

ESCUELAS DE FAMILIA MODERNA

BLOQUE III

DOCUMENTACIÓN SOBRE LAS COMPETENCIAS

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

APRENDIZAJE CONTINUO

Definición

El aprendizaje es el proceso a través del cual se adquieren nuevas habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción y la observación. ...

La persona se apropia del conocimiento en sus distintas dimensiones: conceptos, procedimientos, actitudes y valores.

Consideraciones generales

Aprender (los hijos/as) y enseñar (los padres y madres) son procesos donde las emociones juegan papeles muy diferentes: hay emociones que favorecen el aprendizaje y otras que lo dificultan. Por eso es necesaria una perspectiva que integre las teorías cognitivas del aprendizaje con las teorías socioemocionales. No se puede aprender ni se pueden transmitir valores si no hay emoción, si el corazón no queda tocado, y todas las investigaciones neurológicas nos dicen que todo aquello que se aprende con emoción queda grabado para siempre en el cerebro.

Ya 2200 años atrás **Platón** decía” *La disposición emocional del alumno/a determina su habilidad de aprender*”.

La educación emocional, es decir, el proceso de enseñanza/aprendizaje de las emociones, tienen como objetivo el desarrollo integral de la persona armonizando los componentes cognitivo y afectivo.

Los autores Elias, Tobias y Friedlander (1999) plantean la que será la regla de oro de la educación emocional: “Trate a sus hijo/as como le gustaría que le trataran los demás”.

Esta afirmación implica varios aspectos para los padres/madres, como educadores. Por un lado requiere que los padres/madres conozcan bien sus propios sentimientos y sean capaces de controlar sus impulsos, por otro que asuman la perspectiva del hijo/a con empatía, y por último que se dediquen con esfuerzo a la tarea utilizando sus recursos sociales para llevar a cabo las ideas.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Hace unos años la UNESCO publicó el **Informe Delors**, donde se hace referencia a los cambios de estilos de vida que vive el mundo contemporáneo, se analizan las tensiones que ello provoca y plantea soluciones y alternativas para la educación del siglo XXI.

El informe dice textualmente: “Eso que proponemos supone trascender la visión puramente instrumental de la educación considerada como la vía necesaria para obtener resultados (dinero, carreras, etc.) y supone cambiar para considerar la función que tiene en su globalidad la educación: la realización de la persona, que toda entera debe aprender a ser”.

Este informe basa la educación para el futuro en estos cuatro pilares fundamentales: Aprender a conocer, Aprender a ser, Aprender a hacer y Aprender a vivir en comunidad.

1. Aprender a conocer, es ir descubriendo y perfeccionando las diversas facetas de nuestras capacidades intelectuales. Pero asegura que los métodos que deben ser utilizados para conocer deben favorecer el placer de comprender y descubrir, es decir, factores emocionales unidos al aprendizaje que lo potencian y lo hacen estimulante.

El niño/a necesita sentirse seguro y confiado para salir a descubrir el mundo. Esta confianza se genera en la relación con los padres/madres o primeras figuras de apego.

Y “La confianza que posee una persona en su propia capacidad tiene un profundo efecto sobre sus posibilidades. Las personas que se consideran efectivas logran recuperarse de los fracasos; su enfoque se basa en cómo afrontar las situaciones en vez de preocuparse por lo que le pueda salir mal” afirma el doctor Daniel Goleman, autor de *Inteligencia emocional*.

Es necesario poner en contacto a los niños y niñas con los conocimientos, entretejidos por la historia y la cultura, que se organizan en contenidos curriculares y se aprenden en la escuela, pero también, con el mundo que les rodea por medio de

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

sus relaciones con el entorno, la familia, los iguales y los medios de comunicación, ayudándoles a analizar esta realidad a través de estrategias de aprendizaje constructivo. Para ello resulta fundamental el fomento de la lectura crítica: fomentar el hábito de la lectura es de vital importancia en todas las etapas del desarrollo de los hijos e hijas.

La familia transmite conocimientos que entran dentro del ámbito de la historia familiar y le confiere una serie de características diferenciales fruto de las experiencias de las generaciones anteriores. En este sentido, es importante, crear en el hogar intercambios y comunicaciones sobre la historia de los abuelos, tíos abuelos, así como anécdotas y sucesos acaecidos en la biografía familiar, que permitan al niño/a tomar conciencia de su procedencia y conocer su filiación y le ayuden a tomar conciencia de su identidad personal, familiar y social.

