

# Una educación que enriquece la vida

La Comunicación NoViolenta  
ayuda a las escuelas a mejorar el  
rendimiento, reducir los conflictos  
y enriquecer las relaciones



**Marshall B. Rosenberg**

Prólogo de Riane Eisler

**Una educación que  
enriquece la vida**

© de la edición en castellano:  
2022 EDITORIAL ACANTO S.A.  
Barcelona - [www.editorialacanto.com](http://www.editorialacanto.com)

Título de la edición original:  
*Life-Enriching Education*  
© 2003 Marshall B. Rosenberg

Traducción: Noelia Jiménez Díaz  
Revisión del contenido: Tatiana Sibia, formadora en CNV  
certificada por The Center for Nonviolent Communication

Diseño y maquetación: Estudi Gràfic Vicenç Prims, SL

ISBN: 978-84-124594-6-3  
Producción del ePub: booqlab

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar, escanear o hacer copias digitales de algún fragmento de esta obra:  
[www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com), 93 272 04 47 / 91 702 19 70

# Una educación que enriquece la vida

La Comunicación NoViolenta ayuda a las  
escuelas a mejorar el rendimiento, reducir  
los conflictos y enriquecer las relaciones

Marshall B. Rosenberg



# Contenido

*Agradecimientos*

*Prólogo de Riane Eisler*

*Prólogo del autor*

## **CAPÍTULO 1: HACIA UNA EDUCACIÓN QUE ENRIQUECE LA VIDA**

Introducción

Organizaciones que enriquecen la vida

Una educación que enriquece la vida

Cambiar el sistema

*La CNV en la educación: compartir la cancha*

## **CAPÍTULO 2: EXPRESAR MENSAJES QUE ENRIQUECEN LA VIDA**

Preparar al alumnado

Los efectos de los juicios morales sobre el aprendizaje

Evaluar el rendimiento usando juicios de valor

Componentes de la Comunicación NoViolenta

Hacer observaciones claras sin mezclarlas con evaluaciones

*Ejercicio 1: ¿Observación o evaluación?*

Identificar y expresar sentimientos

*Ejercicio 2: Expresar sentimientos*

Los riesgos de no expresar nuestros sentimientos

*Ejercicio 3: Reconocer las necesidades*

Pedir aquello que enriquecería la vida

La diferencia entre peticiones y exigencias

*Ejercicio 4: Expresar peticiones*

El proceso es el objetivo

Digamos lo que digamos, la otra persona puede percibir exigencia

*La CNV en la educación: diversión para todo el grupo*

## **CAPÍTULO 3: ESCUCHAR LOS MENSAJES CON EMPATÍA**

Empatía

Reflejar verbalmente lo que escuchamos

Escuchar peticiones

Conectar empáticamente

Conectar empáticamente con alguien cuando no sabe cómo expresarse o no quiere hacerlo

*Ejercicio 5: Diferenciar entre escuchar con empatía o sin empatía*

## **CAPÍTULO 4: CREAR RELACIONES DE COLABORACIÓN ENTRE ALUMNADO Y PROFESORADO**

Colaborar para marcar objetivos y evaluar  
Objetivos con propósitos que enriquecen la vida  
El alumnado siempre ha podido elegir  
El miedo del profesorado a que el alumnado se involucre en definir los objetivos  
Ejemplos de definición de objetivos de mutuo acuerdo  
Escuchar la necesidad que hay detrás del “no”  
*Ejercicio 6: Escuchar la necesidad que hay detrás del “no”*  
La parte más importante del aprendizaje  
Los miedos del alumnado a involucrarse en la redacción de objetivos  
Colaboración en la evaluación  
Rendir cuentas, SÍ. Notas, NO.  
*La CNV en la educación: el examen*

