



La mejor receta, un cuento

Un cuento una vez al día, unos veinte minutos, preferiblemente antes de dormirse, hace de nuestros hijos niños más despiertos y con más recursos. Leídos por los padres o por los niños, todos aprenderán algo con las aventuras y desventuras de sus héroes y heroínas. Por **Alex Rovira** y **Fernando Trias de Bes**. Ilustración de **Pep Montserrat**.



ta el protagonista o héroe. El libro debe ser reflejo de la vida, con todos sus conflictos y choques entre principios, valores y actitudes necesarios para superarlos. La perseverancia, la cooperación, el coraje, el esfuerzo, la humildad, la confianza o la capacidad de entrega deben recorrer sus páginas.

► **Sentimientos positivos.** Los padres son los principales responsables de transmitir al niño unos valores y una cultura determinados. Esta herencia cultural sirve como eje vertebrador de la que será su visión de sí mismo, de los demás y del mundo que le rodea. Y dentro de dicha herencia cultural imprescindible se encuentran los cuentos.

Los sentimientos positivos que aportan los cuentos hacen que el ser humano no se resigne ante las adversidades que presenta la vida. Son relatos que a menudo plantean problemas existenciales a través de metáforas o situaciones simplificadas. Los personajes suelen ser típicos, y deben enfrentarse a situaciones en las que aparece el mal y hay que esforzarse para superarlo.

Por un mecanismo psicológico natural, el niño se identifica con personajes y situaciones. A través de esta identificación se imprimen en el pequeño las huellas del comportamiento ético y del bien común, y los valores necesarios. Se ve convertido en protagonista y, en consecuencia, vivirá profundamente sus avatares.

Muchos psicólogos conocen y aplican el cuento como recurso pedagógico y terapéutico. Sus personajes le aportan al niño los parámetros para que asuma la vida con valentía, con la creencia de que puede gestionar las dificultades y reveses de la misma.

Medios de comunicación y creadores de contenidos educativos y lúdicos deberían tener en cuenta precisamente estos aspectos, pues la influencia de los cuentos en el sano desarrollo de la personalidad es mucho mayor de lo que a menudo pensamos. Pero sin duda son los padres los que tienen la responsabilidad última, al elegir un programa o un juego. Y de la acertada selección dependerá la construcción del mundo que elaboren los pequeños y, en última instancia, la sociedad que quieran construir.

Este año se celebran, entre otros ilustres aniversarios, los 200 años del nacimiento de Hans Christian Andersen, cuyos cuentos han acompañado a niños de muchas generaciones. *El traje nuevo del emperador*, *El patito feo* o *El soldadito de plomo* forman parte de nuestra historia. Su mensaje es universal, y oculta un gran poder de transformación personal para niños y mayores.


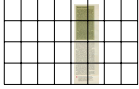
Los cuentos transmiten principios y valores necesarios para el desarrollo de la persona, sea cual sea su edad y condición. Entre sus muchas bondades cabe destacar la introducción al mundo de la literatura para los más pequeños de la casa y para aquellos adultos que muestran reparos a la hora de abordar una obra literaria de gran envergadura. Pero, más allá de ejemplos tan evidentes, sus beneficios son muchos y diversos.

► **Imaginación y creatividad.** Determinados cuentos, además de ser auténticas joyas literarias, estimulan y guían la imaginación del lector, actuando como referentes conscientes e inconscientes. Terapeutas de gran prestigio han demostrado su gran capacidad de generación de cambio en las personas a partir del cultivo de la inteligencia emocional.

► **Principios, valores y actitudes.** Un libro que no ayude en algún sentido es un libro muerto. Ello no significa que el argumento sea complejo, sino que la historia tenga un sentido, excite la curiosidad, estimule la imaginación, genere y clarifique las emociones o desarrolle la capacidad de raciocinio.

Un cuento positivo para el desarrollo de la personalidad es aquel en el que el lector reconoce los problemas a los que se enfren-

► **Crecimiento personal y sentido.** El crecimiento personal está necesariamente lleno de conflictos internos. A lo largo de la vida, uno le toca superar frustraciones y duelos, renunciar, acabar con dependencias y apegos, evitar conflictos de celos o rivalidades, crear un sentimiento de responsabilidad moral, cultivar la autoestima, construir su identidad... Y en cada encrucijada, en cada etapa crítica, los cuentos pueden ayudarle.

	Tirada: 908.929 Difusión: 725.710 (O.J.D) Audiencia: 2.978.000 (E.G.M) 03/04/2005	Sección: - Espacio (Cm_2): 201 Ocupación (%): 34% Valor (Ptas.): 1.897.085 Valor (Euros): 11.401,71 Página: 95	
	Nacional Dominical Semanal	Imagen: Si	

Buena compañía

La oferta de cuentos infantiles es amplia y de gran calidad. El profesional de la librería sabrá orientarle según la edad y circunstancias de su hijo.

Las bibliotecas nos ofrecen la posibilidad de una lectura en compañía. Son un recurso económico y prácticamente sin límite de elección.

Veinte minutos de lectura al día bastan para acompañar a sus hijos en el diálogo, la emoción y la cultura.

Diversos estudios han demostrado empíricamente el efecto positivo que tiene el cuento de hadas sobre el niño, sobre todo si se lee antes de dormir. El beneficio está en la historia, pero también en el intercambio emocional, en la atención y en la caricia que recibe el pequeño cuando sus padres están unos minutos por y con él.

También para los adultos, la reflexión espontánea que el cuento genera puede facilitar soluciones impensables a problemas cotidianos a primera vista irresolubles desde el nivel de la metáfora. Un cuento puede ser también un gran consejero, amigo y terapeuta. ●

Detrás de los cuentos de siempre se halla esa suma de experiencias, esa sabiduría que se ha formado lentamente con el paso de los años, de generación en generación, de lo esencial a lo complejo. Los cuentos se caracterizan por dar las pautas para hacer fácil lo difícil, para resolver problemas.

La capacidad de otorgar sentido a la vida está vinculada a la capacidad de aportar nuestra contribución, que no siempre será visible o inmediata, a la misma. La voluntad es clave. En el momento en que esa meta se pierde, o desaparece la ilusión por alcanzarla, es fácil caer en la depresión. El sentido de la vida, por tanto, no se construye desde la evasión de las circunstancias problemáticas, sino precisamente desarrollando opciones creativas para solucionarlas, para combatir la adversidad y, eventualmente, para darle un sentido aun cuando parece que ésta no deja otra opción que el dolor.

El cinismo o la resignación ante la adversidad son el recurso fácil. La esperanza y la confianza interior que son necesarias para afrontar con dignidad el acto de vivir son, en gran medida, construidas a través de la herencia de la literatura en una de sus formas más bellas: los cuentos.

Porque, al final, los cuentos se escriben y se leen para que los niños puedan dormirse tranquilos, pero también para que los adultos se despierten inquietos. ●



Fernando Trias de Bes y Alex Rovira son profesores de Esade, conferenciantes y coautores del libro 'La buena suerte', con casi dos millones de copias vendidas en el primer año y los derechos adquiridos para 34 idiomas.