

Ana Isabel Crespo

El editor

Estimados Padres:

El Centro Emma Eccles Jones para la Educación Infantil es una nueva entidad del Colegio de Educación de Utah State University. La misión del centro es atender a los intereses y las necesidades de padres y profesores de niños pequeños (desde su nacimiento hasta los ocho años). Esperamos que nuestra primera publicación de TOP : *consejos sobre la paternidad (Tips on Parenting)*, les sea útil. Está escrito específicamente para padres, e incluye información interesante e importante de expertos en educación y desarrollo infantil. Los temas que se tratarán en próximos artículos incluyen: disciplina, ayudar a su hijo a enfrentarse a los conflictos, artículos sobre salud, desarrollo social y emocional, desarrollo del lenguaje, o la lectura con su hijo entre otros muchos. Esperamos que disfrute con la primera edición de TOP: *Consejos sobre la Paterinidad*, y que use el formulario al final de esta edición para recibirlo regularmente.

Educación Infantil: El Viaje de una Vida

Por Jay A. Monson

Recuerdo bastante bien cuando asistí a un curso de la Universidad de Utah, y cómo la profesora Marie Hughes me dio una nueva perspectiva sobre la gran importancia que tiene la educación en los primeros años de la vida de un niño. Su investigación demostraba que los cuatro primeros años de vida son los más importantes para el desarrollo humano: más de la mitad de lo que una persona “sabe” está asentado ya antes de que el niño vaya a la escuela. Mi primera reacción fue ¡Wow!. Durante los más de treinta y cinco años que llevo en el campo de la enseñanza desde entonces, he estado totalmente convencido de que esta afirmación es del todo cierta. Yo mismo he podido comprobar la verdad de todo esto al criar a mis nueve hijos con mi mujer, y ahora ayudando a criar a doce nietos. **¡ Los primeros años en la vida de un niño son indiscutiblemente los años más importantes para el aprendizaje!**

El Dr. Glenn Doman, escritor y científico, recogió toda su investigación en su libro *Cómo enseñar a tu hijo a leer*. En el libro se dice que “ el niño recién nacido es casi un duplicado exacto de un ordenador vacío, aunque superior a este ordenador en casi todo. Aquello que se ha asentado en el cerebro del niño durante los ocho primeros años de vida probablemente se quedará allí para siempre. Si se pone algún tipo de información incorrecta en el cerebro durante este tiempo, es extremadamente difícil borrarla después.”

Esto no quiere decir que los niños son recipientes vacíos esperando a ser llenados. Más bien, lo que se quiere hacer entender es la importancia de los primeros años de vida. Las experiencias de los niños durante sus primeros años de vida dejarán huellas duraderas. Tal investigación crea un énfasis renovado en cada padre, cuidador o adulto que pase tiempo con niños pequeños. Los niños aprenden una gran cantidad de cosas de sus experiencias con personas significativas en sus vidas: padres, abuelos, hermanos y profesores.

Los años prometedores: Una estrategia comprensiva del aprendizaje para los niños de Estados Unidos, un Informe Carnegie sobre el bienestar y la educación de los niños, identifica los primeros años como el momento en el que los niños atraviesan un rápido desarrollo emocional, social e intelectual. Su actitud hacia ellos mismos y hacia la escuela va tomando forma durante estos años; el informe dice que para la mayoría de los niños todavía hay tiempo para compensar cualquier tipo de problema que hayan podido tener antes. El informe advierte de que todos los niños, sin importar sus antecedentes familiares o su nivel de ingresos, pueden caer en una dinámica de bajo rendimiento. Se destaca el hecho de que dos tercios de los que abandonan sus estudios no son pobres en el momento de dejar la escuela.

¿Qué pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos en estos momentos tan importantes para su aprendizaje?