## CAPÍTULO 5: CREAR UNA COMUNIDAD DE APRENDIZAJE INTERDEPENDIENTE

Ética laica  
Desarrollar una comunidad de aprendizaje interdependiente  
Docentes como agentes de viajes  
Materiales que permiten al alumnado aprender por su cuenta  
Implicación de estudiantes y familias en la creación de materiales  
Servicios voluntarios de tutoría  
La comunidad geográfica como recurso educativo  
El agente de viajes en acción

## CAPÍTULO 6: TRANSFORMAR LAS ESCUELAS

Los problemas que tenemos  
Organizaciones basadas en la dominación  
Resolución de conflictos  
Mediación  
*La CNV en la educación: “Estás muerta”*  
Evitar los diagnósticos y juicios morales  
El uso protector de la fuerza  
*Ejercicio 7: Uso protector de la fuerza frente al uso punitivo de la fuerza*  
Crear equipos de apoyo  
Transformar nuestras escuelas

*Bibliografía*

*Notas*

*El proceso de la Comunicación NoViolenta en cuatro partes*

*Sobre la Comunicación NoViolenta*

*Sobre el Center for Nonviolent Communication*

*Sobre la Asociación para la Comunicación NoViolenta y listado de formadores certificados*

*Sobre PuddleDancer Press*

*Sobre el autor*

## Agradecimientos

Agradezco al profesor y maestro Bill Page por darme, hace más de treinta años, la oportunidad de clarificar cómo me gustaría que el alumnado y el profesorado trabajaran conjuntamente.

Doy gracias también a JoAnne Anderson y Tom Shaheen, directora y superintendente de la escuela Rockford de Illinois a finales de los sesenta, por darme la oportunidad en aquel momento de trabajar con ellos en la creación de escuelas que funcionaban en armonía con mis valores.

Estas experiencias, junto con los escritos de John Holt, Ivan Illich, John Gatto y Alfie Kohn, me llevaron a profundizar en mis conocimientos sobre las políticas educativas y aumentaron mi anhelo de contribuir a propiciar cambios radicales en la educación. Más recientemente, también los escritos de Riane Eisler sobre el concepto de colaboración y dominación en la educación me han influido en este sentido.

También estoy muy agradecido a mis colegas Miri Shapiro en Israel, Nada Ignjatovic en Serbia, Vilma Costetti en Italia y Rita Herzog en los Estados Unidos por mostrarme lo que una persona puede hacer por transformar escuelas que enseñan según el paradigma de la dominación en escuelas que ofrecen oportunidades de aprendizaje que enriquecen la vida.

Y, finalmente, me gustaría expresar mi profunda gratitud a Kathy Smith por editar mis escritos con la ayuda complementaria de Rita



Herzog y Gary Baran, y por traducir mi inglés de universidad a un inglés legible.

## Prólogo de Riane Eisler

Muchas personas nos damos cuenta de que se necesita urgentemente un cambio fundamental en la educación. Vemos que la mayoría de los sistemas educativos actuales no preparan al alumnado para hacer frente a los cambios sin precedentes que trae el siglo XXI. Vemos que es esencial una reforma educativa real si queremos que los niños y niñas de hoy y de mañana vivan en un mundo más pacífico, justo y sostenible.

En este libro, Marshall Rosenberg describe elementos clave de lo que él llama *Una educación que enriquece la vida*: una educación que prepara a los niños y las niñas para aprender a lo largo de su vida, para relacionarse bien con las demás personas y con la suya propia, para usar la creatividad, para ser flexibles, audaces y tener empatía no solo por quienes tienen más cerca, sino por toda la humanidad.

Enriquecer la vida —expandir nuestra mente, nuestro corazón y nuestro espíritu— debería ser el objetivo de la educación. Desafortunadamente, la educación tradicional, con frecuencia, en lugar de expandir la mente, el corazón y el espíritu, los ha limitado. Ha interferido con nuestra curiosidad y goce natural de aprender, ha suprimido las ganas de saber y el pensamiento crítico, y ha modelado comportamientos violentos e insensibles.

