**Jueves**

**13**

**de Mayo**

**Educación Inicial**

**Sostenimiento afectivo**

*Comunicación afectiva*

***Aprendizaje esperado:*** *Establece vínculos afectivos y apegos seguros.*

***Énfasis:*** *Prácticas que favorecen la expresión y la comunicación de niños y niñas.*

**¿Qué vamos a aprender?**

Hola, papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

*La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.*

La información que se compartirá en esta sesión retoma algunas ideas en el Programa de Educación Inicial *Una vía para favorecer la crianza amorosa. Guía integral para madres y padres de familia.* Sino la tienes, no te preocupes, la puedes encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial:

<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/inicial-ae-programa.html>

El tema que se va a tratar en esta sesión es sobre la comunicación afectiva. La comunicación y el afecto son elementos fundamentales para el desarrollo en la primera infancia.

Las prácticas que favorecen la expresión de necesidades, pensamientos y deseos de la infancia, el mostrarse como adultos disponibles y proveer de cuidados y atención a las niñas y niños, les permitirá desarrollar una personalidad segura y confiar en el mundo.

Estas son prácticas de buen trato, y están basadas en el amor y el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. El buen trato en la familia entreteje una red que ayuda a sostener la crianza y el bienestar de la infancia.

Las niñas y los niños crecen seguros y felices cuando en las relaciones que establecen con otros se sienten aceptados, escuchados y apoyados. Y la familia es el mejor equipo para aprender a convivir.

*Seguridad y confianza en familia.*

*Es importante que en la familia haya un ambiente de seguridad y confianza donde todos puedan comunicarse en forma abierta y asertiva.*

*Evita usar la violencia física o verbal para comunicarte con tus hijas e hijos porque eso, lejos de educarlos, les genera miedo.*

*La escucha activa, la empatía y el respeto a su forma de pensar y de sentir, son el mejor camino para generar confianza y una convivencia armónica y constructiva.*

*Para aprender a aprender es necesario aprender a convivir.*

Es esencial que en la familia podamos comunicarnos de manera abierta, y que las niñas y los niños sean partícipes de actos de comunicación. Siguiendo esta parte de las estrategias que los adultos pueden emplear para comunicarse, se mencionan:

* La escucha.
* La empatía.
* El respeto.

El primer paso para entablar una comunicación afectiva es reconocer y darse cuenta de que el otro existe y tiene cualidades, intereses necesidades y un estilo propio para expresarse y transmitir sus sentimientos y emociones. Una de las habilidades más importantes que pueden desarrollar para reconocer al otro, crear y fortalecer vínculos sanos, es escuchar.

Escuchen en el siguiente video a Don Leopoldo, que tiene algo muy importante que contar al respecto.

1. **Don Leopoldo.**

<https://youtu.be/2fPnoEj7HPg>

Recuerden que practicando la escucha atenta le dan a las niñas y niños la importancia que merecen y les demuestran que importan.

A veces están ocupados, cansados y con mil cosas en la cabeza, y no hablan con sus hijas e hijos, y cuando lo hacen se distraen, ven el celular o hacen otra cosa, juzgan o interrumpen y entonces no dan cabida a una comunicación afectiva.

Para disfrutar de una escucha atenta, es necesario notar si se distraen, interrumpen o juzgan, ¿Han puesto atención a estas tendencias? Como sugerencia es que noten estos hábitos, dejarlos pasar y regresar su atención al diálogo con las niñas y niños. ¡La escucha atenta puede entrenarse!

*Si escucha atenta tú quieres mostrar, ninguno de los siguientes consejos puedes olvidar:*

10 consejos para escuchar atentamente.

1. Demuestren su interés situándose a la altura de su hija o hijo y mirándole a los ojos.
2. Aprendan a leer sus gestos, balbuceos, movimientos corporales y llanto.
3. Tengan tiempo para escuchar lo que tiene que decir, y tomen en serio lo que les platique.
4. No apresuren su conversación.
5. Escuchen antes de intervenir. No interrumpan.
6. Expresiones como: ¡Dime!, ¡te escucho! y ¡cuéntame más!, muestran interés.
7. Empleen estas frases con moderación, recuerden que el silencio también forma parte de la comunicación.
8. Respeten la opinión de las niñas y los niños.
9. Validen su experiencia emocional. No los castigues, ni juzguen, tampoco les digan qué hacer o cómo debería sentirse ante lo ocurrido.
10. Manténganse pendiente a tu lenguaje corporal, ten presente que a través de éste también se trasmite los estados emocionales como alegría o molestia, y cansancio o falta de interés.

Tanto en la comunicación con bebés, niñas y niños, como en la conversación con otros adultos, el contacto físico también es un punto esencial para originar comprensión y entendimiento. Los bebés se tranquilizan notablemente cuando reciben contacto piel a piel, cuando se les carga y se les arrulla.

Aunque los abrazos y las caricias son parte de las prácticas de afecto que favorecen el bienestar emocional de las niñas y niños, nunca deben obligar a sus hijas e hijos a emitir una muestra de afecto a un desconocido o a cualquier persona con la que prefiera mantener distancia.