1. En primer lugar, asegúrese de que su hijo tiene un ambiente seguro y con las atenciones básicas en el que poder crecer y explorar. Un ambiente seguro incluye la ausencia de miedos continuos a los que están más cerca, así como un hogar acogedor y atractivo en el que al niño le guste estar. Un ambiente con las necesidades básicas incluye lo básico en comida, ropa, protección y otras muchas cosas. Libros, juegos para niños, fotos, plantas (cosas que crecen), animales, así como un espacio reservado para los objetos personales del niño son importantes.
2. Prepare comidas nutritivas diseñadas alrededor de la pirámide alimenticia y con consideración especial a las necesidades del desarrollo físico del niño durante sus primeros años. Esto incluye limitar el número de grasas y dulces (refrescos, dulces, galletas, Twinkies o patatas fritas), y substituirlos por fruta fresca, yogurt, pan integral, zumo e incluso verduras. El Departamento de Salud Pública o la Agencia de Extensión del Condado pueden ser útiles para guiarles en cómo hacer esto.
3. Lea con su hijo. Un momento excelente es cada noche como parte de la rutina de irse a dormir. Tenga libros y otras lecturas de calidad disponibles en casa. Una bolsa con algunos de sus libros favoritos en el coche es un recurso estupendo para tenerlo entretenido y así hacer que el tiempo del viaje se haga más corto. También es divertido para los viajes cortos. Del mismo modo, asegúrese de que su hijo le ve leyendo. La pasión que usted pueda tener por la buena lectura puede ayudar mucho a que su hijo desarrolle una gran afición por el aprendizaje a través de las páginas impresas que durará para toda la vida.
4. Si su hijo está en la escuela, hable con el profesor, involúcrese en la escuela, y hágase voluntario para colaborar en lo que se está llevando a cabo en el aula. No espere a que se lo pidan. Contacte con el profesor y vea si hay algún modo de colaborar en el aprendizaje de su hijo. Si esto no se puede hacer en la clase debido a responsabilidades en el hogar o en el trabajo, hay otras muchas formas de ayudar.
5. Hable con su hijo, todos los días si es posible, sobre cómo van las cosas en la escuela. Esto incluye el plan de estudios habitual para estudiantes en educación infantil: juegos, amigos, música, movimiento, así como lectura, escritura, los números, etc.
6. Busque juguetes educativos y juegos que sirvan para aprender, en lugar de ir corriendo a comprar el último juguete para niños. Algunas de las mejores elecciones serían cubos, Duplos, Tinkertoys, varios juegos artísticos y una caja con ropa para disfrazarse. Estos son algunos de los materiales que pueden usarse de forma creativa para llevar a cabo una gran cantidad de juegos temáticos.
7. Y lo más importante, recuerde que usted es para su hijo su profesor más importante. Siempre será usted la influencia número uno en su hijo o hija durante los decisivos primeros años de vida. Nadie puede o debería ocupar su lugar. Por lo tanto, lo primero y lo más importante es un “tiempo de calidad” con su hijo o con su hija. Los padres quieren hacerlo lo mejor posible, pero a veces no interactúan con sus hijos porque están demasiado ocupados. Sin embargo, muchas de las cosas que se hacen en casa podrían hacerse *con* los niños si es que a los padres no les importa que les lleve un poco más de tiempo. Los niños pueden ayudar a cocinar, separar la colada, limpiar la nieve o a hacer la compra. La idea es trabajar juntos para que así la interacción padres-hijos pueda ocurrir, así como frecuentes conversaciones.

Enhorabuena por hacer lo que está haciendo ahora. ¡Siga buscando información en otras fuentes como este boletín informativo o en las agencias de la comunidad para que le puedan ayudar en esta maravillosa oportunidad de educar a un niño!

Earnest L. Boyer dijo en 1993 como Presidente de la Fundación Carnegie para el Avance en la Enseñanza: “ los niños son nuestro recurso más importante. Al final, ellos son todo lo que tenemos. Y si nosotros como nación no podemos ayudar a la generación venidera, ni podemos preparar a todos los niños para aprender y para la vida, entonces no sé qué es lo que va a unir Estados Unidos .”