2. **Aprender a hacer**, lo que implica adquirir una formación para poder desempeñar un trabajo y a la vez una serie de competencias personales, como trabajar en grupo, tomar decisiones, crear sinergias....

El niño/a aprende a desarrollar habilidades y destrezas, observando, experimentando y descubriendo todos los objetos que encuentra a su alrededor. El niño/a aprende a hacer con sus más próximos, en la realidad cotidiana del hogar y de la escuela, cuando se le permite manipular, asociar y establecer relaciones entre diferentes elementos, estamos permitiendo que aprenda a hacer. La creatividad como capacidad creadora, que permite abrir hacia nuevas fronteras, se fomenta estimulando al niño/a a investigar, descubrir, explorar, experimentar, y en esta tarea pueden participar familia y escuela, por medio de estrategias innovadoras de trabajo común.

3. **Aprender a convivir** y trabajar en proyectos comunes. Este es uno de los retos para este siglo, ya que la convivencia entre personas diferentes nos obliga a descubrir lo que tenemos en común y a comprender que todos somos interdependientes.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Sin embargo, para descubrir al otro antes tenemos que descubrirnos a nosotros mismos. El informe hace referencia a competencias, disciplina, método, y hábitos como el autoconocimiento, la empatía y la destreza social.

Aprender a vivir en comunidad. Favorecer una educación para la vida comunitaria, desde el ámbito familiar, es fundamental para que el niño/a aprenda a ejercitar la participación, la cooperación, el diálogo y la toma de decisiones consensuadas y compartir los conocimientos y la vida, de forma que luego sea capaz de transferir estos aprendizajes a otros contextos sociales.

Asimismo es importante cuidar la convivencia en la propia familia. En una familia son muchas las diferentes situaciones que se pueden dar (como por ejemplo encargos familiares, situaciones propias de la vida de las familias, tanto positivas como negativas), y en esas situaciones es importante que los hijos e hijas practiquen la ayuda mutua, para que todos se sientan más felices y satisfechos, respetarse, interesarse por las ideas, problemas y preocupaciones de los demás, compartir los intereses. Asimismo resulta vital el aprendizaje de determinadas normas de cortesía, como enseñar a agradecer, pedir por favor las cosas, etc

También puede hablarse aquí de la solidaridad entre los miembros de la familia.

4. Aprender a ser, Para ello, los niños y niñas han de aprender a ser desde dos vertientes: 1) social: como miembro de un grupo social, de una cultura, que podemos relacionar con “aprender a conocer”, y 2) individual: como ser único y diferente, descubriendo su interioridad, sus posibilidades y limitaciones, su realidad personal inmersa en una realidad social, en la que desarrollar su proyecto vital.

Para aprender a ser él mismo, el niño/a descubre sus peculiaridades y su ser sí mismo en la diferenciación con los miembros de su familia. La identidad personal la adquiere en este doble proceso de descubrimiento de sí mismo y diferenciación del

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

otro. De ahí la importancia de sus primeros contactos familiares para potenciar la realidad de su ser individual y personal. El niño/a aprende a ser sintiéndose querido, valorado, descubriendo que es digno de ser amado.

Aprender a ser se refiere al desarrollo total y máximo posible de cada persona, a su proceso de autorrealización que diría Maslow.

Maslow es conocido mundialmente por sus trabajos acerca de la motivación humana; distinguió entre la motivación y la necesidad o el deseo. Las necesidades pueden ser de 2 tipos, necesidades de déficit y necesidades de desarrollo o metanecesidades.

Las necesidades de déficit son las necesidades fisiológicas, las de seguridad, de afiliación y de afecto y las necesidades de aprecio que se dividen en 2, las que se refieren al amor propio, al respeto de sí y a la consideración propia, y a las que se refieren al respeto por parte de otros: reputación, posición, fama, gloria.

Las necesidades de desarrollo están comprendidas en el concepto de autorrealización.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS



Se ha tratado de sistematizar las necesidades humanas por parte de diversos autores y quizá la más aceptada y extendida es la de Maslow, que establece seis niveles representándolos en una pirámide escalonada de la forma siguiente:

Una característica fundamental para la interpretación de este esquema reside en que es preciso tener satisfechas las necesidades del escalón inferior para que puedan surgir las del siguiente. Maslow considera que existe una jerarquía de necesidades, en donde las necesidades inferiores son más potentes que las superiores y asumen prioridad sobre ellas. Cuando todas las necesidades inferiores están atendidas, las inmediatamente superiores hacen aparición en la percepción y la persona se siente motivada a ocuparse de su satisfacción. Solo cuando las necesidades inferiores han sido gratificadas puede la persona experimentar las necesidades de autorrealización.

