

LAS ESTRATEGIAS COTIDIANAS PARA DESARROLLAR LA RESILIENCIA DE LOS NIÑOS PEQUEÑOS EN LOS ENTORNOS DE LA EDUCACIÓN DE LA PRIMERA INFANCIA

Los proveedores de la educación de la primera infancia tienen un papel importante en el desarrollo de los niños pequeños y son fuentes significativas de apoyo durante los momentos de adversidad. A continuación, hay varias estrategias que los proveedores del cuidado temprano pueden utilizar para ayudarles a los niños a desarrollar resiliencia y han sido organizadas en categorías del Modelo de las 7Cs.

LOS CONOCIMIENTOS

Proporcioneles a los niños oportunidades para aprender nuevas destrezas todos los días – del cuidado propio básico (lavar las manos) a las habilidades sociales complicadas (como la resolución de los problemas). A continuación, hay tres diferentes estrategias que se pueden usar para enseñarles las destrezas a los niños:

1. INSTRUCCIONES: ENSEÑE LAS DESTREZAS A TRAVÉS DE EXPLICACIONES

Esto se refiere a simplemente enseñarle a un niño cómo hacer algo a través de una explicación. Asegúrese de dar buenas instrucciones:

- Primeramente, asegúrese de que tenga la atención del niño
- Bajarse al nivel de la vista del niño
- Usar palabras que el niño entiende
- Repetir las instrucciones según sea necesario
- Mientras el niño mejora en recordarse lo que necesita hacer puede empezar a eliminar gradualmente sus instrucciones

Usar una imagen para ayudarle al niño a entender las instrucciones. Eventualmente, el niño podrá mirar la imagen él mismo cuando esté listo para trabajar independientemente. Las imágenes son particularmente útiles para los niños que tienen problemas con entender las palabras.

2. MODELAR: ENSEÑARLES A LOS NIÑOS – MOSTRAR

El acto de modelar es una de las mejores maneras de enseñarle a un niño una destreza nueva. Esto significa mostrándole a un niño cómo hacer algo en vez de decirle cómo hacerlo. Considere lo siguiente:

Usar el acto de modelar para enseñarle a un niño las destrezas que implican la comunicación no verbal, tal como, los pulgares arriba quiere decir

“buen trabajo” or “está bien”

Mientras modele, hacer hincapie en las partes importantes de lo que hace. Por ejemplo, **“vez cómo hago ...”**

Darle muchas oportunidades al niño para practicar después que hayas modelado la destreza

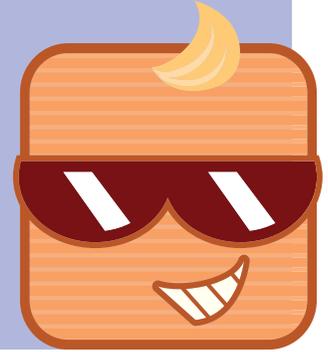
3. PASO A PASO: DIVIDIR LA TAREA PARA ENSEÑAR DESTREZAS

Desglose la tarea en pasos más cortos para enseñarle destrezas nuevas al niño pues así el niño aprende solamente un paso a la vez. Una vez que el niño ha aprendido el primer paso, entonces enseñarle el próximo paso, y entonces el próximo, y lo restante.

STEP BY STEP TEACHING EXAMPLE

Aquí es cómo puede desglosar la tarea de lavarse las manos:

1. Subirse en el banquillo
2. Encender el agua fría
3. Ponga las dos manos bajo el agua
4. Empujar la bomba del dispensador del jabón
5. Cantar "Happy Birthday"/Canción de "ABC" dos veces
6. Secarse las manos con una toalla limpia



LA CONFIANZA EN SÍ MISMO

AYÚDELES A LOS NIÑOS A SUPERAR EL TEMOR DEL FRACASO:

Considere cometer errores a propósito en frente de su grupo de estudiantes y seguir esos errores con declaraciones tales como

“¡Paciencia, tendré que intentarlo de nuevo, eso no funcionó.”

Use lenguaje positivo y enfatice sus interacciones con frases tales como

“¡Anda, quizás tendremos que intentar eso de nuevo...Vamos a construir la torre otra vez, porque se cayó...lo puedes hacer...sigue intentando”.

AYUDE A LOS A LOS NIÑOS A DESCUBRIR SUS INTERESES:

Incluir oportunidades para la creatividad. Haga más que simplemente dibujar o pintar. Considere la fotografía, música, trabajar con plastilina, madera, agua, o sombras. Dele tiempo a los niños para explorar diferentes materiales e inventar sus propios proyectos y diseños.

ENFÓQUESE EN LAS HABILIDADES DE RESOLVER PROBLEMAS:

Considere las actividades que proporcionan oportunidades directas para resolver problemas. Por ejemplo, pedirles a los niños a trabajar como grupo para construir un puente simple entre dos mesas.

