

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

Expresarse a sí mismo

Promover la habilidad fundamental de comunicarse en los niños de edad escolar
Cinco estrategias que funcionan para ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales

Pregunta: Mi hijo rara vez comparte cómo se siente acerca de algo. De hecho, rara vez tiene una opinión sobre nada. ¿Cómo puedo ayudarlo a expresarse y desarrollar sus ideas?

A medida que continúa creciendo y madurando, su hijo está en el proceso de descubrir quién es y lo que realmente piensa acerca de sí mismo. Esto toma tiempo y va cambiando a medida que él tenga nuevas experiencias y conozca gente nueva. Usted puede ayudar a su hijo desarrollar su capacidad para expresar sus ideas con confianza al promover la habilidad de la comunicación.

En un estudio observacional realizado por Betty Hart y Todd R. Risely de 42 padres y niños de diferentes ambientes socioeconómicos que comenzó cuando los niños tenían nueve meses de edad y continuó hasta los 36 meses, los investigadores descubrieron que los padres utilizan dos tipos diferentes de lenguaje cuando hablan con sus hijos. Uno de ellos es el cotidiano que expresa las necesidades de los adultos, tal como: “Deja de hacer eso”, “Has esto”, o “Ven aquí”. El otro tipo es el lenguaje adicional en el que los padres hablan sobre “qué pasaría si”, “recuerdas” y “¿qué te parece?” o usan otras palabras que responden a lo que sus hijos hacen o dicen y lo amplían. Se ha descubierto que las conversaciones adicionales tienen un impacto positivo en el éxito académico de los niños.

- 1. Tenga conversaciones que vayan más allá de “sí” o “no”.** Puede ampliar las experiencias de su hijo al tener conversaciones que lo animen a responder con más de un simple “sí” o “no”, haciendo preguntas tales como: “¿Te divertiste en la escuela?”. Cuando anima a su hijo a tomar pequeños pasos para expresarse con usted en un ambiente cómodo, apoya sus habilidades de comunicación y las fortalece.
 - Haga muchas preguntas abiertas usando por qué, qué, quién o dónde. Estas preguntas hacen que su hijo vaya más allá de “los hechos” y lo animan a pensar más profundamente. En lugar de preguntar, “¿Te gustó el almuerzo de hoy?”, trate de preguntar: “¿Cuál fue tu parte favorita de la comida?”, “¿Quién tuvo la mejor/peor comida?”.
- 2. Sintonícese con su hijo. Escuche y sea receptivo.** Es más probable que su hijo comparta sus pensamientos y sentimientos con usted cuando él siente que usted realmente se preocupa por lo que tiene que decir. Parte de ser receptivo incluye saber cuándo su hijo quiere tomarse un tiempo para sí mismo y no hablar.
 - Ofrézcale ejemplos a su hijo de cómo expresar con confianza sus pensamientos y sentimientos. Hágale saber que está bien tener una opinión diferente a las otras personas: “A mi amigo del trabajo le gustó mucho la película que vimos juntos y a mi no. Luego tuvimos una excelente discusión sobre el tema”.
 - Repita lo que le dice su niño para que el sepa cómo se oyen sus palabras: “Entonces, lo que parece estar diciendo es que te divertiste mucho jugando al fútbol en el recreo pero que realmente no quieres ser portero de nuevo. ¿Te



escuche bien?”.

Michael Gazzaniga de la Universidad de California en Santa Bárbara describe los resultados del reporte de la Fundación Dana en el 2008 sobre el aprendizaje, las artes y el cerebro:

Existe una creciente evidencia de que el aprendizaje de las artes, ya sea música, danza, teatro o pintura, tiene un impacto positivo en la vida cognitiva.

3. Anime a su hijo a expresarse de maneras diferentes. Catherine Snow de la Universidad de Educación de Harvard anima a fomentar en los niños diferentes formas de auto-expresión. Pintar, dibujar, tocar música y hacer danza son todas grandes maneras para que su hijo exprese sus ideas, con o sin palabras.

