

ESCUELAS DE FAMILIA MODERNA

BLOQUE III

DOCUMENTACIÓN SOBRE LAS COMPETENCIAS

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

ASUNCIÓN DE RIESGOS Y ACEPTACIÓN DEL ERROR

Introducción

Para empezar a reflexionar sobre esta competencia haremos un breve repaso por la primera etapa del desarrollo del bebé. De cómo el niño y la niña puedan ir gestionando sus emociones y relaciones en los primeros años va a depender su capacidad para asumir el riesgo y la aceptación que pueda tener de los errores que cometa.

Durante los primeros años de vida de un ser humano se sientan las bases para todo su desarrollo futuro; es en estos primeros momentos cuando se establecen los aprendizajes y las estructuras sobre las que se desarrollará el resto de las experiencias vitales.

Es en el primer año de vida en el que se registran cambios mucho mayores que los que se producirán en cualquier otro año de la vida del niño/a.

El nacimiento constituye un choque brusco para el bebé, se da un gran cambio en su entorno vital.

Para comprender lo que el niño/a experimenta en este primer contacto con el mundo exterior podemos imaginar que de repente nos trasladáramos a un planeta desconocido. Allí no conocemos a nadie y todas las cosas son nuevas e increíblemente extrañas. En estas circunstancias nos gustaría tener a nuestro lado, alguien que nos quisiera y estuviera dispuesto a enseñarnos cómo sobrevivir y cómo ser plenamente feliz. (“nuestro guía de viaje”).

El recién nacido está provisto de ciertos mecanismos sensoriales para reaccionar, pero depende totalmente para su supervivencia de las personas que lo rodean.

Para el bebé no hay diferencia entre lo que es él, lo que sucede en él, y lo que no es él y está fuera de él.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Además, en un principio todas las sensaciones que percibe no tienen para el niño/a sentido alguno, porque por su falta de experiencia no significan nada. Son recibidas de forma pasiva.

Poco a poco, debido a la repetición de situaciones siempre iguales, se va iniciando un esbozo de organización. Estas situaciones que se repiten están relacionadas con la satisfacción periódica de las necesidades del bebé (alimento, aseo, seguridad....)

Cuando las cosas suceden de forma habitual, se confirman sus expectativas; esto le produce sentimientos de seguridad, que junto a la satisfacción que le procuran tales experiencias, contribuye a que experimente un matiz de integración, de no disociación.

Gradualmente, las impresiones placenteras ligadas a la situación de alimentación (ser bien tenido en brazos, escuchar sonidos armónicos y palabras cariñosas, ...) van creando nuevas expectativas y nuevas necesidades que se van separando progresivamente de la necesidad concreta y propia del alimento.

Pero si los elementos iniciales no van seguidos de la secuencia que empezaba a resultarle familiar el niño/a ante la frustración, puede volver a la incoherencia o al caos. Lo que empezaba a tomar sentido se le puede volver angustioso o provocarle inseguridad.

A partir de estas vivencias por parte del niño/a, se empieza a esbozar la diferenciación entre lo que es "el yo" que procede de él mismo, y lo que "no es el yo" que procede del exterior. Poco a poco se va dando cuenta de qué es lo que le pertenece y lo que es diferente y separado de él mismo. Cabría afirmar que este es el comienzo de lo que sería la consciencia, producida por la alternancia entre la ausencia-insatisfacción- y el reconocimiento de las situaciones familiares-satisfacción.

El niño/a necesita entonces, alguien en quién creer que le ofrecerá un ambiente de confianza. Alguien que contribuya con sus cuidados y su protección a ordenar y simplificar un mundo que en principio le resulta demasiado confuso y complicado.

Los niño/as pequeños al ir creciendo, desarrollarán un sentido duradero de en qué medida el mundo es digno de confianza o desconfianza. Erikson, definió este concepto como "confianza básica", satisfacción de las necesidades básicas del niño/a por medio de la ternura, la comodidad y el alimento. El apego o vínculo afectivo se establece satisfaciendo la necesidad de caricias, una adecuada alimentación e higiene

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

y una óptima calidad de comunicación a través de gestos, sonrisas y vocalizaciones afectuosas.