Una educación primaria de calidad puede marcar la diferencia. Todo comienza con cada padre, después se extiende al resto de la familia, el vecindario, la escuela, y va más allá. La vida se mueve en una dirección. Cada día tomamos decisiones importantes al enfrentarnos a nuestra agenda diaria. No sirve de nada preocuparse por lo que podría ser o por lo que podría haberse hecho. Lo que es es lo que importa. Lo que somos ahora. En este punto podemos ignorar esta gran oportunidad o, por el contrario, decidir que nos vamos a convertir en una persona importante en la vida de un niño. Esperamos que decida participar en uno de los viajes más importantes de la vida. ¡El viaje merece la pena! Todo lo demás palidece en comparación.

Jay A. Monson, EdD, padre, abuelo, antiguo profesor de escuela, director, comisario del condado, miembro de la Oficina Estatal de Educación, y actualmente profesor en Utah State University.

Rincón de actividades **Bloques de Construcción**

La construcción con bloques les da a los niños una gran oportunidad para pensar, planificar y resolver problemas mientras trabajan libremente con sus manos creando una estructura de bloques. Mientras están haciendo construcciones con los bloques aprenden cosas sobre la forma, el peso y el tamaño de los diferentes bloques. A veces tienen que contar o que ordenar los bloques para poder crear una estructura. La construcción con bloques fomenta el pensamiento creativo ya que los niños crean estructuras únicas, y esto a veces requiere que resuelvan ciertos problemas si tienen dificultades para mantener el equilibrio de la estructura. Así que tómese su tiempo para disfrutar con su hijo de los bloques de construcción.

CÓMO DAR APOYO EMOCIONAL POSITIVO A SU HIJO CUANDO ALGUIEN ESPECIAL MUERE

- Reserve momentos especiales para estar con su hijo.**
Puede que su hijo o hija se sienta solo y que tenga miedo. Preste atención tanto a su lenguaje verbal como a su lenguaje corporal. Si parece que a su hijo no le importa, es posible que sea porque está pasándolo mal enfrentándose al dolor.
- Escuche atentamente.**
Deje que su hijo hable de lo que quiera. Aunque no quiera oírlos, todos los sentimientos de nuestro hijo son válidos y necesitan ser expresados. No tiene por qué estar de acuerdo; simplemente deje que su hijo sepa que le está escuchando.
- Permita cualquier tipo de sentimientos.**
Es normal que su hijo esté enfadado y que se comporte de forma diferente tras la muerte de alguien especial. No hay sentimientos “malos”, pero sí que hay comportamientos inaceptables. Fomente la conversación, pero no la exteriorización.
- Hable con su hijo a su nivel.**
Use palabras y conceptos apropiados para la edad y el desarrollo de su hijo. Puede que el concepto que su hijo tiene de la muerte difiera del suyo.
- Deje que su hijo sea uno más de la familia en el proceso de superación del dolor.**
No intente “proteger” a su hijo ocultando el hecho de la muerte física. La asistencia al funeral puede ser una importante experiencia de unión. Los niños necesitan decir adiós.
- Hable honestamente.**
Los niños sienten curiosidad sobre la muerte y quieren saber la verdad. No hay ningún problema en que los niños vean a los adultos expresando sus emociones. Esto les da permiso a ellos mismos para expresar sus propios sentimientos.

- Explíquelo que la muerte no es como dormir.**
A veces los niños se preocupan por si no se van a despertar.
- Explíquelo que la muerte física es definitiva.**
Esto puede que le resulte difícil de comprender a su hijo.
- Explíquelo que la muerte no es un castigo.**
Ni el niño ni el fallecido son castigados por algo que han hecho.
- Dé seguridad.**
A veces los niños temen que otra persona especial pueda morir. El niño debe saber que siempre habrá alguien ahí para cuidar de él o ella.
- Asegúrele a su hijo que él o ella no es la causa.**
Puede que su hijo sienta que él o ella ha sido la causa de la muerte.
- No permita que su propio dolor dañe la relación con su hijo.**
Pequeños problemas familiares pueden exagerarse cuando uno mismo está disgustado.
- Deje tiempo para que el dolor pase.**
Superar el dolor lleva tiempo, y cada niño lo hará a su manera y tomándose su tiempo. Busque ayuda para usted mismo. A veces los adultos necesitan el mismo apoyo e incluso más que los niños.
- Servicios Profesionales.**
No pasa nada si usted no tiene todas las respuestas. Hable de sus preocupaciones con un profesional. Este profesional puede ofrecerle consejos muy valiosos. Asista a programas de formación para padres cuando le sea posible.