Esta escala es por tanto ascendente en su desarrollo, y determina el predominio de la necesidad inferior sobre la superior, que implica mayores dificultades de satisfacción cuando se trata de niveles superiores.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

¿Qué es aprender a aprender?

La LOE recoge las propuestas de la Unión Europea y propone entre las ocho competencias básicas la de aprender a aprender, que en cierto sentido subyace a todas las otras. La Comisión Europea define esta competencia como “la capacidad para proseguir y persistir en el aprendizaje, organizar el propio aprendizaje, lo que conlleva realizar un control eficaz del tiempo y la información, individual y grupalmente. Esta competencia incluye la conciencia de las necesidades y procesos del propio aprendizaje, la identificación de las oportunidades disponibles, la habilidad para superar los obstáculos con el fin de aprender con éxito

Aprender a aprender significa que los estudiantes se comprometan a construir su conocimiento a partir de sus aprendizajes y experiencias vitales anteriores con el fin reutilizar y aplicar el conocimiento y las habilidades en una variedad de contextos: en casa, en el trabajo, en la educación y la instrucción. En la competencia de la persona son cruciales la motivación y la confianza.”

La competencia de Aprender a aprender, como todas las demás, por otra parte, implica desarrollar aspectos tanto cognitivos como emocionales. Desde luego, supone adquirir determinadas competencias metacognitivas, es decir, capacidades que permiten al estudiante conocer y regular sus propios procesos de aprendizaje. Pero, de nada sirve conocerse como aprendiz si lo que “vemos” al analizarnos nos desagrada y nos lleva por tanto a considerarnos poco capaces. La autoestima, la capacidad de aceptar el rechazo que provoca el error, la tensión que implica mantener el esfuerzo...son algunas de las dimensiones de aprende a aprender que con mayor claridad revelan su naturaleza emocional.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

En cierta ocasión Henry Ford afirmó: “Si usted cree o no cree que es capaz de hacer algo, está en lo cierto”. Esta simple afirmación resalta un aspecto esencial para comprender la habilidad que tiene una persona para alcanzar sus objetivos. La mayoría de los niño/as tienen tanto la capacidad intelectual como física para realizar con cierto nivel de éxito cualquiera de las actividades que elijan ejecutar.

Sin embargo, y aquí viene la cuestión diferenciadora, a veces no triunfan por no sentirse competentes, capaces de....

La sensación de esta competencia comienza con la convicción de que los esfuerzos realizados serán compensados con el éxito posterior.

Esta confianza podrá contrarrestar la preocupación y la ansiedad que pueden desembocar en la posibilidad de fracaso.

Sentirse seguro de sí mismo es una condición necesaria para asumir riesgos, y favorece que el niño/a se empeñe en conquistar objetivos y conseguir logros.

La motivación en el aprendizaje

Definición de motivación: Es el conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo. Se trata de un proceso complejo que condiciona en buena medida la capacidad para aprender de los individuos.

La motivación sería lo que mueve a la persona en una dirección y con una finalidad determinada; es la disposición al esfuerzo mantenido por conseguir una meta. Entendiéndolo desde ahí, se puede afirmar que la motivación constituye entonces, un factor que condiciona la capacidad para aprender.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Al igual que los intereses, depende en parte de la historia de éxitos y fracasos anteriores de la persona pero también del hecho de que los contenidos que se ofrezcan para el aprendizaje tengan significado lógico y sean funcionales.

Además, la motivación va a tener que ver con que la persona, en nuestro caso el niño/a, pueda ir adquiriendo valores como la satisfacción por el trabajo bien hecho, la superación personal, la autonomía y la libertad que da el conocimiento.

Por último, exige conocimiento sobre el riesgo que se corre en caso de fracasar en el intento o por el contrario, y más importante, la satisfacción que supone la obtención del éxito.

Existen dos tipos de motivación:

La motivación intrínseca que hace referencia a que la meta que persigue el sujeto es la experiencia del sentimiento de competencia y autodeterminación que produce la realización misma de la tarea y no depende de recompensas externas.

