

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

Habilidad fundamental de la función ejecutiva: Buscar retos

La vida esta llena de estrés y desafíos. Los niños que **están dispuestos a buscar retos** (en lugar de evitarlos o simplemente lidiar con ellos) son más exitosos en la escuela y la vida.

Sugerencias para promover la habilidad de buscar retos

Buscar retos implica **encontrar maneras de manejar las situaciones difíciles** o resolver problemas, una habilidad de la **función ejecutiva**. Los niños pueden aprender de los personajes en este libro. Por ejemplo, pregúntele a su hijo sobre todas las cosas que Bebé Llama hace para esperar a su Mamá Llama. Puede resaltar que Bebé Llama tiene un **juguete que lo consuela**, una pequeña llama.

Buscar retos **produce muchas emociones distintas y la necesidad de lidiar con ellas**. Bebé Llama pasa de sentirse sola a preocuparse, de sentirse triste a estar de mal humor y finalmente, a sentirse asustada. Pregúntele a su hijo que recuerde ocasiones cuando sintió alguna de estas emociones. Puede preguntarle a su hijo: “¿Qué haces cuando te asustas o haces algo difícil?”. Este vaivén de interacciones es lo que los investigadores llaman “**servir y responder**”. Como en un juego de pelota, uno de ustedes dice o hace algo (sirve) y el otro reacciona (responde). Las investigaciones sobre el desarrollo infantil han concluido que este tipo de interacciones cotidianas son de suma importancia para el desarrollo del cerebro.

Al final del libro, la mamá le ofrece a Bebé Llama un consuelo: “Mamá está contigo, siempre será así, aún si mamá no está junto a ti”. Puede usar estas palabras con su hijo a la hora de la siesta o de dormir. **Saber que tenemos el apoyo de los demás** es muy importante para el desarrollo de la habilidad de buscar retos.

Cuando su hijo aplique la habilidad de buscar retos, hágase lo saber, recordándole sobre este libro. “Estabas asustado igual que Bebé Llama, ¡pero lo pudiste superar!”.



Ilustración por Devon Meyer

Se dará cuenta que estas actividades promueven dos principios del desarrollo del cerebro: **Servir y responder** y las habilidades de la **función ejecutiva**.

Servir y responder describe un vaivén de interacciones entre usted y su hijo. Como en un juego de pelota, uno de ustedes dice algo (sirve) y el otro reacciona (responde). Es importante escuchar y luego desarrollar y ampliar lo que su hijo dice o hace, continuando este patrón el tiempo que su hijo siga interesado.

Las habilidades de la **función ejecutiva** se utilizan para controlar la atención, las emociones, el intelecto y el comportamiento, y así poder lograr las metas. Son el corazón de las habilidades fundamentales de la vida. Incluyen el enfoque, la memoria de trabajo, la flexibilidad cognitiva y el autocontrol. Cuando los niños son mayores, estas habilidades incluyen reflexionar, analizar, razonar, planear, resolver problemas y evaluar.

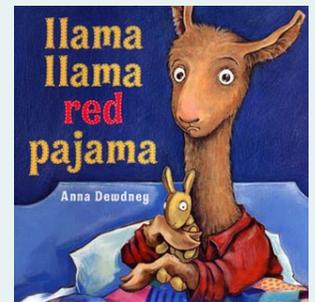
First Book ofrece libros y recursos educativos de alta calidad que apoyan las habilidades fundamentales propuestas en las investigaciones de *La mente en formación* por Ellen Galinsky.



La llama llama rojo pijama

Por Anna Dewdney

En esto querido libro ilustrado de Anna Dewdney, una pequeña y adorable llama y su mamá enfrentan preocupaciones y ansiedad por separarse a la hora de dormir. Relatado en rima, este cuento ofrece el consuelo que un ser querido “está contigo... aún si no está junto a ti”.



Encuentre más libros y materiales para apoyar las habilidades fundamentales de *La mente en formación*

en el mercado de First Book, un recurso disponible exclusivamente para los educadores y los programas para niños necesitados. www.fbmarketplace.org. Encuentre más información sobre *La mente en formación* del Families and Work Institute en www.mindinthemaking.org.