Proporcione recordatorios para ayudarles a los niños a pensar sobre las situaciones que enfrentan. Por ejemplo, si un niño se burla de otro niño, haga tales preguntas como:

“¿Qué hacemos? ¿Qué debieramos decirle a una persona si hace algo que no nos gusta? Decimos que “no”. Ahora vaya y dígame algo amable.”

OTRAS IDEAS:

Practique hablarse a uno mismo de forma positiva con los niños. Por ejemplo, cuando escucha a un niño decir, **“No puedo hacer esto”** enseñele a decir **“Voy a seguir intentando”** o **“Yo Sí puedo hacer esto”**.

Dele a los niños una oportunidad de conducir actividades apropiadas. Por ejemplo, pueden conducir un baile de una canción conocida durante la hora de la música.

Evite comparar a un niño con los demás. No haga declaraciones como **“mira que bien David lo hace, ¿por qué tu no lo puedes hacer así también?”**

Proporcione apoyo y ánimo. Note los éxitos pequeños positivos y felicite al niño y dígame que buen trabajo está haciendo y especifique lo que hace bien en vez de simplemente decirle **“bien hecho”**. Puede decir algo como **“Me gusta mucho la manera en que pusiste los juguetes donde van. ¡Qué bien!”**

EL CARÁCTER



NOTE LOS ACTOS DE AMABILIDAD DE LOS NIÑOS:

Felicite a los niños cuando logran hacer una tarea nueva

Cuando ve que están actuando de manera amable, generosa, y considerada, dígame que contento está con ellos

NOTE LOS ACTOS DE AMABILIDAD EN LOS DEMÁS:

Note y haga hincapie en todas las cosas positivas que hacen las otras personas. Por ejemplo, si un padre trae dulces para todos los niños en un grupo, decir algo como

“¡La madre de David es muy amable por haber traído dulces para todos nosotros!”

PROMUEVA LA RESPONSABILIDAD

Ayúdeles a los niños a tomar responsabilidad por su comportamiento, incluyendo los fracasos y errores. Por ejemplo, si un niño derrama su refresco, pídale que limpie el área dónde pasó o si un niño dice una declaración mala sobre otro niño, pídale que piense cómo el otro niño quizás se haya sentido y entonces hágale pedir disculpa.

REENFORZAR LA IMPORTANCIA DE INCLUIR A TODOS LOS NIÑOS

En los entornos de grupo, los niños naturalmente forman vínculos fuertes con pares específicos; sin embargo, los cuidadores deben ayudarles a los niños a darse cuenta de la importancia de los sentimientos de los otros niños mientras todavía mantienen sus amistades más cercanas. Considere lo siguiente:

- Planifique las actividades o juegos en grupo y tome nota de decir que la actividad no se puede hacer al menos que todo el mundo participe. Haga que los niños ayuden a llamar la atención de los compañeros que quizás estén distraídos o estén terminando otra tarea.

- Cree actividades en grupos donde tomen juegos o canciones clásicas y hagan algo diferente. Por ejemplo, ponga a los niños en pares, uno en frente del otro, arrodillados y tomándose las manos. Tocar la canción “Row, Row, Row Your Boat” e instruirles a los niños que se muevan hacia delante y hacia atrás al ritmo de la música. Necesitarán trabajar juntos y ambos poner atención para mantenerse sincronizados.
- Si un niño dice que no le gusta su compañero, pregúntele lo que está pasando. Por ejemplo, si David dice, “Ya no me gusta Julia. No quiero jugar con ella” trate de adivinar cuál fue el problema y animarles a los niños a resolver sus diferencias.

CONTRIBUCIÓN

RECONOZCA LAS CONTRIBUCIONES DE LOS NIÑOS:

- Fíjese en los actos de amabilidad espontáneo, tales como, abriéndole la puerta para otra persona, ayudándole a un par completar una tarea, o cuando los niños toman su turno.
- Deles a los niños “tareas especiales” que son apropiadas para su edad- como poniendo la mesa durante la hora del almuerzo o ayudarle a un niño mas pequeño. Reconozca al niño por su contribución

CREAR OPORTUNIDADES PARA CONTRIBUIR:

- Organice oportunidades para los niños para contribuir a una necesidad en particular. Por ejemplo, planifique que los niños hagan dibujos y envíelos a niños que han sido afectados por un desastre natural.
- Pídale a los niños que traigan comida enlatada y donar las latas a un banco de alimentos local. Enséñeles a los niños cómo los bancos de alimentos le ayudan a las familias cuando necesitan comida y reconozca que su contribución le ayudará a alguien que lo necesita.

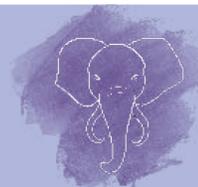
PERMÍTALE A LOS NIÑOS A CONTRIBUIR SUS IDEAS:

- La contribución no se trata solamente de buenas obras o acciones, los niños también necesitan saber que pueden contribuir ideas que serán tomadas seriamente y serán respetadas. Cuando un niño da una idea (como sugerir una canción en particular durante la hora de la música), considérela y también pida ideas.

