamos más con grandes ventanales, más ejercicio físico y, por encima de todo, con buenos maestros que sepan cómo aprende el cerebro humano y tengan ese entusiasmo contagioso acerca de lo que explican. Y también con una sociedad que valore el conocimiento por encima del dinero, que los niños quieran ser Cajal y no Messi; y con políticos honestos: la mejor forma de estimular es dando ejemplo. En Neuroeducación (Alianza), Francisco Mora explica cómo dotar a los niños de valores sólidos.

ocho años deberían estar jugando, porque el juego es el disfraz del aprendizaje.

Y lo es también a los 20 y a los 50.

Sin duda alguna, de adultos lo que hacemos cuando podemos es huir de nuestra conciencia, que nos atenaza y esclaviza, y lo hacemos jugando o viendo jugar. Pero cuando tienes que cimentar lo que será el mundo adulto, hay que potenciarlo.

Juego y aire libre.

El ejercicio físico es el responsable de la creación de nuevas neuronas, y es fundamental practicarlo de niño para ser un adulto sano. Nos hemos construido a lomos de nuestra espalda y nuestros músculos, pero ahora nos hemos hecho sedentarios, que es lo antagónico a lo que hay escrito en nuestro programa genómico y lo que crea las enfermedades en nuestro organismo.

¿Cómo ayudarles a aprender?

Enseñar significa emocionar, evocar su atención desde dentro, y es posible instrumentar cómo empezar una clase: hay que ser provocador, hay que inyectar curiosidad en relación con la edad, la hora del día, el estado del organismo.

No es baladí.

A Magisterio no puede ni debe entrar todo el mundo, hay que afinar quién tiene capacidad para enseñar. Todo empieza por el maestro.

En la adolescencia andan distraídos.

El cerebro de un púber no sólo no ha madurado en las áreas que tienen que ver con la creación de valores y normas, sino que se le están muriendo células a montones porque se está reajustando a lo que es la adultez. Hay cosas que un maestro debe saber, porque si las conoce, podrá ser flexible y sabrá cómo sacar partido a esos cerebros.

Iluminenos, doctor.

La adolescencia es la edad del altruismo si lo sabes encauzar, del heroísmo: todos los héroes han sido adolescentes. Captar eso y encauzarlo es alimentar esos cerebros.

Un ejemplo, por favor...

“Vamos a perder la vida porque los niños de África tengan agua”... Hay quien es capaz de hacerles vivir eso, a un adulto ya no. La adolescencia es una edad muy moldeable.

Ordenemos las etapas del desarrollo cerebral.

Mientras se es niño hay que jugar, conocer el mundo de primera mano, ver la hoja en el árbol, trabajar lo sensorial, lo que te entra por los órganos de los sentidos. Si los metes en una guardería entre cuatro paredes, los estás ahogando.

Pues cada vez se les ahoga antes.

A partir de los nueve años empieza el pensamiento abstracto, jugar con ideas entendiendo que somos seres fundamentalmente emocionales: no hay nada de lo que yo piense, razoné o decida que no tenga una base emocional. No hay razón sin emoción.

IMA SANCHÍS