

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

Mi hijo habla sin parar

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

Pregunta: Mi hijo de cinco años de edad habla sin parar. Habla tanto que hemos empezado a desconectarnos y a veces incluso le pedimos que se calle durante unos minutos. ¿Cómo puedo animarlo a comunicarse sin hablar todo el tiempo?

Mientras que como padre quiere animar a su hijo a expresarse y fortalecer sus habilidades de comunicación, es importante encontrar un equilibrio entre escuchar y hablar. Mediante la promoción de la habilidad de comunicación, puede ayudar a su niño a interactuar con los demás de manera efectiva mientras que aprende a prestar atención a lo mucho que habla en las conversaciones.

Jack P. Shonkoff de la Universidad de Harvard dice:

No hay desarrollo sin relaciones sociales.

1. Involucre a su hijo en un vaivén de interacciones. Las conversaciones no son sólo de un lado. Ayude a su hijo a entender esto al promover lo que los investigadores del desarrollo infantil llaman “servir y responder”: usted o su hijo hacen algo (servir) y el otro responde (responder), como en un juego de pelota. Jack P. Shonkoff de la Universidad de Harvard explica:

Busque oportunidades para iniciar una interacción y reaccione con respuestas adecuadas para la edad, tales como sonrisas, palabras, señales, juegos, caricias o conversaciones.

- Tenga conversaciones sin palabras. Haga una cara chistosa y vea cómo reacciona su hijo. Imite nuevamente la cara que él hizo y continúe este vaivén de interacciones. También pueden copiar los movimientos y sonidos de cada uno. Esto le ayudará a su hijo a practicar observarlo y responder a lo que usted hace.
- Ayude a su niño a turnarse cuando conversa en casa. Una manera de hacerlo es turnarse cuando hablan a la hora de comer. Hágale saber a su hijo que todos tienen la oportunidad de hablar. Recuérdele que su trabajo es escuchar mientras que otros hablan. Incluso puede usar un cronómetro para que él entienda claramente cuando se acaban los turnos.

2. Ofrezca a su hijo oportunidades para comunicarse de diferentes maneras. Anime a su hijo a explorar cómo expresar sus ideas y emociones de una forma que no sea hablar, tal como el arte, la música, el movimiento o la narración.

- Puede crear historias con su hijo presentándole una frase tal como: “Érase una vez, había una ...”. Dígale a su hijo que llene los espacios en blanco. Luego, cada uno puede tomar turnos para añadirle oraciones a la historia.
- Inventen canciones juntos. Tome una melodía familiar, como “Martinillo” e invente sus propias palabras. Pueden describir lo que están haciendo como: “Estás comiendo, estás comiendo, ¿a qué sabe? ¿A qué sabe? Dame un poquito, dame un poquito, por favor, por favor”. Pídale a su hijo que invente palabras, canciones y rimas también.
- Cuando su hijo tenga mucho que decir, animelo a dibujar o pintar un cuadro de lo que está tratando de decirle. Esto lo



ayudará a tomarse el tiempo para pensar con más claridad sobre lo que realmente quiere compartir. Luego pídale que le cuente sobre lo que hizo y escriba sus palabras. Léale de nuevo sus palabras y pregúntele si eso era lo que quería decir.

Adele Diamond de la Universidad de Columbia Británica describe como son los niños en edad preescolar cuando cada uno tiene una historia que contar (y esto puede continuar más allá de la edad preescolar):

El escenario típico es que nadie quiere escuchar; todo el mundo quiere contar su historia. Si le pide a un niño de cuatro años que espere, es mejor que salve su aliento.

Diamond ha sido una pionera en el estudio de lo que los científicos llaman funciones ejecutivas del cerebro. La comunicación involucra las funciones ejecutivas tales como el enfoque y autocontrol. Diamond describe una herramienta que algunos maestros utilizan en su salón de clase para ayudar a los niños a desarrollar sus habilidades para escuchar y fortalecer su enfoque y autocontrol:

Lo que hacen es que le dan a un niño la imagen de una boca y al otro niño la de una oreja; les explican que “los oídos no hablan, los oídos escuchan”. Con ese recordatorio concreto en frente de ellos, el niño [que tiene la imagen del oído] escucha, [incluso] el niño que nunca hubiese escuchado de lo contrario. Después de unos meses las imágenes ya no son necesarias. Los niños han interiorizado los comportamientos que representan.