Afortunadamente, hoy en día en la mayoría de las escuelas occidentales ya no se usa la violencia contra los niños y las niñas retratada en el viejo dicho: “si prescindes de la vara, malcrías al hijo”. Pero todavía se usan otros métodos de enseñanza diseñados para preparar a las personas para obedecer órdenes “de arriba” sin

cuestionarlas, ya provengan del profesorado en la escuela, de cargos superiores en el trabajo, o de los dirigentes en el gobierno.

Además, el programa de estudios presenta muchas veces la violencia y la dominación como algo normal, incluso deseable, por ejemplo, en clases de historia en las que el alumnado memoriza las fechas de guerras y batallas, y clases de literatura en las que se le asignan relatos épicos en los que la conquista violenta se idealiza como si fuera algo viril y heroico. La estructura de las escuelas también, por lo general, suele funcionar de arriba hacia abajo, de forma que la educación es algo que se hace al alumnado, más que con el alumnado.

Este tipo de procesos, contenidos y estructuras en la educación son apropiados para lo que yo denomino el modelo de sociedad de dominación, en el que las familias, los centros de trabajo, las tribus y los estados se organizan en base a jerarquías rígidas de dominación respaldadas, en última instancia, por el miedo y por la fuerza. No es una educación apropiada para sociedades democráticas, equitativas y pacíficas; sociedades orientadas a lo que yo llamo el modelo de colaboración, y Rosenberg denomina estructura que enriquece la vida.

Obviamente, ya ha habido un movimiento considerable para alejarse del modelo de dominación, al menos en algunas regiones del mundo. De no haber sido así, no podríamos estar hablando de un cambio fundamental en la educación sin arriesgarnos a sufrir severas consecuencias, incluso la muerte, como pasó con la libertad de pensamiento y de expresión no hace tanto, en la Edad Media en Europa, y como sigue siendo el caso en muchos lugares hoy.

Pero este movimiento hacia delante no ha sido lineal. No solo ha encontrado una resistencia feroz a cada paso del camino, sino que también ha sido interrumpido por regresiones al modelo dominante. Estamos experimentando una regresión así en todo el mundo: una regresión hacia un aumento, en lugar de una reducción, de la violencia,

de la inequidad y de la explotación y la dominación a nivel humano y ambiental. Por eso la aplicación de los métodos de Comunicación NoViolenta de Rosenberg a la educación es tan importante, tan urgente y tan oportuna.

Marshall Rosenberg es conocido mundialmente como pionero en la resolución no violenta de conflictos. Ha dedicado los últimos cuarenta años de su vida a desarrollar y aplicar la Comunicación NoViolenta como recurso para relaciones en las que cada persona es tratada con empatía y cuidado. En este libro nos muestra cómo usar este método en las escuelas. También muestra su efectividad a la hora de preparar a personas jóvenes para trabajar juntas, resolver conflictos de forma no violenta y contribuir a su bienestar y al de las demás personas de una manera empática y cuidadosa.

Una de las características más notables del trabajo de Rosenberg es esta atención al cuidado, la empatía y la noviolencia, características que en las culturas orientadas a la dominación están relegadas a las personas que son excluidas de los puestos de mando: las mujeres y los hombres “afeminados”. Marshall reconoce que estas son precisamente las características que tenemos que nutrir en chicos y chicas, y nos muestra cómo podemos hacerlo por medio de métodos educativos probados y efectivos que permiten a las personas jóvenes experimentar la colaboración en acción.

Esta experiencia es importante para todos los niños y las niñas: cuando experimentan las relaciones de colaboración y enriquecimiento de la vida que describe Marshall en este libro, se desarrollan en plenitud. Experimentar estas relaciones es especialmente importante para quienes, en sus hogares, barrios o naciones, solo han aprendido dos alternativas: o dominas o te dominan. Les muestra que hay otra alternativa que se siente y funciona mucho mejor para todas las personas implicadas.