Reimpreso con permiso de Boulden Publishing: PO Box 1186, Weaverville CA 96093-1186.

Rincón de actividades

Sandwich Johnny Appleseed

Deje que su hijo le ayude a quitar el corazón de una manzana y a cortarla en rodajas finas. Unte una rodaja de la manzana con crema de cacahuete y ponga otra rodaja encima haciendo un sandwich.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL MARCA LA DIFERENCIA: ENSEÑAR HABILIDADES EMOCIONALES A SU HIJO. Por Delphine Rossi.

La infancia se define idealmente como un período de inocencia, felicidad y alegría. Es durante estos años cuando los padres les dan a sus hijos oportunidades importantes para crecer de un modo saludable. Satisfacer las necesidades emocionales de nuestros hijos es fundamental si queremos ayudarles a alcanzar su potencial de desarrollo. Como explica la doctora Daniel Goleman, autora del éxito: *Inteligencia Emocional: Por qué puede ser más importante que el IQ (cociente intelectual)*, prestar atención a las necesidades emocionales de nuestros hijos hace mucho más que darles una sensación de bienestar. De hecho, los niños que aprenden determinadas habilidades emocionales en sus primeros años de vida pueden tener más éxito en la escuela, en sus futuros trabajos y en vida en general. En otras palabras, la filosofía de Goleman es que las habilidades emocionales de un niño pueden predecir su éxito en la vida mejor que la cuota de inteligencia.

Las habilidades emocionales que Goleman identifica como importantes para un desarrollo emocional con éxito son: El conocimiento de uno mismo, el control del comportamiento impulsivo, la motivación, la empatía (la habilidad de sentir por los demás), y las habilidades sociales (arreglárselas en las relaciones).

Estas habilidades se aprenden de forma ideal cuando el niño es un bebé y cuando está aprendiendo a andar, ya que los niños interactúan con sus padres y con su familia, así como con otras personas importantes. El Dr. T. Berry Brazelton, un distinguido pediatra, cree que las habilidades emocionales que un niño aprende antes de entrar en la escuela elemental son sorprendentemente efectivas en su éxito escolar.

Echémos un vistazo a varios ejemplos de desarrollo de habilidades emocionales. La empatía, que es la capacidad de saber cómo se siente el otro o de sentir como él, es una habilidad que se desarrolla durante la etapa en la que el niño es un bebé, en la que las emociones del niño son aceptadas o correspondidas por la madre. En otras palabras, el niño y la madre están conectados a un nivel emocional. Esto permite al bebé sentir amor y aprobación, estableciéndose así una base saludable para el desarrollo emocional del niño. Por otra parte, los niños de los que se ha abusado emocionalmente o a los que se les ha maltratado tienden a comportarse como sus padres de una forma ofensiva. Al crecer en ausencia de empatía golpean, se pelean, cogen rabietas y gritan. Estos niños maltratados corren el riesgo de sufrir numerosos problemas relacionados con la salud y con su educación en la escuela elemental y más adelante. Dentro de los problemas potenciales se incluyen el comportamiento agresivo, las peleas, la falta de popularidad en la escuela, dificultades en el aprendizaje, hacer novillos, notas bajas, depresiones y el abuso de sustancias.

Otra habilidad social importante que el niño necesita aprender es cómo manejarse en las relaciones. Los niños desarrollan sus relaciones primero dentro de sus familias. Dentro de estas relaciones de familia los niños necesitan que sus padres acepten sus sentimientos. Cuando los padres muestran indiferencia ante sus necesidades emocionales los niños empiezan a sentirse vulnerables. Puede que empiecen a evitar el expresar y compartir sus sentimientos, lo que puede terminar en una carencia de habilidades necesarias para unas relaciones saludables. Esta ausencia de habilidades sociales se ve identificada con las cifras ascendentes de depresión entre los niños estadounidenses durante la década pasada. Esto indica que las necesidades emocionales de los no son satisfechas. Tales niños corren el riesgo de sentirse solos a menudo, de no hacer amigos fácilmente, de no sentirse queridos, de soñar despiertos, de tener un humor cambiante, y de mostrar gran variedad de comportamientos negativos.