En el papel de adultos responsables deben fomentar una relación de comunicación y contacto emocional, basada en escuchar, y respetar a la infancia y su derecho a decidir.

Esto se relaciona con la empatía. La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de las niñas y los niños, también es conocerlos y comprender sus sentimientos y emociones.

Los adultos son un modelo de empatía, y si quieren que sus hijas e hijos escuchen y ayuden al prójimo, también deben enseñarles a ponerse en los zapatos del otro, a través del ejemplo.

La empatía es una semilla que debe plantarse desde que el bebé se encuentra en el vientre materno, y se cuida entre los miembros de la familia. Cuando la crianza se da en un entorno donde la empatía forma parte de las prácticas afectivas, la infancia adquiere los elementos necesarios para ser empática.

El preguntar a las niñas y niños cómo se sienten, expresarles amor con palabras y caricias, dedicarles tiempo de juego y respetar sus derechos, generará el bienestar que necesitan para expresarse.

Existen muchas actividades que pueden ayudarlos a escuchar atentamente y a ser empáticos, lo mejor de todo es que las pueden disfrutar en familia.

Entablar un diálogo para preguntar a sus hijas e hijos es una práctica que además de favorecer su lenguaje, hará que se sientan queridos y escuchados, también pueden preguntarles sobre otras personas, participar en juegos de roles y en representaciones teatrales.

También es muy útil la lectura de cuentos, ponerse en el lugar de los personajes y preguntarse, ¿Qué piensa el lobo? ¿Qué siente papá oso? o ¿Por qué tienen miedo los tres cerditos? permite a las niñas y niños centrar su atención en las emociones y sentimientos de los personajes.

Por ello, escuchen el siguiente cuento, hasta el minuto 1:18 ¡Disfrútenlo!

1. **Cuento canal 11. La estrella rebelde.**

<https://www.youtube.com/watch?v=ImpVdAA2NTQ&list=PLVBlddRXYB8cAOhXPVxI-MQkpBL5ZT4mX>

Es momento de hacer algo práctico, la actividad se llama Cofre de tesoros y los materiales que se necesitan son los siguientes:

* Cajas de cartón (una por cada integrante de la familia).
* Pintura
* Pinceles
* Calcomanías
* Pegamento
* Otros elementos para decorar.

La idea es obsequiarse un presente, que en este caso sería una caja de tesoros. Decoren un cofre para sus hijas o hijos y ellos a su vez harán una para otro integrante de la familia.

Lo importante es que, para que puedan regalar el mejor cofre de tesoros, necesitan

saber más de esa persona. Pueden comenzar por decorar la caja del color favorito, colocar cosas que les gusten, una nota, fotografías, etc. Cuando terminen sus cajas, intercambien los cofres del tesoro.

Esta actividad permite a las niñas y niños darse cuenta de que el otro tiene características, intereses y necesidades distintas. El reconocer que el otro existe, es uno de los primeros pasos para construir empatía.

Ustedes pueden realizar esta actividad, no necesita ser precisamente una caja, puede ser una carta, una pulsera o cualquier presente para el otro. Observen los detalles, tal vez algún integrante de la familia necesite un abrazo.

En esta sesión se retomó el tema de la escucha atenta y la empatía, necesarias para una comunicación afectiva, también se debe enfatizar el respeto a lo que las niñas y niños sienten y expresan.

La infancia goza de un gran potencial, pero a veces los adultos demeritan su mundo. Usar frases como: Es cosa de niños cuando algo no es de gran importancia, dice mucho de cómo conciben a la niñez. En palabras de Loris Malaguzzi:

*“Niñas y niños forman parte de un mundo que, todavía, no es valorado”.*



Esto podría hacer referencia a la palabra: adulto centrismo.

El adulto centrismo es un gran enemigo de la comunicación afectiva, porque pone en duda las capacidades de la infancia y coloca a las niñas y niños por debajo del adulto en una relación de poder, demeritando sus derechos, ideas y puntos de vista. Las siguientes frases exhiben una mirada adulto céntrica.

Haz lo que te digo y punto.

A ti, ¿Quién te preguntó?

Aquí mando yo.

Tú no sabes nada.

Cuando crezcas, lo entenderás.

La mirada adulto céntrica daña los vínculos afectivos, es mejor reconocer a las niñas y niños como sujetos de derechos, dialogar, aprender a negociar, y validar sus sentimientos y emociones.

La comunicación y el afecto son piedras angulares para el bienestar de la niñez, y en la medida en la que alimenten la conexión que tienen con las niñas y los niños, la escucha, la empatía y el respeto, tendrán la confianza de acercarse, expresar sus intereses, necesidades, miedos y también sus alegrías.

**El Reto de Hoy:**

Los invitamos a alimentar una comunicación afectiva, donde la transmisión e intercambio de significados sea importante, y donde el componente afectivo juegue un papel esencial para generar seguridad y confianza.

La comunicación afectiva trasciende las palabras, porque envuelve al cuerpo en caricias, intercambia miradas cariñosas, mantiene una escucha atenta y nutre el corazón.

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo [aprende\_en\_casa@nube.sep.gob.mx](mailto:aprendeencasa@nube.sep.gob.mx)

Si quieren ver los programas de “Aprende en Casa”, los puedes encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa