

José David Pérez Ibáñez

# Tu Hij Feliz

La fórmula para **felieducar** a tu hij 

Innovación Educativa

# Índice

1.	Introducción	1
2.	<b>F</b> de Familia	11
3.	<b>E</b> de Escuela	29
4.	<b>L</b> de eLemento	95
5.	<b>I</b> de Inteligencia social y emocional	137
6.	<b>C</b> de Comunicación	163
7.	<b>I</b> de Imaginación	183
8.	<b>D</b> de Disciplina	189
9.	<b>A</b> de Amor	209
10.	<b>D</b> de Disfrute	213
11.	Evalúate	225
12.	Anexo: La “Fórmula del Hijo Feliz”	227
12.	Referencias bibliográficas	229
13.	Acerca del autor	233
14.	Agradecimientos	235
15.	Créditos	237

# 1

## Introducción

“ El mejor medio de hacer buenos a los niños es hacerlos felices.

ÓSCAR WILDE

Son muchos los padres y madres que se quejan de que sus hijos vienen al mundo **sin manual de instrucciones**. Educan conforme pueden, con mayor o menor sentido común y a menudo a partir de la experiencia que tuvieron en su propia niñez. Sin embargo, **la sociedad se ha transformado mucho** en unas pocas décadas y continúa haciéndolo a un **ritmo cada vez mayor**, por lo que los métodos de entonces no son igual de válidos ni eficaces en la actualidad.



Para educar a un niño hace falta la tribu entera.

## PROVERBIO AFRICANO

Un proverbio africano dice que “para educar a un niño hace falta la tribu entera”. En este sentido, el filósofo, escritor y pedagogo **José Antonio Marina** identifica cinco agentes responsables de construir y mantener un sistema educativo de calidad que promueva la **felicidad personal y social**: la escuela, la familia, la ciudad, la empresa y el Estado.

La **escuela** y la **familia** son los principales, por lo que deben actuar de la forma más coordinada posible. Sin embargo, mientras que los docentes nos formamos constantemente para desempeñar nuestra profesión, muchas familias buscan un **manual de instrucciones inexistente**.

Es necesario, como afirma Marina, “elaborar una pedagogía compartida que permita que la casa y la escuela no sean espacios separados, antagónicos, sino cooperadores”.

He aquí el **motivo** por el que escribo este libro.



Es necesario elaborar una pedagogía compartida que permita que la casa y la escuela no sean espacios separados, antagónicos, sino cooperadores.

**JOSÉ ANTONIO MARINA**

# Este libro va dirigido...

Principalmente a **padres y madres** con hijos en edad escolar. También es una lectura imprescindible para futuros padres, para abuelos, docentes, psicólogos, pedagogos, pediatras, jueces y abogados, policías, bomberos, políticos, medios de comunicación, productoras audiovisuales, desarrolladores de apps y videojuegos, *gamers*, *youtubers*, *influencers*, panaderos de barrio, dueños y camareros de restaurantes, dependientes de papelerías, de kioscos, de tiendas de juguetes, de ropa y calzado... ¡no acabaría! Así que, en definitiva, este libro va dirigido a la **sociedad** misma, porque como apunta el proverbio africano anterior, una mejor educación **depende de todos**.

## Mi objetivo es...

**Apoyar a las familias** en su labor educativa para entrenar la felicidad de sus hijos. Para ello, voy a presentar eficaces formas de educar que actualmente están llevando a cabo las escuelas más innovadoras. También haré una revisión de libros recientes y relevantes relacionados con la educación y la felicidad. Y como conclusión de todo lo anterior, proporcionaré un listado de actividades prácticas en cada capítulo para conseguir el objetivo deseado.

## Esta obra supone...

Una **síntesis** de mi experiencia como hijo, hermano, amigo, alumno, maestro y tutor de primaria, profesor de secundaria, jefe de estudios de infantil y primaria, formador de profesorado, coordinador de innovación educativa, psicopedagogo, desarrollador de apps educativas, emprendedor, ciudadano crítico y ávido lector.

# Mi tesis...

La idea principal de mi tesis es que los niños entrenan su felicidad a medida que sus padres siguen:

## La “Fórmula del Hijo Feliz”

Esta fórmula, en su **apariencia más sencilla**, es la siguiente:

$$F = E + L + I + C + I + D + A + D$$

donde:

**F** = Familia

**E** = Escuela

**L** = eLemento

**I** = Inteligencia social y emocional

**C** = Comunicación

**I** = Imaginación

**D** = Disciplina

**A** = Amor

**D** = Diversión

Aunque la fórmula anterior es suficiente para entender el contenido de esta obra (todos los elementos contribuyen positivamente al entrenamiento de la felicidad), matizaría sus términos, dejándola con esta **apariencia más compleja**, que explicaré al final de este libro:

$$F = [(E + L + I) \cdot C \cdot \sqrt{-1}]^{D+A} \cdot D!$$

# ¿Qué es felieducar?

Aplicar la **“Fórmula del Hijo Feliz”** es un maravilloso proceso al que denomino **felieducación**. ¡No, no busques en la RAE porque evidentemente, este término no aparecerá! Aunque debería...

