

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

No más chupetes

Promover la habilidad fundamental de buscar retos en los niños pequeños
Cuatro estrategias que funcionan para ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales

Pregunta: ¿Cómo puedo ayudarle a mi niño pequeño a parar de usar el chupete?

Jack Shonkoff de la Universidad de Harvard dice: “No hay aprendizaje sin relaciones sociales”.

- 1. Asegúrese que esté listo.** Buscar retos implica ayudar a su hijo a aprender cómo probar algo nuevo o difícil. Dejar el chupete puede ser un reto para usted y su hijo. Chupar es una de las maneras en que los niños pequeños se calman. Si su hijo ha usado el chupete y ahora usted quiere ayudarlo a “dejar la costumbre”, hay varias preguntas que se puede hacer:
 - “¿Cuándo es el momento adecuado para empezar el proceso?”.
 - Aun si siente presión de los demás, es importante que USTED realmente sienta que es el momento adecuado para que usted y su hijo encuentren otras maneras de calmarse. Si no está convencido, entonces tiene que esperar a que esté seguro.
- 2. Aprender a buscar retos no es sinónimo de privación y es más fácil cuando existe una relación de confianza.** Si es el momento adecuado, reconozca que en vez de privar a su hijo de algo, le está enseñando una habilidad. Enseñarle a los niños pequeños estrategias constructivas para manejar el estrés puede beneficiarlos a lo largo de sus vidas. Recuerde que la relación de confianza que usted tiene con su hijo lo ayuda a enfrentar los desafíos. A veces solo saber que usted está presente y listo para abrazarlo es lo único que su hijo necesita para poder sobrellevar el desafío que vive en el momento.

Las investigaciones de Heidelise Als en la Escuela de Medicina de Harvard han encontrado que desarrollar lo que los niños ya hacen es una de las mejores maneras que aprendan a buscar un reto.

- 3. Observe lo que ya hace su hijo para calmarse y ayúdelo a encontrar otras estrategias.** Buscar retos causa muchas emociones y es necesario aprender a manejarlas. Pregúntese a si mismo si su hijo ha desarrollado otras estrategias para tranquilizarse. Todos necesitamos maneras de calmarnos; piense sobre lo que le funciona a usted. Es más fácil dejar de usar el chupete si hay algo que lo sustituya, algo que reconforte a su hijo, tal como un peluche favorito, una cobijita o música. Necesitará actuar como un detective y averiguar lo que su hijo hace para tranquilizarse.

Una vez que tenga algunas ideas de alternativas para el chupete, hable sobre ellas con su hijo: “Me di cuenta que cuando te calmas, agarras un peluche suave. Vamos a intentar eso hoy”. Otras cosas que puede probar son:

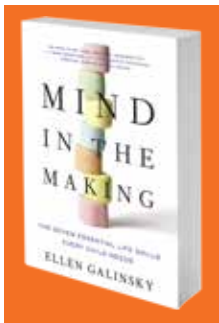
- Distraer con una nueva actividad;
- Una cobijita para tocar o abrazar;
- Luces tenues; y
- Música tranquila o cantarle a su hijo.



Recuerde: es un proceso. Buscar retos implica que nos ayuden los demás. No tiene que ser blanco o negro. Al principio, su hijo puede dejar el chupete solo cuando vayan a salir, pero usarlo todavía a la hora de la siesta o de dormir, dejándolo poco a poco. Los niños más grandes pueden involucrarse más en el proceso de dejar el chupete. Pídale ideas a su hijo de cómo quiere hacerlo y lleguen a un acuerdo sobre lo que van a hacer.

Estas cuatro estrategias desarrollan la habilidad de buscar retos y lo ayudarán a ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales de manera divertida y práctica.

Buscar retos: La vida está llena de estrés y desafíos. Los niños que están dispuestos a buscar retos (en lugar de evitarlos o simplemente lidiar con ellos) son más exitosos en la escuela y la vida.



La mente en formación, desarrollado por *Families and Work Institute* (FWI), es un esfuerzo sin precedente dedicado a compartir la ciencia del aprendizaje infantil con el público en general, las familias y los profesionales que trabajan con niños. Basado en *La mente en formación: Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita* (HarperCollins, 2010) de Ellen Galinsky, presidenta de FWI, su misión es promover las habilidades de la función ejecutiva en los adultos y a través de ellos, en los niños, para poder mantener viva y brillante la llama del aprendizaje dentro de todos y cada uno de nosotros.

Prescripciones para el aprendizaje son apoyadas por la Fundación Popplestone.

Visítenos en mindinthemaking.org. Síguenos en [Facebook.com/MindInTheMaking](https://www.facebook.com/MindInTheMaking) o en [Twitter.com/MITM_FWI](https://twitter.com/MITM_FWI).

© 2014 Families and Work Institute. Todos los derechos reservados.

Descargo de responsabilidad: Cualquier información de consultoría o enseñanza incluida en esta hoja de actividades está diseñada para ser un consejo general y no debe tomarse como un consejo para aplicar a una situación o un niño específico. Antes de escoger un cuidado o proceso educativo para su situación particular, se le aconseja a los padres y otros individuos que busquen una consulta profesional o la consejería de un profesional certificado para trabajar con familias. Ni Families and Work Institute ni cualquier otro individuo nombrado en esta hoja se hará responsable de las acciones que usted tome a causa de las sugerencias incluidas en esta hoja.

