

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

PRESCRIPCIONES PARA EL APRENDIZAJE

El período de atención en preescolar

Promover la habilidad fundamental de enfoque y autocontrol 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 tres años no se enfoca el tiempo suficiente para terminar algo antes de moverse a hacer otra cosa. Saca un rompecabezas, no lo termina y luego saca otro juego. ¿Cómo puedo ayudarlo para que se concentre en una actividad?

El enfoque y autocontrol requiere el uso de las funciones ejecutivas del cerebro. Estas son las habilidades que utilizamos para manejar nuestra atención, nuestras emociones y nuestro comportamiento para poder lograr nuestras metas. Phil Zelazo de la Universidad de Minnesot ha descubierto que el nivel más alto de pensamiento es posible cuando los niños llegan a la edad preescolar y más. Estas habilidades siguen desarrollándose a través de los años escolares y hasta ser adulto.

- 1. Esté consciente del desarrollo infantil típico.** Su hijo de tres años de edad todavía está desarrollando su habilidad para prestar atención y controlarse. A esta edad, es común que los niños se distraigan o desinteresen en una actividad.
- 2. Observe a su hijo y haga preguntas.** Para poder averiguar cómo ayudarlo a aprender a tener enfoque y autocontrol es importante entender lo que su hijo le está diciendo con su comportamiento. Sea un detective y observe a su hijo en estos momentos. Pregúntese lo siguiente:
 - ¿Está aburrido o frustrado?
 - ¿Las tareas son demasiado fáciles o difíciles?

En la Guardería Infantil de la Universidad Stanford, cuando le dan a los niños un rompecabezas difícil de armar los maestros refuerzan las estrategias que usan los niños para resolver problemas usando frases tales como: “Mira, le diste la vuelta a esa pieza para ver si cabía”. Aunque es difícil para los niños, no se dan por vencidos. Basándose en los estudios sobre lo que ayuda a los niños a perseverar ante los desafíos, los padres y otros adultos elogiaron sus esfuerzos o estrategias en vez de sus personalidades o inteligencia.

- 3. Elogie los esfuerzos de su hijo.** Cuando reconoce los esfuerzos de su hijo a pesar del período de tiempo que se tarda haciendo una actividad lo anima a seguir intentando, aun cuando las cosas son difíciles. Dígame a su hijo cosas tales como:
 - “Te esforzaste mucho para hacer ese dibujo. Me pregunto si lo puedes terminar”.
 - “Parece que empezaste a hacer ese rompecabezas. ¿Me puedes mostrar cómo?”.

Alison Gopnik de la Universidad de California en Berkeley resalta que desarrollar la inhibición de los niños no debe hacerse a costa de coartar su imaginación y pasión innata por explorar y aprender. Ella dice:

La inhibición tiene un lado negativo... Para tener imaginación uno tiene que tomar en cuenta el mayor número de posibilidades, aun si son descabelladas y sin precedente... Al aprender uno quiere estar abierto a cualquier cosa que pueda ser verdad.



4. Anime la exploración. A esta edad, su hijo todavía explora el mundo a través de sus sentidos y al probar sus ideas. Esta exploración puede parecerle caótica, pero su hijo puede estar encargándose de su propio aprendizaje. A continuación algunas cosas que puede hacer con su hijo para promover el enfoque y autocontrol mientras explora:

- Extienda el aprendizaje de su hijo buscando juguetes o materiales de lectura que desarrollen sus intereses. Asegúrese de rotar el uso de estas cosas para que no se aburra. Es más probable que su hijo se quede enfocado cuando realmente está interesado en algo.
- Limite las distracciones. No saque demasiados juguetes a la vez. Además, los estudios de Daniel Anderson de la Universidad de Massachusetts en Amherst han demostrado que los niños pierden más el enfoque cuando la televisión está prendida, aun si es solo de fondo.
- Ofrézcale a su hijo una variedad de maneras para expresarse. ¿Él prefiere escribir, dibujar, cantar o hacer manualidades? Cuando su hijo se involucra, es más probable que se sienta motivado y preste atención.
- Promueva la curiosidad de su hijo haciendo varias preguntas y animando a su hijo a hacerlas también. Preguntas tales como quién, qué, por qué y cuándo son excelentes para iniciar una conversación.
- Las experiencias que se repiten desarrollan la memoria de su hijo. Aun si su hijo solo juega con el mismo rompecabezas por algunos minutos, está aprendiendo a hacer algo mientras desarrolla su habilidad para enfocar y recordarse.

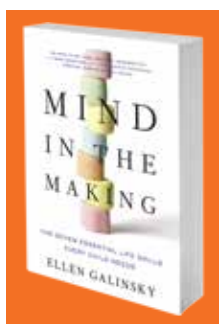
Mientras más experiencias tenga su hijo, especialmente con las cosas que le interesan, más podrá desarrollar sus habilidades de enfoque, memoria, pensamiento creativo y autocontrol.

5. Juegue juegos que promuevan el enfoque y autocontrol. Dele a su hijo oportunidades para practicar las habilidades de enfoque, autocontrol, memoria y pensamiento flexible de manera divertida y casual.

- Juegue juegos como “Veo, veo”, “Simón dice”, y “Luz roja/luz verde”.
- Juegue juegos con reglas, tales como los juego de mesa y los deportes.
- Aun cuando hace dramatizaciones con su hijo, pídale que use su enfoque y autocontrol para poder ser un personaje y su memoria para recordar lo que debe hacer.

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.

El enfoque y autocontrol incluye prestar atención, recordar las reglas, pensar de manera flexible, practicar el autocontrol (en vez de hacer las cosas automáticamente, hacer lo necesario para lograr una meta). Los niños necesitan esta habilidad para poder lograr sus metas, especialmente en un mundo lleno de distracciones y sobrecarga de información.



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.