Las escuelas en las que el alumnado y el profesorado se relacionan en colaboración –donde la educación no violenta y de expansión de Marshall es parte de toda interacción– son comunidades de aprendizaje en lugar de fábricas impersonales jerarquizadas. Las personas jóvenes empiezan a ver la escuela como un lugar de exploración, un lugar donde compartir sentimientos e ideas, un lugar seguro y excitante donde se reconoce el valor de cada niño y niña, y donde el espíritu humano se nutre y crece.

Y aún hay más. Cuando les damos a las personas jóvenes la oportunidad de experimentar relaciones basadas en el respeto y el cuidado mutuo, no solo promovemos su bienestar, su aprendizaje y su crecimiento personal. También favorecemos el cambio hacia una sociedad menos violenta, más equitativa, más cuidadosa y verdaderamente democrática.

En esta era de armas nucleares y biológicas, la humanidad se encuentra en una encrucijada evolutiva. Con nuestro nivel de desarrollo tecnológico, la violencia crónica y la falta de cuidado y empatía en las relaciones que impone el modelo de dominación amenazan nuestra propia supervivencia.

A un lado hay una senda de regresión hacia un sistema de dominación todavía más rígido, en las esferas familiar, educativa, religiosa, económica y política.

Al otro lado hay una senda hacia un futuro más equitativo, menos violento, con más cuidado y colaboración. El movimiento hacia la colaboración ha ido aumentando durante varios siglos, en parte debido a la desestabilización de hábitos e instituciones por los cambios tecnológicos asociados al cambio de un mundo principalmente agrario a un mundo industrial. Hoy, el rápido cambio de las tecnologías industriales a las postindustriales sigue desestabilizando creencias e instituciones arraigadas, abriendo nuevas oportunidades para un cambio

positivo. Pero, en lugar de reforzar este movimiento, la educación, en muchas ocasiones, todavía le pone trabas.

La pregunta más básica para nuestro futuro es qué clase de cultura está transmitiendo la educación. ¿Es una educación para una cultura de colaboración, paz y enriquecimiento de la vida? ¿O es una educación para una cultura de dominación y violencia?

Como madre y abuela, siento una urgencia apasionada por ayudar a acelerar el cambio global hacia un paradigma de colaboración. Sé, por mi vida y por mis investigaciones, que hacer cambios fundamentales no es fácil. Pero también sé que se puede lograr. De hecho, se ha logrado, o de otro modo todavía estaríamos viviendo en un mundo en el que todas las mujeres y la mayoría de los hombres sabrían cuál es “su lugar” en rígidas jerarquías de dominación. Trabajando conjuntamente podemos crear culturas que favorezcan, en lugar de inhibir, la realización de nuestros más elevados potenciales humanos: nuestra gran capacidad para el cuidado, la empatía y la creatividad. Este libro –que se nutre de los muchos años del trabajo pionero de Marshall Rosenberg en una comunicación no violenta y que enriquece la vida– puede ayudarnos a transformar la educación para avanzar en esta tarea tan urgente.

**Riane Eisler**

Autora del *El cáliz y la espada, Tomorrow's children*  
y *The power of partnership*

25 de junio de 2003

## Prólogo del autor

Durante algún tiempo, la educación pública se ha centrado muchísimo en qué programa de estudios creemos que será útil para el alumnado. La educación que enriquece la vida se basa en la premisa de que las relaciones son tan importantes como el programa de estudios para preparar a las personas para el futuro: las relaciones entre alumnado y profesorado; las relaciones de los y las estudiantes entre sí y la relación de cada estudiante con lo que está estudiando.

Los niños y las niñas necesitan mucho más que competencias básicas de lectura, escritura y matemáticas, por muy importantes que estas puedan ser. También necesitan aprender cómo pensar por sí mismos y mismas, cómo dar sentido a lo que aprenden y cómo colaborar y convivir. Lo que va a obtener el profesorado, los equipos directivos y las familias de una educación que enriquece la vida, son competencias en lenguaje, comunicación y formas de estructurar el entorno educativo que favorecen el desarrollo de la autonomía y la interdependencia en el aula. Estas destrezas te ayudarán a preparar a tus estudiantes para vivir en el mundo que van a heredar.

### *Mi historia en escuelas en Estados Unidos*

He trabajado con docentes y equipos directivos de escuelas públicas y privadas, desde el jardín de infancia hasta el nivel universitario, durante cuarenta años. A lo largo de este tiempo he estado ayudando a estas personas a integrar en sus programas el proceso educativo que yo llamo “educación que enriquece la vida”.

Comencé a trabajar con escuelas cuando ejercía como psicólogo privado a principios de los años sesenta en St. Louis. Muchas de las personas que buscaban mis servicios eran madres y padres cuyos hijos e hijas tenían problemas de aprendizaje y les costaba comportarse como a las autoridades escolares les habría gustado que lo hicieran. Trabajando con las escuelas en beneficio de los niños y niñas, empecé a ver que la forma en que estaban estructuradas generaba sufrimiento en la mayoría de estudiantes y docentes. Vi que la competitividad fomentada en las escuelas impedía que el alumnado se relacionara de manera cuidadosa entre sí.

Raramente vi que el problema estuviera en el personal de la escuela. En el trabajo que he llevado a cabo durante años, la mayoría de docentes y equipos directivos con quienes he trabajado me han impresionado. Me he emocionado por el cariño que he visto que tenían por sus estudiantes y por la diligencia que les vi mostrar en sus esfuerzos constantes por ofrecer oportunidades de aprendizaje que pudieran enriquecer la vida de sus estudiantes. Vi que el personal docente y los equipos directivos de las escuelas están tan maltratados por las estructuras educativas como el alumnado.

Mi creciente conciencia de que estas estructuras educativas no promovían valores que estuvieran en armonía con los míos me llevó a explorar estructuras educativas alternativas. Junto con Bill Page, un profesor que había asistido a los talleres de Comunicación NoViolenta que yo había ofrecido en la ciudad, exploré un enfoque diferente de la enseñanza, en el que el personal docente tiene una relación de colaboración con sus estudiantes y el programa está diseñado para promover la cooperación en lugar de la competición.

La dirección de la escuela donde trabajaba Bill se mostró reticente a acordar que diera las clases regulares de esta manera, pero le permitieron hacerlo con estudiantes a quienes se había etiquetado como



alborotadores y que de todas formas no estaban haciendo las tareas de clase. Identificamos sesenta estudiantes así, de los cuales treinta se asignaron al azar a la clase de Bill y el resto siguió en sus clases habituales. Las pruebas académicas del final de curso mostraron que los y las estudiantes que habían estado en la clase de Bill, habían aprendido mucho más que quienes se quedaron en las clases regulares; y cuando volvieron a las clases regulares tuvieron muchos menos problemas durante los siguientes cuatro años.

Mi exploración de enfoques alternativos también fue impulsada por la oportunidad de trabajar con Tom Shaheen, un visionario superintendente de escuelas en Rockford, Illinois. Él y una de sus directoras, JoAnne Anderson, trabajaban para crear un sistema escolar que promoviera el respeto por la diversidad, la autonomía y la interdependencia, y me invitaron a participar en su aventura contribuyendo a la formación del profesorado. En la primera escuela desarrollada como parte de este proyecto, los logros académicos fueron altos, el vandalismo se redujo significativamente y el programa recibió un premio nacional de excelencia en educación.

Por esas fechas el presidente Johnson inició su “guerra contra la pobreza”. Esta nueva ley proporcionaba apoyo a las escuelas en áreas empobrecidas para la creación de programas educativos innovadores y yo fui invitado a participar en varios de esos programas en ciudades de todo Estados Unidos.

## *Ofrecer una educación que enriquece la vida en todo el mundo*

Desde aquellos años, he seguido ayudando de forma regular a algunos sistemas escolares a desarrollar programas que promueven el respeto por la diversidad y el desarrollo de la autonomía y la interdependencia, no solo en Estados Unidos, sino también en otros países.