- Pídale a su hijo que escriba o cuente una historia sobre algo que hizo o alguien que conoce. Luego léala en voz alta o cuéntesela de nuevo. Pregúntele si se escucha como lo que él pensaba o trataba de decir. Anímelo a pensar en cómo otras personas en su vida podrían reaccionar a la historia.

Janellen Huttenlocher de la Universidad de Chicago resume gran parte de las investigaciones sobre las habilidades de comunicación cuando dice:

Es muy importante que el desarrollo del lenguaje sea parte de un ambiente positivo donde todo el mundo está emocionado, no sobre el aprendizaje del lenguaje en sí, pero sobre el aprendizaje de algo [que les importa].

4. Diviértanse. Cuando usted anima a su hijo a hablar sobre sus pensamientos y emociones de una manera informal y divertida, desarrolla su confianza en sus opiniones y evita que se sienta juzgado o avergonzado. Los siguientes juegos son una gran manera de conectarse con su hijo y hacerlo pensar y hablar:

- “¿Qué harías si...”. Tomen turnos hablando sobre situaciones imaginarias, tales como: “¿Qué harías si fueras rey por un día?”.
- “Lo mejor y lo peor”: Dígale a su hijo las mejores y peores cosas acerca de su día. Luego pídale que comparta sus mejores y peores momentos. La cena, la hora de acostarse y estar en el carro son grandes oportunidades para este tipo de reflexión informal.
- “Tres deseos”: Comparta lo que pediría si tuviera tres deseos y por qué. Luego, pídale a su hijo que comparta sus deseos. Esto lo ayudará a entender algunas de las cosas que su hijo podría estar pensando. A partir de eso usted puede pedirle que diga más.
- “Compartir historias”: Cree su propia tradición familiar al compartir historias sobre su vida y animar a su hijo a que cuente las suyas. También pueden inventarse sus propias historias, comenzando con “Érase una vez un...” y añadiendo cada uno detalles sucesivamente.

Estudio tras estudio encuentra que leer con los niños es una fuerza poderosa en sus vidas y conduce a una mejor habilidad de comunicación. En las palabras de Catherine Snow de la Universidad de Harvard: “Un libro crea una plataforma en la que una conversación se lleva a cabo”.

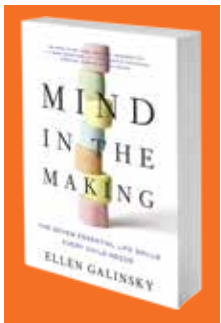
5. Utilice los libros o la televisión para iniciar una conversación. Los libros y la televisión a menudo causan algún tipo de respuesta emocional y son buenas oportunidades para desatar conversaciones entre usted y su hijo. Algunas cosas que usted puede hacer son:

- Iniciar un club de lectura familiar. Pídale a su hijo que elija un libro para leer en familia. Fije una fecha para discutir el libro y haga preguntas tales como: “¿Cuál fue tu parte favorita o personaje y por qué?”.
- También puede reservar un tiempo para una noche de cine familiar. Cada uno puede elegir una película diferente y explicarle a los demás por qué su película debe ser la ganadora. Luego pueden votar y ver la película del ganador. Puede hacer un horario para ver las otras películas o elegir nuevas películas cada noche de cine.
- Ayude a su niño a pensar en la comunicación efectiva, haciendo preguntas a medida que lee o ve programas de televisión y comerciales. Anímelo a pensar en el mensaje que los escritores están tratando de transmitir. ¿Entiendes lo que quiere decir el mensaje? ¿Cómo te hace sentir?



Estas cinco estrategias lo ayudarán a ir más allá de manejar el comportamiento de los niños a poder promover las habilidades fundamentales de manera divertida y práctica.

Comunicarse implica mucho más que entender el idioma, hablar, leer y escribir. Se refiere a la capacidad de identificar lo que uno quiere comunicar y darse cuenta de cómo los demás entenderán nuestra comunicación. Según los maestros y empleadores, es la habilidad que hace más falta hoy en día.



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.

