

20 Minutos. 13 de julio 2021

<https://www.20minutos.es/salud/familia/pax-dettoni-es-fundamental-contribuir-a-la-educacion-emocional-a-traves-de-personajes-que-sean-modelos-emocionalmente-inteligentes-4761964/>

20
minutos

Salud | Pax Dettoni: "Solo podemos ser empáticos de verdad ...



Pax Dettoni: "Solo podemos ser empáticos de verdad cuando cuando sabemos gestionar nuestro sufrimiento"

Por RAQUEL LEMOS | NOTICIA 13.07.2021 - 06:47H



- Pax Dettoni es experta en educación emocional y autora de libros como "La Inteligencia del corazón" (Destino) y de tres cuentos: "Era Dragona de Liat", "Talambote" y "La Nuez Mágica".
- **Empatía y técnicas teatrales para frenar el acoso escolar y mejorar el ambiente en colegios e institutos.**



Pax Dettoni. ELENA BUENAVISTA

Pax Dettoni es antropóloga social, dramaturga, experta en Educación Emocional y creadora de la Asociación Teatro de Conciencia y del programa de convivencia escolar "En Sus Zapatos". Ha publicado varios libros y su cuento reciente para niños mayores de 6 años, *La Nuez Mágica*, es una continuación de "Talambote" que fue escrito para niños más pequeños, de 4 a 6 años.

¿Cómo nació la idea de escribir *La Nuez Mágica*?

Quería contar, a través de una historia para niños, que las personas podemos hacernos daño unas a otras cuando sufrimos, aun cuando somos muy amigos. Sin embargo, también podemos perdonarnos y aprender a gestionar ese dolor emocional para no herirnos, ni herir a los otros. Aunque la empatía esté de moda, solo podemos ser empáticos de verdad cuando no sufrimos o cuando sabemos gestionar nuestro propio sufrimiento y esto también se aprende; a través de un cuento, por ejemplo.

Un cuento es un relato, generalmente breve, en el que se nos cuenta una historia que tiene una introducción, un nudo y un desenlace. Puede ser una historia con un protagonista o con varios. Pero lo que importa es que tenga la estructura mencionada, ya que para los niños es fundamental que las narraciones tengan una apertura y un cierre. Hago hincapié en esto porque hoy día entre las publicaciones infantiles es difícil encontrar cuentos propiamente dichos, aunque reciban ese nombre.

"Los cuentos sirven para lo que cada uno los quiera usar: para imaginar, para practicar la lectura, para aprender educación emocional (...)"

¿Para qué sirven los cuentos?

Los cuentos sirven para lo que cada uno los quiera usar: para imaginar, para practicar la lectura, para aprender educación emocional o para aprender a hablar, para dormir... Hay un cuento para cada cosa, o cada cosa para un cuento – si sabemos usarlo-.

¿Qué valores están presentes en *La Nuez Mágica*?

La Nuez Mágica es un cuento que nos habla de la amistad, de la empatía, de la bondad, del perdón y también de la compasión.

¿Cree que es importante contribuir a la educación emocional de los niños mediante los cuentos? Desde su punto de vista, ¿considera que falta educación emocional?

Creo que es fundamental contribuir a la educación emocional a través de la creación de historias y de personajes que sean modelos emocionalmente inteligentes en los cuentos, en los dibujos animados, en las novelas y películas infantiles, en los videojuegos... Creo que hace falta una nueva generación creativa que incida en la colaboración, la bondad y la compasión más que en la agresividad, la discordia y la violencia.

¿En qué nos deberíamos fijar para elegir cuentos que formen emocionalmente a los niños?

Primeramente, en que sean cuentos. Después, que sean cuentos que apelen a la imaginación y fantasía de los más pequeños porque, aunque pretendamos que se eduquen con ellos, deben entretener y divertir. Por último sería aconsejable, escoger aquellos en los que se aceptan todas las emociones. Por tanto,

escogeremos los que no etiqueten a los niños de "malos" por sentir, por ejemplo, rabia, o miedo o celos y, aquellos que no juzguen peyorativamente las lágrimas o el duelo, cuando se está triste, ni la necesidad de protegerse ante el peligro, cuando se siente miedo, ni las ganas de destruir cuando se está enfadado. Más bien, escogeremos los cuentos que acepten que todo esto puede pasar cuando sentimos cada una de las emociones, pero que podemos aprender a gestionarlas para no hacernos daño, ni dañar a nadie, ni a nada.

"Es fundamental contribuir a la educación emocional a través de modelos emocionalmente inteligentes"

¿Qué puede hacer este tipo de cuentos por los niños?

Fundamentalmente, pienso que estos cuentos pueden darles modelos de identificación, gestión emocional y empatía. Los primeros pasos para desarrollar su inteligencia emocional. Sin embargo, no será solo a través de los modelos de los cuentos que los niños se eduquen emocionalmente, sino fundamentalmente a través de los modelos que vean en sus hogares y escuelas.

¿Cómo se beneficiarán más los niños de su libro *La Nuez Mágica*? ¿Solos o es mejor que los padres se involucren?

Mientras los niños sean niños, disfrutarán de la atención de sus padres. Leer un cuento y después reflexionar conjuntamente sobre él, siempre tendrá más efecto si se hace de forma conjunta. Además, *La Nuez Mágica* también puede servir a los más mayores... Después, el cuento puede ser releído en soledad.

¿Cómo les puede repercutir a los niños leer libros que les formen emocionalmente cuando sean ya adultos?

Las habilidades socioemocionales son la clave para convivir con nosotros mismos y con los otros cuando somos adultos, por tanto, que esos aprendizajes se den en la niñez es un regalo.

¿Qué expectativas tiene con respecto a *La Nuez Mágica*?

Que guste, divierta y enseñe sobre empatía y compasión a los niños y niñas mayores de 6 años.