SALIR ADELANTE

ENFÓQUESE EN EL MANEJO DE LAS EMOCIONES

- Use experiencias sensoriales para ayudarles a los niños a calmarse. Por ejemplo, el usar bandejas de agua, bandejas de baba, o pintura de dedos puede fomentar sentimientos de consuelo y afrontamiento.
- Cuando un niño se siente angustiado, reconozca sus sentimientos en ese momento. Considere decirle al niño, “Veo que te sientes triste” y “No tengas miedo llorar.”
- Ayúdeles a los niños pequeños expresar con palabras como se sienten. Por ejemplo, quizás le digas a un niño que está desarrollando el lenguaje
“Te estás sonriendo – parece que te sientes feliz!”
- Enseñe estrategias para manejar las emociones que son incómodas- tales como la respiración profunda. Use estrategias como la Respiración de Elefante para ayudarles a los niños a recordarse de respirar profundamente.



RESPIRACIÓN DE ELEFANTE

Párese con sus piernas bien separadas y sus brazos a cada lado como la trompa de un elefante. Mientras respire profundamente por sus nariz, suba los brazos por encima de su cabeza. Entonces gire sus brazos hacia abajo otra vez mientras exhale por la boca.

EL CONTROL

FOMENTE INDEPENDENCIA Y RESPONSABILIDAD

- Permítales a los niños a completar tareas independientemente cuando es apropiado para su nivel de desarrollo. Por ejemplo, lavarse las manos o deshacer su mochila.
- Haga que los niños recuperen sus objetos escondidos o coloquen los juguetes en su lugar propio cuando hayan terminado.

PROPORCIONAR ESTRUCTURA, RUTINA & ELECCIONES

- Siempre mantenga una rutina bien establecida para que los niños sepan lo que se espera y qué esperar; esto les ayuda a los niños a sentirse seguros.
- Deles oportunidades a los niños para que tomen decisiones. Los niños necesitan estructura, pero cuando se les ofrecen opciones sobre esa estructura esto puede fomentar su sentido de pertenencia y autonomía. Les puede dar opciones a los niños tales como escoger una canción de una selección o la opción de escoger si quieren usar un pegamento en barra rojo o uno blanco.
- Tenga un espacio designado para cada niño para fomentar el sentido de pertinencia. Esto puede ser un recipiente, cesto, o armario abierto donde pueden guardar sus pertenencias. Tenga un lugar para mostrar cualquier obra de arte o proyectos que completen los niños.

LA CONEXIÓN

DESARROLLE RELACIONES DE APOYO:

- Busque oportunidades para ayudarles a los niños a practicar la empatía. Por ejemplo, si está leyendo un libro sobre un personaje que está pasando por un momento difícil, pregúntele a los niños cómo se sentirían si estuvieran pasando por la misma situación del personaje.
- Si tiene varios niños de la misma edad, incluir “Circle Time” en su programa diario. Puede pasar una pelota durante “circle time” y la persona con la pelota se turna para hablar o mostrar un objeto especial o juguete que trajeron de la casa.
- Si el niño se ha quedado en la casa porque está enfermo haga que los compañeros le preparen una nota que diga “mejorate pronto!” o un dibujo y haga planes para que el compañero lo reciba.



ENSEÑARLES A LOS NIÑOS A RESPETAR LAS DIFERENCIAS:

- Considere el utilizar los libros y videos de niños
 - Lea libros que muestren diferente gente y tradiciones del mundo. Después de leer estos libros, prepare una comida cultural para que los niños la prueben.
 - Busque videos que enseñen sobre los niños con diferentes habilidades y especialidades. Por ejemplo, los videos de Sesame Street con Julia- un personaje con autismo.

- Enséñeles a los niños cómo decir dichos de todo el mundo. Por ejemplo, en los Estados Unidos la gente dice “hello”. En otros países, como la India, la gente hacen reverencia y juntan las manos y dicen “Namaste”.
- Además de entender las diferencias, ayúdeles a los niños a encontrar semejanzas entre ellos y sus compañeros de clase. Por ejemplo, si tienen el mismo color favorito o disfrutan las mismas meriendas.

CUIDAR A LOS NIÑOS CON AMOR INCONDICIONAL:

- Desarrolle relaciones con amor, respeto, imparcialidad, y confianza
- Proporcione corrección cuando sea necesario, pero siempre enviando el mensaje que “te quiero no importa lo que ocurra, aunque te portes mal.”

ENSEÑE SUAVEMENTE:

- La **presencia** del cuidador calmado y bienvenido debe significar paz, protección, y empatía.
- Los **ojos** del cuidador deben ser suaves y tolerantes- y proporcionar miradas cariñosas.
- Las **manos** ofrecen contacto físico de manera segura.
- La **palabras** consisten de mensajes que son inspiradores y positivos y hablan de la aceptación y amor incondicional – esto le trae ánimo al niño.

EL AMOR INCONDICIONAL EN EL SALÓN

No les **importa** lo que sabes hasta que sepan que les **importa**.



WWW.FSUSTRESS.org