

## 5. ¿QUIÉN VIVE EN EL JARDÍN?

### Hábitos y bienestar emocional

Consideramos importante trabajar de forma cooperativa y colaborativa con las familias en el proceso educativo del niño y la niña, lo que repercutirá en su buen desarrollo. Ofrecemos esta información que puede ser útil para transmitir los saberes que se abordarán en esta situación de aprendizaje.

Hablaremos sobre lo que sucede en un jardín en esta época, sobre la presencia de las flores y de los pájaros e insectos y la labor que estos realizan en la naturaleza. Puesto que hemos cambiado ya de estación, observaremos y comentaremos las características de la primavera y cómo influye este cambio en nuestras vidas.

Entre otros contenidos, aprenderemos el valor de **«respetar y cuidar las plantas»**, a practicar las habilidades sociales de pedir y dejar: **«¿me lo dejas?»**, **«te lo dejo»** y a respetar la norma de clase **«compartir los juguetes»**, con el fin de convertirlos en hábitos.

En música, descubriremos **«el triángulo»** y la emoción que se trabajará es **«el enfado»**.

### CONSEJOS PARA AYUDAR A LOS NIÑOS Y NIÑAS A TENER UNA BUENA AUTOESTIMA

La autoestima es el concepto que cada uno tiene de sí mismo. Este se va desarrollando poco a poco desde que se nace, con las experiencias vividas, con cada éxito o cada fracaso.

Si las experiencias son negativas, se irá formando una baja autoestima, perjudicando la formación de la personalidad. En cambio, una buena autoestima es fruto de experiencias positivas.

La actitud de los adultos hacia los niños y niñas es fundamental, ya que la forma en que se sientan tratados influirá directamente en el desarrollo de su autoestima. Un ambiente de respeto y apoyo les permite construir una percepción positiva de sí mismos, aumentando su autoestima.

A continuación os proporcionamos algunos consejos para fomentar la autoestima en casa:

- **Elogiarlos:**
  - Hemos de seleccionar elogios concretos a la actitud y actuaciones de nuestros hijos e hijas.
  - Los elogios los realizaremos mostrando entusiasmo en nuestras palabras y gestos.
  - Los elogios deben ser sinceros, así los captarán ellos.
  - Debemos evitar combinar elogios con actitudes de reproches simultáneamente.
  - A la hora de elogiar, hemos de priorizar sobre todo los hechos que impliquen un esfuerzo, lo que realmente les ha costado realizar a nuestros hijos.
- **No reforzar las conductas negativas:**
  - Decir continuamente lo que se hace mal supone reforzar ese mal comportamiento. Las conductas negativas hay que trabajarlas, no verbalizarlas. Por ejemplo, a la hora de recoger se les puede decir: «Creo que ya has jugado bastante con los juguetes, es hora de dormir, ¿los recogemos juntos?».
- **Tratarlos con respeto:**
  - En el respeto no solo es importante lo que se dice, también lo es cómo se dice.
  - Evitar los gritos. Alzar la voz no solo es ineficaz para corregir su comportamiento, sino que también puede dañar seriamente su autoestima. Además, por imitación, tratará del mismo modo a los demás.
  - Por tanto, no olvidar que el respeto debe formar parte de toda relación social y la forma de comunicarnos es en muchas ocasiones más importante que el mensaje.
- **Darles afecto y cariño:**
  - Dar afecto y cariño a los niños es esencial para que desarrollen una autoestima sólida y positiva. No se trata solo de palabras, sino de cómo demostramos ese afecto en nuestro día a día.

## PARA TRATAR EN FAMILIA

### LA IMPORTANCIA DE LA ESCUCHA

Escuchar es prestar atención a lo que se dice y resulta imprescindible para aprender, conversar, hacer amigos, etc. Enseñar a nuestros hijos e hijas a escuchar es una de las principales tareas y, una vez más, la mejor manera de hacerlo es a través del ejemplo; es decir, sabiendo escuchar al niño y la niña y a otras personas, de modo que, sirva de modelo a imitar para ellos.

A continuación, os proporcionamos algunos consejos para enseñarlos a escuchar con atención:

- **Ser un buen modelo.** Como ya hemos mencionado, los niños y niñas tienen que saber qué se hace cuando se escucha, y lo harán mejor si observan que los adultos lo hacen con ellos y con los demás.
- **Mirarles a los ojos cuando se les habla.** Pondrán mayor atención y escucharán mejor si les pedís que os miren.



- **No interrumpirlos cuando nos hablan.** Ser pacientes y escuchar tranquilamente mirándoles a los ojos y mostrando interés por lo que cuentan, con una señal de asentimiento, una sonrisa o algún gesto que indique que seguís su conversación y nos interesa lo que nos están contando.
- **Responder siempre a sus preguntas.** Contestarles amablemente, con un gesto o con una frase sencilla.
- **Hablarles con respeto.** No elevar la voz. Gritar no es bueno para nadie. Es más fácil captar un mensaje que se emite con buen humor y simpatía.

