



# LA NEUROCIENCIA EN LA EDUCACIÓN

No hace mucho tiempo al salir de dar una clase en la facultad de educación de la universidad Waseda, me encontré con un folleto que hablaba de lo llamado en español "concientización o conciencia plena", en inglés "mindfulness", en japonés "マインドフルネス".

El estrés, tiene muchas consecuencias, una de ellas es que disminuye la capacidad cognitiva y el estado emocional. El estrés de la vida cotidiana nos lleva a perder la capacidad de poner atención y por lo tanto a desconcentrarnos, lo cual no ayuda en nada a la hora de querer memorizar, actividad tan necesaria en el proceso de aprendizaje de cualquier conocimiento. Hoy en día gracias a los adelantos de la neurociencia que es una disciplina que incluye diferentes ciencias agrupadas para estudiar el sistema nervioso principalmente el cerebro, sabemos cómo sus diferentes elementos interactúan en la conducta y el aprendizaje humano. Pero mientras más sabemos del cerebro, de la importancia de la intuición en el aprendizaje como elemento inicial que nos permite captar a través de los sentidos, las sensaciones y sentimientos, más entendemos también la importancia de acallar los pensamientos y aprender a estar más en el momento presente.

La educación involucra dos procesos muy importantes que son aprender y enseñar. Y en este importante proceso intervienen muchos factores, no es sólo el coeficiente intelectual alto de una persona lo que le permite enfrentarse a sus estudios y resolver situaciones problemáticas en su trabajo y su vida diaria de forma adecuada para su bienestar y el de los demás. Es la capacidad de saber poner atención, concentrarse, aprender y actuar. Nuestra labor como padres de familia y como profesores consiste en llevar a los niños y niñas a que aprovechen mejor los conocimientos para que el día de mañana los lleven a la acción. En 2010, la universidad Chuo adoptó el acertado eslogan "conocimiento a la acción" como un mensaje universitario que encierra el gran deseo de todos los que estamos trabajando para que los estudiantes lleguen a desempeñarse de la mejor manera.

## "Del Conocimiento a la Acción" -Knowledge into Action-

こうどう ちせい  
行動する知性 Kōdō suru chi sei

Sabemos ahora que nuestro cerebro aprende mejor a través de múltiples vías. Por ejemplo la red de interconexiones neuronales del cerebro nos permite tomar la

información visual e integrarla con nuestro sistema verbal, por lo que podemos hablar de lo que vemos y así podemos almacenarlo en nuestra memoria a la largo plazo para poder hablar de lo que hacemos en un día de descanso, en el trabajo o en las vacaciones de verano. Entendemos todo esto, los investigadores nos los han enseñado, por eso ahora vemos muchos libros de texto para la enseñanza de idiomas con diferentes tipos de actividades donde se toman muy en cuenta las últimas tendencias metodológicas y pedagógicas a fin de facilitar la tarea de aprender. Nuestras clases también se han vuelto espacios donde los alumnos tienen experiencias multisensoriales, estimulantes y motivadoras.

Nuestro reto como profesores es cómo hacer la práctica pedagógica más eficaz y servicial para la gente. Nuestro reto y el de los padres de familia también es estimular la perseverancia, la dedicación, el esfuerzo en lugar de enfocarnos solo en la inteligencia.

Tenemos que entender que en Japón la función de la escuela es dar las asignaturas o materias necesarias para el siguiente nivel. Tenemos que aceptar que la parte emocional y la lingüística, específicamente el bilingüismo y biculturalismo se lo dejan a la familia, pero que la educación es trabajo de todos. Todos trabajamos en equipo: padres de familia, escuela, profesores, sociedad y los estudiantes por ellos, por su futuro y por el sostenimiento de la sociedad.

Para ver excelentes resultados en el papel de la educación tenemos que darle tiempo al tiempo porque la vida en sí es una cosa muy compleja.

Considero que debemos de mantener valores positivos. Organizar y cuidar lo que en las profesiones se conoce como ética profesional, protocolo en la organización de eventos, me refiero a una serie de pensamientos, principios y conductas que favorecen el guiar a los hijos en medio del bullicio de la vida.

Pensamientos como el creer que no importa de dónde venga yo y mi hijo, siempre merecemos obtener una excelente educación. Necesitamos creer que todos los niños y niñas aunque se vean muy lentos, aprenden y que a través de la vida nuestras conductas van cambiando y la gente aprende de muchas maneras distintas. También es necesario entender que no importan que tan inteligente parezca un niño hoy, eso no garantiza que tenga éxito en el futuro. Lo que sí nos garantiza un buen porvenir es inculcar conductas de fortaleza antes los grandes desafíos, y es aquí donde radica la importancia de ir enseñando a los niños a no ser tiranos, a ser respetuosos y ordenados desde pequeños.

Aquí está la clave para que una vez tomada conciencia de la educación de los niños y niñas, apoyemos a cada proyecto comunitario en nuestra tan necesitada comunidad hispanohablante en Japón. Apoyar a la profesora que tiene un taller o clase de español, brindar apoyo a las asociaciones que organizan clases de español y actividades culturales.