Si este vínculo se establece, se podrán convertir en niños y niñas capaces de confiar en el futuro y establecer relaciones íntimas satisfactorias; de lo contrario, puede predominar la desconfianza y ver el mundo como algo hostil y caótico; asimismo, pueden desarrollar dificultades en sus relaciones interpersonales.

Además de la confianza básica, aparecerá también la empatía; conceptos muy relacionados entre sí.

Empatía es identificarse emocionalmente con otra persona, entender y sentir sus sentimientos. En todas las relaciones interpersonales, pero especialmente en la educación de los hijos e hijas, un buen nivel de empatía o sintonizar emocionalmente con el niño o la niña es indispensable. De una buena empatía que se concreta en reconocer los sentimientos de los demás, consolar, animar, felicitar, apreciar, salen grandes valores para los hijos. Las primeras lecciones de empatía las reciben de sus padres.

También es importante para la empatía, la manifestación adecuada del lenguaje corporal.

El apego establece un modelo de relación que va a condicionar las relaciones futuras a lo largo de su vida.

En la evolución del apego, el niño/a experimenta primero una fuerte dependencia para luego pasar a una saludable independencia, lo que le permitirá ser una persona autónoma con buenos lazos afectivos con otras personas.

Será capaz de independizarse por periodos cada vez más largos si la persona de apego demuestra ser confiable, es decir, ser predecible en todo momento y en cualquier situación, de lo contrario el comportamiento exploratorio tan necesario para el aprendizaje se puede paralizar o obstaculizar por causa de la ansiedad que provoca el comportamiento cambiante de la persona de apego.

En la vida real es inevitable que el bebé, en muchos casos, al sentir hambre, deba esperar algún tiempo la llegada de su alimento.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Estas situaciones son necesarias para el bebé. Si la madre o el padre lo satisficiera de inmediato y en todo, nunca podría aprender que hay un mundo exterior a él, y su psiquismo no maduraría adecuadamente.

Si las experiencias placenteras superan a las frustraciones, el niño o la niña SE SIENTE SEGURO Y PROTEGIDO, ES FELIZ. Es como si sintiera que todo lo “displacentero” ha quedado lejos de él. Por el contrario, si las experiencias desagradables superan a las satisfactorias, la angustia del niño/a debida a esta situación es muy intensa y el desarrollo normal puede verse obstaculizado.

Cada bebé posee congénitamente una capacidad propia para soportar la espera y la llegada del alimento. Por ello, es importante que los padres/madres desarrollen una buena y flexible capacidad de adaptación frente a la peculiar naturaleza que pueda presentar cada uno de sus hijos/as.

A modo de resumen cabría afirmar que las primeras experiencias que tiene un niño/a en la familia contribuyen a formar su manera de situarse y relacionarse con el mundo, Esta manera estará determinada por la calidad de las experiencias emocionales: el cómo se le ha ayudado a elaborar las ansiedades, cómo estas han sido contenidas y cómo han entendido los padres/madres sus necesidades.

Todo esto formará en el hijo/a un sentimiento de confianza básica, algo esencial para la salud mental y la capacidad para aprender. Es la confianza básica la que ayuda a tolerar el sufrimiento y la frustración, y permite volver a probar, a adquirir habilidades nuevas.....

La autoestima

Por otro lado, todo niño y niña desde que nace, o quizá desde antes, necesita sentirse exclusivo para su madre/padre –o quien haga las funciones -, necesita sentirse el niño o la niña ***“más importante del mundo”***.

Es desde estos primeros años que se va desarrollando la autoestima, mediante la internalización a medida que formamos esa imagen de nosotros mismos que llevamos en nuestro interior, y lo hacemos a través de nuestras experiencias con otras personas y las actividades que realizamos.