- **Elogiarlos cuando responden positivamente a lo que se les pide.** Cuando escuchen convenientemente, expresarles vuestro agrado diciéndoles que lo han hecho muy bien.
- **Enseñarles a interpretar lo que se dice sin palabras.** A veces nuestro lenguaje corporal dice muchas cosas importantes: si estamos tristes, enfadados, contentos, etc. Parte de lo que se dice hablando se matiza con la expresión facial y corporal. Es bueno que aprendan esta parte de la comunicación no verbal para saber interpretar los mensajes completos.



#### Para estimular la «escucha».

Si a pesar de seguir estas pautas, tus pequeños se resisten a escuchar, proponemos una herramienta que podrá ayudar en esta tarea, con el fotocopiable que adjuntamos de la margarita en la página siguiente.

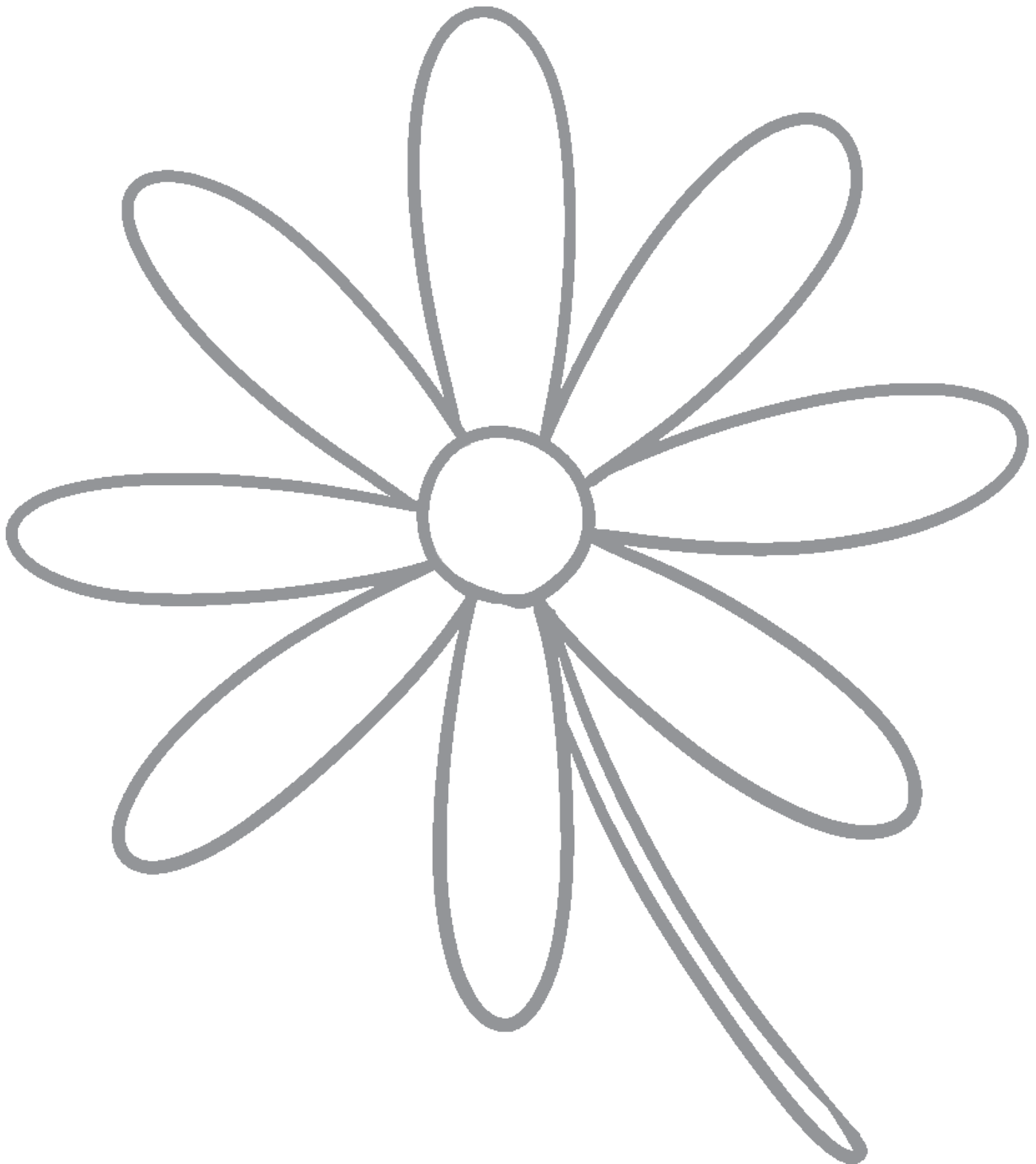
Cada vez que escuchen convenientemente, invitarlos a pintar uno de los pétalos de la margarita como forma divertida y motivadora de reconocer y reforzar el buen hábito de escuchar.

Cuando se hayan completado todos los pétalos, tendrán un recordatorio tangible de sus logros de los que podrán sentirse orgullosos.

«Escuchar detenidamente te hace especial, pues casi nadie lo hace». Ernest Hemingway.



# LA MARGARITA DE LA ESCUCHA



- Colorea un pétalo cada vez que escuches con atención.