¿Cómo pueden los padres y las familias ayudar a sus hijos pequeños a crecer de forma emocionalmente saludable? La relación familiar es la más importante y la conexión emocional más influyente que nuestros hijos tienen al llegar a este mundo. Las alegrías y los miedos que se desarrollan durante los primeros años se mantienen para toda la vida. Estas son unas cuantas formas sencillas de ayudar a su hijo a aprender habilidades sociales y a alcanzar el máximo de sus posibilidades:

- ¡Haga que la vida emocional de su hijo sea una prioridad! Las familias actuales están mucho más ocupadas y tienen más prisa que en el pasado. Como padres necesitamos hacer un esfuerzo consciente para poner la vida emocional de nuestro hijos por delante del resto de las cosas.
- Comience por tomarse el tiempo necesario para darle a su hijo una atención completa. Lea con su hijo, cuénteles historias, juegue con él, pinte y coloree, o dé un paseo. Háblele de cosas que le puedan interesar a él o ella.
- Aprenda a ser un buen oyente. Reconozca las emociones que su hijo está tratando de expresar. Si su hijo está enfadado, siéntese con él y hable de lo que está pasando. ¿Qué emociones está sintiendo su hijo? ¿Por qué está sintiendo todo eso? ¿Cómo puede ayudar a su hijo a superar estas emociones?
- Comuníquese con su hijo. Pídale a su hijo que exprese sus sentimientos y emociones. Exprese usted también sus sentimientos y emociones.
- Acepte los sentimientos y emociones de su hijo. Empiece con una afirmación en primera persona (“yo”), y aborde el problema. Estos son algunos ejemplos: (1) Su hijo está enfadado porque no le deja salir a jugar fuera una vez que ha anochecido. Para demostrar que usted comprende sus sentimientos puede decir: “entiendo que estés enfadado porque no te deje salir a jugar ahora. Puedes jugar con tu hermana ahora, y ya jugarás con tus amigos mañana”. (2) Su hija está enfadada porque su compañero de juegos le ha quitado el juguete con el que ella estaba jugando. Usted puede responder diciendo: “

Comprendo que estés enfadada porque Mark te ha quitado el juguete. Vamos a pedirle a Mark que la próxima vez te pregunte por favor si puede utilizar tu juguete antes de quitártelo. Entonces, los dos podéis jugar con él por turnos. (3) Su hijo está enfadado porque usted no quiere darle una galleta. Puede demostrarle que lo entiende diciendo: “Entiendo que estés enfadado porque no te dejo coger una galleta. Te puedes coger una manzana ahora, y después de cenar puedes coger una galleta.”

- Comprométase a mejorar la vida emocional de su hijo. Hable sobre emociones y sentimientos todos los días con su hijo. Pregúntele cómo se siente. Si su hijo dice que no lo sabe, entonces dígame algunas palabras sobre posibles sentimientos para ayudarle a describir sus emociones. Por ejemplo, “¿te sientes solo, triste o decepcionado?”. En general los sentimientos negativos son más difíciles de identificar, tanto para los niños como para los adultos. Los sentimientos de alegría no necesitan tanto esfuerzo para ser expresados y se comparten fácilmente.

Recuerde, sea paciente y positivo con sus hijos para ayudarles a aprender las habilidades emocionales que necesitan para desarrollar todo su potencial.

Delphine Rossi, M.S., CHES, es profesora de Health Education, y coordinadora del School Health Education Program en Utah State University. Tiene una gran experiencia enseñando Health Education en escuelas públicas.

Rincón de actividades

Pintura de dedos con jabón en escamas

Pruebe esta receta para hacer pintura de dedos con jabón en escamas con sus hijos. Aprenderán sobre medidas mientras le ayudan a mezclar los ingredientes y disfrutarán creando los colores para la pintura.

1 ½ tazas de almidón para la ropa seca

1 ½ tazas de jabón en escamas

1 cuarto de agua hirviendo

Colorante para la comida o ténpera

Mezcle el almidón con la cantidad de agua fría necesaria para hacer una pasta. Añada el agua hirviendo y remueva hasta conseguir que la mezcla quede fina. Déjelo enfriar. Después mezcle la pasta con las escamas de jabón y con el colorante. Conserve la pintura de dedos en un lugar fresco.

EL JUEGO SIMULADO PUEDE AYUDAR A SU HIJO A APRENDER A LEER

Por Martha Dever

Como padres, queremos que nuestros hijos aprendan a leer. Si sus hijos van a la escuela, seguro que los profesores le han aconsejado que lea con ellos regularmente porque eso les ayuda a aprender a leer. Es un consejo excelente; debería saber también que la participación en el juego simulado les ayuda a aprender a leer.

Usted ve, mientras leemos, que las palabras tienen significados para nosotros porque representan personas, objetos o eventos que son familiares. Por ejemplo, cuando un lector se encuentra con la palabra *gato*, la imagen de un animal pequeño, con pelo, tranquilo y domesticado le viene a la mente. Aunque las experiencias personales pueden traer a la mente imágenes ligeramente diferentes, los miembros anglo-parlantes de nuestra sociedad en general están de acuerdo en el significado de la palabra *cat* (“gato”), cuando nos la encontramos en un libro.

Del mismo modo, cuando los niños juegan asignan significados a objetos, eventos o personas que les son familiares al crear una historia jugando. Por ejemplo, un niño puede decidir convertirse en la mamá, o en médico, usar el rollo del papel para la cocina como varita mágica, usar una percha colgada del brazo como bolso, o declarar que es Navidad en Junio. En otras palabras, mientras fingen, están creando una historia representando cosas que son familiares para ellos.

Así, mientras los niños están participando en la invención de juegos, están pensando de una forma que les ayudará con el tiempo a convertirse en lectores. Como el juego simulado ayuda a los niños en su desarrollo como lectores, es importante darles esa oportunidad en su casa. Los siguientes consejos se pueden usar para la creación de escenarios para juegos simulados para sus hijos.

- Proporcióneles unos cuantos accesorios de verdad para que los niños puedan crear una historia. Una mesa pequeña, algunos platos, y cajas vacías de comida les ayudarán a crear una historia que tiene lugar en un restaurante. Un cliente pedirá la comida, un camarero tomará nota del pedido, y un cocinero hará la comida. Esta es una gran oportunidad para los niños para hacer lectura y escritura simuladas.
- Proporcione algunos accesorios abstractos como cajas desechadas, los rollos de cartón del papel para la cocina, tapas de botes, envases de plástico, etc., para que los niños puedan asignarle un significado a estos objetos. Guías de teléfono desechadas, revistas, cuadernos y diversos materiales para la escritura ayudarán a su hijo a simular que está leyendo y escribiendo mientras juega.
- Lea a su hijo a menudo sobre una gran cantidad de temas. La lectura es una actividad importante, y le da a los niños ideas para jugar.
- Dé a su hijo al menos 30 minutos para jugar. Crear, desarrollar y representar una historia lleva su tiempo.
- Tenga preparado un espacio disponible para que los niños se sientan cómodos entreteniéndose en sus actividades y juegos todos los días.
- Varíe la disponibilidad de accesorios para aumentar el interés de su hijo en el juego.
- Los niños aprenden los unos de los otros, así que invite a amigos a jugar. Usted puede jugar con ellos para mostrarles el propósito de la lectura y la escritura durante el juego. Por ejemplo, puede tocar el timbre y simular que es el cartero con correo de mentira, o escribir una receta simulando que es el médico.

El juego simulado es una actividad extremadamente valiosa para los niños que ayuda a su crecimiento y desarrollo de muchas formas. Anime a su hijo a participar en juegos simulados todos los días.

Martha Dever, EdD, es madre, antigua profesora de jardín de infancia y profesora agregada de Educación Infantil en Utah State University.