Por eso las experiencias vividas durante la infancia juegan un papel predominante en el establecimiento de nuestra autoestima, y la calidad de estas experiencias influye directamente sobre nuestro nivel de autoestima.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Durante estos primeros años de vida, nuestros éxitos y tropiezos, y cómo fuimos tratados en cada ocasión por los miembros de nuestra familia inmediata, nuestros maestros y maestras, nuestros amigos y amigas.... contribuyen a la creación de esa imagen de nosotros mismos que llevamos dentro, y en consecuencia, a establecer nuestro nivel de autoestima.

Algunas consideraciones sobre la asunción de riesgo y la aceptación del error

A partir de esta introducción, vamos a profundizar en algunos conceptos que tienen también relación con la competencia que nos ocupa, *Asunción de Riesgo y Aceptación del Error*.

Son conceptos como la autoestima, la tolerancia a la frustración, la toma de decisiones la aceptación del error y la capacidad para recibir críticas.

Autoestima

La autoestima es un estado mental. Es el sentimiento o concepto valorativo (positivo o negativo) de nuestro ser, la cual se aprende, cambia, la podemos mejorar y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo, asimilando e interiorizando durante nuestra vida.

Los pilares de la autoestima según Nathaniel Branden son:

Autoeficacia

- Un sentido de eficacia personal.
- Confianza en el funcionamiento de mi mente, en mi capacidad de pensar, en los procesos por los cuales juzgo, elijo, decido; confianza en mi capacidad de comprender los hechos de la realidad que entran en la esfera de mis intereses y necesidades.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

La autoeficacia ofrece una predisposición a que la persona se experimente fundamentalmente competente para afrontar los desafíos de la vida; y en consecuencia, confíe en su propia mente y en sus procesos.

La autoeficacia percibida desempeña un papel fundamental en el funcionamiento humano puesto que afecta el comportamiento no sólo de manera directa, sino también por su impacto en otros determinantes claves tales como metas y aspiraciones, expectativas de resultados, tendencias afectivas y percepción de los impedimentos y oportunidades que se presentan en el medio social (Bandura, 1995, 1997).

Autodignidad:

- Un sentido de mérito personal.
- Seguridad de mi valor, una actitud afirmativa hacia mi derecho de vivir y ser feliz; comodidad al expresar apropiadamente mis pensamientos, deseos, necesidades, sentir que la alegría es mi derecho natural.

La autodignidad sería entonces una predisposición a que uno se experimente como digno de éxito y felicidad; y en consecuencia, la percepción de nosotros mismos como personas para quienes el logro, el éxito, el respeto, la amistad y el amor son apropiados.

La autoestima es un concepto de enorme importancia, ya que de la valoración que uno haga de sí mismo puede depender lo que haga en la vida y su participación en ella. Además, condiciona el proceso de desarrollo de las potencialidades humanas y también la inserción de la persona dentro de la sociedad.

Una autoestima positiva facilita una mejor percepción de la realidad y comunicación interpersonal, ayuda a tolerar mejor el estrés, la incertidumbre y vivir los procesos de cambio.

Por otro lado, hará que la persona reaccione buscando la superación de los fracasos, si no fuera así el recuerdo de la incompetencia, nos dejaría al borde del desvalimiento.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Otros aspectos importantes que vendrán condicionados de alguna manera por la autoestima son, por ejemplo:

1. Fundamenta la responsabilidad. La responsabilidad no crece con la auto descalificación y el desprecio personal. Sólo se compromete quien tiene confianza en sí mismo.
2. Apoya la creatividad. La persona creativa sólo crece desde la confianza en sí misma, en su originalidad y capacidades, desde la autovaloración, y la vivencia de la propia valía.
3. Determina la autonomía personal. Quien se acepta a sí mismo es capaz de tomar decisiones con autonomía y seguridad. En vez de obedecer, actúa asertiva y autónomamente.
4. Facilita las buenas relaciones sociales. Quienes se aceptan a sí mismos hacen que se sientan cómodos quienes se relacionan con ellos.

En definitiva, una buena autoestima, es garantía de un buen futuro. La persona que confía en sí madura cada vez más viviendo intensamente el presente, reinterpretado el pasado y anticipando el futuro personal. A la vez contagia esperanza pues tiene energía y no se conforma con la satisfacción ni se instala en el conformismo.

Por el contrario, una persona con baja autoestima suele ser alguien inseguro, que desconfía de las propias facultades y no quiere tomar decisiones por miedo a equivocarse. Además, necesita de la aprobación de los demás pues tiene muchos complejos. Suele tener una imagen distorsionada de sí mismo, tanto a lo que se refiere a rasgos físicos como de su valía personal o carácter.

Todo esto le produce un sentimiento de inferioridad y timidez a la hora de relacionarse con otras personas. Le cuesta hacer amigos nuevos y está pendiente del qué dirán o pensarán sobre él o ella, pues tiene un miedo excesivo al rechazo, a ser juzgado mal y a ser abandonado.

La autoestima, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Tolerancia a la frustración

La frustración es la vivencia emocional, el sentimiento que surge ante una situación en la que un deseo, un proyecto, una ilusión o una necesidad no se satisface o no se cumple.

Tolerar la frustración significa poder enfrentar los problemas y limitaciones que tenemos a lo largo de la vida, a pesar de las molestias o incomodidades que nos causan.

La tolerancia a la frustración nos permitirá enfrentarnos con éxito a la vida. Por el contrario, la baja tolerancia a la frustración nos causa enfado, depresión e incapacidad ante cualquier molestia o problema y provoca la evitación o mala solución de los mismos.

De acuerdo a la intensidad de la frustración y a nuestras propias características personales, la reacción podrá ser de molestia, ansiedad, depresión, angustia, enfado, rabia....

Sin embargo, es importante asumir que la frustración forma parte de la vida. A menudo el mundo frustra, y nosotros mismos no cumplimos nuestras propias expectativas: las cosas no siempre resultan como esperábamos y las ilusiones y expectativas que teníamos puestas en algo, no se cumplen.

La frustración no podemos evitarla; en todo caso sí podemos aprender a manejarla y a “superarla”.

Generalmente es en la infancia, y lo veíamos en la introducción de esta competencia, cuando aprendemos, o deberíamos aprender a tolerar la frustración.

Cuando un niño/a es muy pequeño/a, cree que el mundo gira alrededor de él o ella, vive una época de egocentrismo. El niño/a está convencido que se merece todo lo que quiere, y en el momento en que lo quiere.

No sabe esperar, porque no tiene el concepto de tiempo, ni la capacidad de pensar en los deseos y necesidades de los demás.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Es por esto, por lo que cualquier límite o cualquier cosa que le niegan, lo siente y lo interpreta como algo injusto y terrible. No puede entender por qué no le dan lo que él o ella desea. Se siente frustrado/a y despojado/a de lo que "necesita" en ese instante.

No tiene las herramientas para eliminar, disminuir o tolerar su malestar.

Las frustraciones infantiles son interminables, y cuanto más pequeño es el niño/a, más fácilmente pasa de la frustración a la rabietta.

¿Qué pueden hacer los padres y madres frente a esto?

En ocasiones los padres/madres buscan complacer y sobreproteger en todo a sus hijos/as. A menudo oímos frases como "Es mi hijo/a y mientras esté aquí su padre, o su madre, si puedo se lo doy", "Antes que verlo así, mejor se lo doy", "Prefiero quedarme sin lo que sea pero que él /ella por encima de todo este feliz"....

La sobreprotección anula la capacidad de conocer las posibilidades de arreglarse y sobreponerse que todo ser humano tiene. En el fondo el mensaje que estos padres/madres transmiten a sus hijo/as es el de "pobrecitos" y los tratan como desvalidos. Flaco el favor que les hacen los padres/madres a los hijo/as con este comportamiento, ya que tampoco les refuerzan la autoestima.

Si los padres/madres o las demás personas le dan siempre lo que pide y satisfacen sus deseos más inmediatos en el momento en que lo pide, no ayudan al niño/a a que tenga que "sostener" la molestia provocada por tener que esperar o porque sus deseos se vean negados.

Al llegar a la edad adulta, la vida y las situaciones van a ser similares. La vida cotidiana trae inherente situaciones de frustración. Si esto no se trabajó en la infancia el adulto va a seguir sintiéndose mal ante cualquier límite o ante la necesidad de posponer una satisfacción.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Toma de decisiones

La toma de decisiones es el [proceso](#) mediante el cual se realiza una elección entre las alternativas o formas para resolver diferentes situaciones de la vida, estas se pueden presentar en diferentes contextos: a nivel personal, [familiar](#), profesional.

Continuamente, a lo largo del día estamos tomando decisiones. La diferencia entre cada una de estas estará en el proceso o la forma en la cual se llega a ellas. La toma de decisiones consiste, básicamente, en elegir una alternativa entre las disponibles, a los efectos de resolver un problema actual o potencial.

La toma de decisiones está caracterizada porque una persona haga uso de su razonamiento y pensamiento para elegir una decisión a un problema que se le presente en la vida; es decir, si una persona tiene un problema, ésta deberá ser capaz de resolverlo individualmente a través de tomar decisiones con ese específico motivo. En la toma de decisiones importa la elección de un camino a seguir, por lo que en un estadio anterior deben evaluarse alternativas de acción. Si estas últimas no están presentes, no existirá decisión.

Las decisiones nos atañen a todos ya que gracias a ellas podemos tener una opinión crítica.

Cada persona afronta la resolución de problemas de una forma diferente, basada en su experiencia y su historia de reforzamiento.

En el modelo de toma de decisiones de D'Zurilla y Goldfried se consideran dos dimensiones:

1.- Una orientación al problema que incluye las creencias sobre el control que ejerce el individuo sobre la resolución de sus problemas. A su vez tiene dos factores basados en la teoría de la autoeficacia de Bandura (1997):

1.1.- La creencia en la autoeficacia en la resolución de los problemas. Basada en la expectativa de eficacia.

1.2.- La creencia que los problemas de la vida se pueden resolver. Basada en la expectativa de resultado.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

2.- Una serie de pasos que configuran un proceso ideal de resolución de problemas y toma de decisiones.

Es fundamental la orientación que la persona tenga ante el problema o la situación que se le presenta.

Si la orientación es positiva la persona:

- verá el problema como un reto
- será optimista en el sentido de que los problemas tienen solución
- Percibirá que tiene una fuerte capacidad para enfrentar los problemas.
- Y estará dispuesto a invertir tiempo y esfuerzo en su solución.

Una orientación negativa al problema implica ver los problemas como amenazas.

- Creer que son insolubles.
- Dudar de la propia habilidad para solucionarlos.
- Frustrarse y estresarse cuando se encuentran frente a un problema.

A modo de resumen podríamos afirmar que una orientación positiva al problema induce al sujeto a enfrentarse a él, mientras que la orientación negativa le prepara para evitarlo.

Aceptación del error

Según el diccionario, error es la “acción desacertada o equivocada”.

Ahora, tendríamos que preguntarnos....equivocada con respecto a qué... o a quién.

Podríamos, entonces, redefinir el error como "la acción que produce un resultado no deseado por alguien".

Ante la equivocación o el error, en ocasiones surge el castigo, no siendo éste la mejor forma de resolverlo. El castigo sólo genera miedo, resentimiento, vergüenza, tensión, culpa, baja autoestima...

Y además, ¿mejora el castigo nuestra capacidad para accionar en forma más efectiva en otra oportunidad? Realmente, no lo creemos.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Además de solucionar un problema ¿Qué otras cuestiones son importantes cuando tomamos una decisión?

- **Mostrar/Reconocer el error:** Para que nuevas acciones sean posibles es imprescindible poder reconocer el error como tal, lo cual muchas veces no nos es fácil, fundamentalmente por esta cultura del castigo/miedo en la que nos movemos.
- **Buscar la Reparación:** ¿Qué daños produjo esta equivocación? ¿Hay alguna manera de reparar el daño producido? Si no es así, ¿puedo perdonar, o perdonarme, u ofrecer mis disculpas al afectado?
- **Aprender:** Tomar el error como un espacio de aprendizaje es lo que marca la diferencia entre el fracaso y el éxito. Es lo que permite, en un futuro, lograr un mejor resultado.

En la vida cotidiana muchas personas tratan de encontrar soluciones rápidas, triunfos apresurados, sin entender que el éxito es simplemente resultado del crecimiento interno y que este requiere tiempo.

Quienes no se dan por vencidos, van gradual e imperceptiblemente creando los hábitos y el temple que les permitirá sostener el éxito cuando éste al fin se materialice.

El triunfo no es más que un proceso que lleva tiempo y dedicación. Un proceso que exige aprender nuevos hábitos y nos obliga a descartar otros.

Un proceso que exige cambios, acción y formidables dotes de paciencia.

Hacer y recibir críticas

¿Cómo le planteamos al otro las cosas que no nos gustan?

Y ¿Cómo recibimos las críticas? ¿Nos sentimos atacados? ¿Lo interpretamos como una oportunidad para aprender?

Lo positivo sería que pudiéramos entender las críticas como información muy útil, que nos sirve para mejorar.

Tendemos a distinguir entre las constructivas y las que no lo son.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Pero, en cualquier caso, una crítica, independientemente de la intención con que se emite e incluso de su propio contenido, ofrece una opinión distinta a la nuestra, un punto de vista discrepante sobre lo que hacemos o pensamos. Y, por ello, nunca carece de interés y puede ser metabolizada positivamente, ya que podemos interpretarla como una información que sirve como contraste con nuestros planteamientos.

Parece obvio que nos resultará tanto más fácil asimilar las críticas cuando mejor sepamos formularlas nosotros. Son dos habilidades sociales, tan difíciles una como otra, que nos ayudan a entender a los demás y a conocernos mejor.

Las habilidades sociales son comportamientos que incluyen respuestas verbales y no-verbales, que hacen probable una consecuencia deseable o la evitación o retirada de otra indeseable. Se trata de destrezas necesarias para ciertas tareas y se refieren a respuestas relacionadas con la conducta social. El término "habilidad" no es un rasgo de personalidad, sino un conjunto de respuestas que se aprenden.

Una conducta socialmente habilidosa es "la que permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás" (Alberti y Emmons, 1.978).

Una de las habilidades sociales que más conviene aprender es el manejo de la crítica, a la hora de hacerla y de recibirla, ya que nos va a permitir solucionar problemas y conflictos interpersonales.

Quien bien critica no ofende y todos tenemos derecho a exponer nuestras opiniones. Es importante que las críticas se basen en hechos objetivos y contrastados. Que se centren en lo fundamental, sin pretensiones de abordar todos los detalles, y que la crítica se dirija siempre a comportamientos o actitudes concretos. No descalifiquemos a la persona concreta, sino a lo que ha hecho o dicho, y seamos claros, concretos y específicos, evitando generalizaciones y etiquetas. Las críticas constructivas son oportunidades para fortalecer nuestra relación interpersonal, mejorando el conocimiento mutuo y fortaleciendo nuestra autoestima. Es una oportunidad para aprender.

Partamos del reconocimiento y de admitir la herida narcisista de que no somos perfectos y que en ocasiones tenemos dificultades que nos bloquean o nos conducen a distorsionar la realidad, haciendo que nuestras conductas no sean las más apropiadas, incluso ni las que nosotros quisiéramos tener.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

No es tarea fácil, pero no tengamos miedo a reconocer nuestros errores, ya que sólo así aprenderemos a afrontarlos y a mejorar nuestra manera de ser y nuestra calidad de vida.