A medida que leas las páginas de este libro, te convertirás en un padre o una madre más consciente de que la felicidad de tu hijo debe entrenarse de forma integral, desarrollando cada uno de sus nueve elementos. **¿Te animas a felieducar a tu hijo?** Realmente, debería ser una obligación más que una opción.

## La estructura del libro...

Como seguramente habrás observado, la estructura del libro se corresponde precisamente con los elementos que intervienen en la **“Fórmula del Hijo Feliz”**. Así, en cada capítulo abordaré un aspecto diferente de dicha fórmula, explicando sus fundamentos y proponiendo actividades para entrenar la felicidad de tu hijo.

¡Sí, has leído bien! Y no es la primera vez que lo digo. Una de las conclusiones a las que he llegado es que **la felicidad, como si de un músculo se tratara, también se entrena**. Entrenar la felicidad es la mejor herramienta que puedes dar a tu hijo para que se convierta en una persona feliz.



La felicidad, como los músculos, también se entrena.

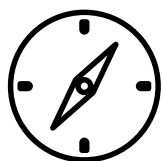
# De la utopía a la realidad...

Las fórmulas describen habitualmente el comportamiento de un fenómeno natural. Lo hacen con una perfecta precisión y en ellas queda claramente definida la influencia que tienen unos términos sobre otros (de forma aditiva, multiplicativa, exponencial...).

**Describir la felicidad** a través de una fórmula así como cualquier comportamiento, sentimiento o relación entre personas es **muy complejo**, pues intervienen infinidad de variables, muchas de ellas difíciles de medir o con un alto grado de subjetividad.

La **“Fórmula del Hijo Feliz”** es, en este sentido, muy pretenciosa. Padres que actúan o mejor dicho, que intentan actuar de forma idéntica con sus hijos, no tendrán hijos idénticos. ¡Claro que no! ¡Piensa cómo de diferentes son muchos hermanos!

No obstante, más que una herramienta precisa, esta fórmula pretende **servir de guía, de faro, de brújula...** un listado de pautas que favorecerán en mayor o menor medida la felicidad de tu hijo.



La “Fórmula del Hijo Feliz” pretende ser una brújula para padres y madres.

## El lenguaje usado...

Utilizaré un **lenguaje** directo, sencillo y repleto de ejemplos para facilitarte la lectura. Cuando escriba “padre” o “hijo” también me referiré a “madre” e “hija”, respectivamente. ¡Este libro se dirige a ambos sexos por igual y además debemos involucrar a toda la familia!



# Tu opinión es importante...



Explicaré las **conclusiones** a las que he llegado y me encantaría recibir, estimado lector, tus **comentarios** (experiencia, punto de vista, ideas y aportaciones...). Esto podrás hacerlo a través de la página web del libro y de las redes sociales. Te las indicaré ahora mismo.

**“Tu hijo feliz”** es un libro vivo, dinámico. Representa una semilla que **haremos crecer conjuntamente, escuela y familias**, para elaborar esa pedagogía compartida de la que he hablado anteriormente.

## ¿Continuará?

¿Dónde continúa **“Tu hijo feliz”**? Como ya sabes, este libro está vivo, pues irá nutriéndose de noticias, investigaciones, nuevas actividades, y sobre todo, de las aportaciones de los lectores. Padres y madres, junto con profesionales de la educación, tenemos la responsabilidad de desarrollar esta herramienta para entrenar la felicidad de nuestra familia en particular y de la sociedad en general.

Si tienes este libro delante de ti es porque **has decidido adentrarte en esta fascinante aventura** de mejorar tu propio bienestar y el de los tuyos.



¡Enhorabuena por dar el paso!



Intentaré ayudarte en lo que pueda.

## “Tu hijo feliz” en la web...

Para **más información**, y también para darme tu opinión, contar experiencias, proponer ideas... visita la web oficial y la página de Facebook de “Tu hijo feliz”.

Puedes acceder a ellas a través de los **enlaces** que te muestro o bien capturando los códigos con un **lector de códigos QR**.

Web oficial

[www.tuhijofeliz.com](http://www.tuhijofeliz.com)



Facebook

[www.facebook.com/TuHijoFeliz](https://www.facebook.com/TuHijoFeliz)



## Para reflexionar...

“ La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.

**NELSON MANDELA**

“ No esperes resultados diferentes si haces siempre lo mismo.

**ALBERT EINSTEIN**