No todo lo que brilla es oro nos decía mi madre. Nos hemos comprado muchas ideas creyendo que brillan. La idea de que Japón es el país ideal sobre todo antes de conocerlo, la idea de que la mujer delgada y con piernas largas representa la belleza, la idea de que quien tiene éxito es el egresado de tal o cual universidad de prestigio, la idea de que las escuelas grandes dan excelentes resultados, también la idea de que los inmigrantes son, somos porque yo también lo soy, una carga y estamos mal educados, no podemos lograr objetivos y ser innovadores. Sólo ideas.

A nuestra comunidad le hace muchísima falta tener más cursos de adaptación, de cooperación grupal, de vida y cambios en el extranjero. Y lo vamos a lograr entendiendo que siempre se aprende, aunque se tenga muchos años. Vamos a lograr salir adelante aprendiendo continuamente. Aprendiendo a cuidar nuestra alimentación, hacer ejercicio, tener tiempo para el esparcimiento y el ocio.

Recuerdo con agrado como llamábamos al "señor silencio" en mis prácticas docentes en la normal. "Señor silencio venga por favor..." y de repente todos tomábamos plena conciencia de lo que estaba sucediendo en ese momento. Luego nos centrábamos en la siguiente actividad mucho más atentos, con cerebros relajados y felices. Así como deseamos estar en el ahora aquí en Japón: aprendiendo, relajados y felices. ■

¡Adelante caminantes!

### Marcela Lamadrid

Consultora en temas educativos | Directora del Centro Educativo Marce International | Profesora de español en las universidades de Chuo, Rikkyo y Waseda en Tokio | Clases para bebés, niños, jóvenes y adultos de español, inglés y francés | Cursos de capacitación para aprender a enseñar español a japoneses los domingos | Cursos de inglés para hispanohablantes los domingos.

Visite nuestro sitio web y Facebook y entérese de todos los servicios que ofrecemos:

[www.marceinternational.jp](http://www.marceinternational.jp)

MarceInternational

[marcela@marceinternational.jp](mailto:marcela@marceinternational.jp)



## ENTRELAZANDO CORAZONES

Programa de Intercambio Educativo y Cultural

Alumnos del Colegio San José de Monterrico visitan escuelas de Kumamoto

"Juventud divino tesoro", Rubén Darío

Una delegación del colegio San José de Monterrico de Lima, conformada por 4 estudiantes de tercero de secundaria, una maestra y la Directora General, arribó al Japón el 30 de setiembre para llevar a cabo un Programa de Intercambio Educativo y Cultural con diversas instituciones de la prefectura de Kumamoto.

Dicho programa fue posible gracias a la organización y el apoyo de la agrupación Amigos de Kumamoto, liderada por las profesoras Ruri Ogawa, Yuko Sakana y el profesor Miyata.

Como parte del itinerario, visitaron por segunda vez luego de cinco años, las escuelas Buntoku Middle School y Sanwa Middle School; y por primera vez los colegios Gafuku High School, Keia Kindergarten, Seiseku High School y la Universidad Kumamoto Gakuen. En cada una de estas escuelas presentaron un Power Point sobre el Perú, un video del colegio y un baile típico de la sierra del Perú. Por su parte, los integrantes de la delegación peruana se enriquecieron participando en clases de inglés, música, caligrafía y deporte; compartiendo y departiendo en inglés y japonés con los alumnos.

Ciertamente una experiencia fructífera en armonía con una agenda integral. Hubo turismo y paseos por el Museo de Arte Contemporáneo, el Parque Suizenji, los alrededores del Castillo de Kumamoto (se encuentra aún en refacción), el Centro Cultural de la Prefectura, la ciudad de Kawachi entre otros lugares.

Hubo acciones de responsabilidad social que merecen una mención especial: las visitas al Centro de Apoyo de Enfermedades de Kumamoto y los Talleres de Saori Design a cargo de un grupo de personas que busca promover este arte no solo con fines artísticos o utilitarios sino como una filosofía y estilo de vida que incentivan la búsqueda de la paz interior y el apoyo mutuo entre sus miembros. La participación en una marcha de la agrupación Pilot, organismo que apoya la inclusión y visibilidad de las personas con discapacidades mentales o psicosociales. Esta intensa agenda se cerró visitando al Alcalde de la ciudad de Kumamoto.

Con el propósito de conocer más a fondo las costumbres, la vida familiar y la cultura japonesa, todos los integrantes de la delegación se hospedaron en casas de familias japonesas.

El Programa en Kumamoto, culminó el 9 de octubre. Posteriormente, la delegación partió a Tokyo para conocer la capital, visitar las oficinas de Kyodai y luego partir hasta Hiroshima y Kyoto.

La delegación está muy contenta y satisfecha por la experiencia vivida y esperan implementar varias de las actividades y acciones aprendidas en las distintas escuelas, sobretodo en la escuela de la vida.



La Delegación estuvo conformada por: Eliana Yamashiro (Directora General), Dina Olaguibel (Profesora de Inglés) y los alumnos: Joaquín Romero, Bryan Tíneo, Camila Salazar y Narumi Ywasaki.