Factores que favorecen el aprendizaje de la competencia

-Equilibrio emocional : una vinculación adecuada, una confianza básica favorecen el equilibrio emocional

-Establecer una escala de valores, una jerarquía de prioridades en el “querer”

-Saber esperar El triunfo no es más que un proceso que lleva tiempo y dedicación. Un proceso que exige aprender nuevos hábitos y nos obliga a descartar otros.

-Animar a tomar decisiones: La **toma de decisiones** es el proceso mediante el cual se realiza una elección entre las alternativas o formas para resolver diferentes situaciones de la vida, estas se pueden presentar en diferentes contextos: a nivel personal, familiar, profesional.

-Fomentar la capacidad de rehacerse de los fracasos, de seguir adelante, a pesar del error o del fracaso: todas los sucesos de la vida, con visión optimista, pueden encerrar cosas buenas.

- Fomentar la **objetividad:** adecuada interpretación, visión acertada y objetiva de uno mismo y de los sucesos .

- **Buscar consejo:** fomentar en las hijas e hijos la necesidad de tener buenos consejeros. Esto supone abrirse a las opiniones de los demás, valorarlas y pueden ayudarles a buscar alternativas para mejorar lo equivocado y abrir nuevas vías de solución de los problemas y de las equivocaciones

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Factores que dificultan el aprendizaje de la competencia:

-Un comportamiento sobreprotector del padre o la madre.

-Satisfacción inmediata de las necesidades - Si los padres/madres o las demás personas le dan al niño o niña dan siempre lo que pide y satisfacen sus deseos más inmediatos en el momento en que lo pide, no ayudan al niño/a a que tenga que “sostener” la molestia provocada por tener que esperar o porque sus deseos se vean negados. (Quiero poco y sé esperar , (jerarquización e ilusión por conseguir algo) , frente a lo quiero todo y ya)Ansiedad, satisfacción inmediata,)

-Baja autoestima y sentimientos de inferioridad

-Estar demasiado pendientes de prejuicios y del qué dirán

-Subjetivismo exagerado

-Poca tolerancia a la crítica (ansiedad)

-Hacer críticas destructivas, descalificaciones personales, juicios de valor poco concretos, o con poca claridad y concreción. Tampoco ayuda el hacer críticas generalistas y el no justificarlas.

-Hacer comparaciones entre las habilidades de los hijos e hijas o sus actitudes y comportamientos.

- Huir de los problemas o no enfrentarse a ellos por creer que son que son insolubles.

-Dudar de la propia habilidad para solucionarlos. y de las habilidades de los hijos e hijas para que solucionen ellos mismos sus problemas

-Castigar el error: Ante la equivocación o el error en los hijos e hijas, en ocasiones surge el castigo, no siendo éste la mejor forma de resolverlo. El castigo sólo genera miedo, resentimiento, vergüenza, tensión, culpa, baja autoestima...

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Frases

"Por la ignorancia nos equivocamos, y por las equivocaciones aprendemos." Proverbio romano.

"Recuerda que en la vida no hay fracasos, sólo resultados. Piensa una cosa: "¡El éxito es el resultado de las decisiones acertadas, las decisiones acertadas son el resultado de la experiencia y la experiencia suele ser el resultado de las decisiones equivocadas!". ¿Qué puedes aprender de los errores pasados que te sea útil para mejorar tu vida actual?". A. Robbins

"Cuando se comprende que la condición humana es la imperfección del entendimiento, ya no resulta vergonzoso equivocarse, sino persistir en los errores." George Soros

"Gracias a mis errores de ayer, pude ir creciendo. Gracias a mis errores de hoy, mañana seré una mejor persona". Pablo Buol

"Lo peor no es cometer un error, sino tratar de justificarlo, en vez de aprovecharlo como aviso providencial de nuestra ligereza o ignorancia" Santiago Ramón y Cajal

"Sobreviven los más flexibles y adaptables a los cambios" El origen de las especies, Charles Darwin.

"El crecimiento es un proceso de prueba y error: es una experimentación. Los experimentos fallidos forman parte del proceso en igual medida que el experimento que funciona bien". Benjamin Franklin