3. Promueva la capacidad de escuchar en su hijo. La comunicación implica la capacidad de escuchar tanto como la de expresarse. Se requiere concentración, memoria y autocontrol para pensar en qué decir y cómo decirlo. Escuchar también implica ser capaz de tomar la perspectiva de otra persona con el fin de entender su punto de vista y responder de manera adecuada. Demuestre y fomente en su hijo la capacidad de escuchar reflexivamente a través del día:

- Escuche a su hijo y hágale saber lo que su comportamiento le dice: “Pareces estar muy emocionado contándome acerca de la fiesta de cumpleaños de tu amigo. Sentémonos juntos para que te pueda escuchar. Respira profundamente y piensa en lo que quieres decir”.
- Tome en cuenta los pensamientos y opiniones de su hijo. Adele Diamond, de la Universidad de Columbia Británica dice: “La forma más poderosa de comunicarle a nuestros hijos que nos preocupamos por ellos es escuchándolos. Verdaderamente escuchándolos. Dándoles nuestro tiempo y atención. A menudo escucharlos activamente tiene más impacto que compartir la sabiduría de nuestras palabras”.
- Anime a su hijo a ser un oyente activo al pedirle que llene los espacios en blanco de una canción o una historia familiar. Finja cometer un error al cantar una canción conocida, como por ejemplo, “Estrellita, estrellita zapato”. Vea si su hijo se da cuenta.
- Invente una señal que le ayude a su hijo a recordar que debe tomar un paso atrás y pensar en lo que quiere decir antes de hablar. Puede intentar tocarle el hombro levemente o mostrarle un gesto especial para que su hijo sepa que le toca ser un buen oyente.

4. Compartan un tiempo tranquilo todos los días. Encuentre un momento que funcione para su familia y dedíquelo a actividades calmadas y tranquilas. Apague la televisión y la computadora y no conteste el teléfono, aunque sea por tan sólo diez minutos. Anime a su hijo a usar este tiempo para leer o dibujar. También puede ser que quieran practicar yoga juntos o respirar profundamente para ayudar a sus mentes descansar y disfrutar la paz y la tranquilidad.

Adele Diamond de la Universidad de Columbia Británica habla sobre el control inhibitorio, también conocido como control con esfuerzo. La inhibición es crucial para las relaciones sociales y la comunicación. Diamond define el control inhibitorio como: “La capacidad de resistir una fuerte tentación y en vez de eso hacer algo más apropiado.”

Estimule el enfoque y autocontrol de formas divertidas. Ya que el enfoque y autocontrol son partes esenciales de la comunicación, practique estas técnicas todos los días de una manera divertida. No es necesario “enseñarle” estas habilidades a su hijo o comprar juguetes o juegos costosos. Usted puede probar:

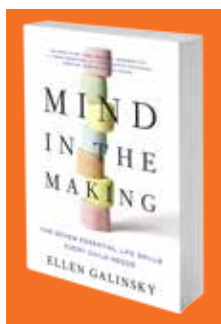
- Los juegos de adivinanzas como “Veo, veo” que animan a su hijo a escuchar con atención, entender lo que está escuchando y responder apropiadamente.
- “Luz roja/Luz Verde” o “Simón dice” son juegos que animan a su hijo a pensar rápidamente y a usar el autocontrol para cambiar su comportamiento de acuerdo a las diferentes reglas. Puede que sea aún más difícil pedirle a su hijo hacer lo opuesto. Por ejemplo, cuando jueguen “Luz roja/Luz Verde” pídale a su hijo que se mueva cuando usted diga “rojo” y se detenga cuando usted dice “verde”.



- Juegue juegos que requieran turnarse. Las cartas o juegos de mesa son grandes oportunidades para reforzar este componente fundamental de la comunicación. Estos juegos también apoyan el desarrollo del enfoque y autocontrol en su hijo al forzarlo a manejar su comportamiento mientras espera su turno. Lo más probable es que tenga que recordarle a su hijo que sea paciente varias veces antes de que interiorice este comportamiento.

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.