La motivación extrínseca que estaría relacionada con la realización de la tarea para conseguir un premio o evitar un castigo.

Alonso Tapia en “Desarrollo Psicológico y Educación” de Coll, Palacios y Marchesi, (1992) llegó a la conclusión de que las personas con motivación intrínseca tienden a atribuir los éxitos a causas internas como la competencia y el esfuerzo, mientras que los individuos con motivación extrínseca tienden a hacerlo a causas externas, como el azar o las características de la tarea.

Si los niños y niñas aprenden que cuando actúan adecuadamente consiguen los resultados que desean, comenzarán a pensar que son capaces de controlar su vida.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Los psicólogos se refieren a esta percepción como el punto interno de control, por el cual el niño/a creerá que los resultados que obtiene son una consecuencia de sus esfuerzos y actos.

Los niños/as con motivación extrínseca no se consideran capaces de controlar la consecución de aquellos objetivos que persiguen.

Los psicólogos denominan a esta percepción como el punto externo de control, por el que los niños sienten que existen circunstancias externas que no pueden controlar, como otras personas, la suerte.. y que son las que determinan sus éxitos o sus fracasos.

Esta idea confirma de nuevo lo que venimos planteando en y es que **la educación no debe limitarse a transmitir conocimientos, sino que debe además ser capaz de transmitir valores y actitudes positivas hacia la actividad escolar.**

También se ha comprobado que las personas con alta motivación persisten más en la tarea y por tanto es más probable que alcancen sus metas. Se harán juicios independientes y se proponen retos pudiendo calibrar sus posibilidades de éxito. El propio éxito alcanzado servirá de refuerzo en su forma adecuada de afrontar las tareas.

Por supuesto, esto que estamos planteando guarda estrecha relación con el nivel de autoestima que tenga la persona.

Las causas de la desmotivación en el individuo pueden ser muchas y variadas.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Cabría preguntarse sobre dos aspectos fundamentales, por un lado el nivel de estimulación recibido y por otro su historia de aprendizaje personal y experiencial. Podemos encontrar explicación a esta pregunta en factores como la familia como primer agente, pero también en el condicionamiento de un medio social desfavorecido, los fracasos escolares que arrastre.

La desmotivación supone la existencia de limitaciones contra las que a la persona le es difícil luchar. Algunas de estas limitaciones pueden ser las bajas expectativas y atribuciones inadecuadas, falta de hábitos, la poca autonomía, los prejuicios, falta de conocimiento y habilidades, la baja autoestima.....

Frases

“No dejes apagar el entusiasmo, virtud tan valiosa como necesaria; trabaja, aspira, tiende siempre hacia la altura” Rubén Darío

“Si añades un poco a lo poco y lo haces así con frecuencia, pronto llegará a ser mucho”

Hesíodo Poeta griego.

“La educación debe formar para saber vivir y compartir lo mejor de cada uno”

Javier Urra.

“No hay nada en la vida que no contenga sus lecciones. Si estás vivo, siempre tendrás algo para aprender” Benjamin Franklin

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.

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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 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,

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- 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 desaliento.

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

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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”.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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.

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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

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...

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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

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.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

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

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

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

distorsionar la realidad, haciendo que nuestras conductas no sean las más apropiadas, incluso ni las que nosotros quisiéramos tener.

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

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

AUTONOMÍA Y RESPONSABILIDAD

Consideraciones previas

La **autonomía** es un concepto de la filosofía y la psicología evolutiva que expresa la capacidad para darse normas a uno mismo sin influencia de presiones externas o internas. Se opone a heteronomía.

Autonomía se refiere a la regulación de la conducta por normas que surgen del propio individuo. Autónomo es todo aquél que decide conscientemente qué reglas son las que van a guiar su comportamiento.

Tener autonomía quiere decir ser capaz de hacer lo que uno cree que se debe hacer, pero no sólo eso. También significa ser capaz de analizar lo que creemos que debemos hacer y considerar si de verdad debe hacerse o si nos estamos engañando. Somos autónomos cuando somos razonables y consideramos qué debemos hacer con todos los datos a nuestra disposición. Dicho de otro modo: somos verdaderamente autónomos cuando usamos nuestra conciencia moral.

Precisamente cuando hacemos esto, nos fijamos en la conexión causal entre las acciones y los efectos que producen. La conciencia de esa conexión nos lleva al concepto de **responsabilidad**. Sólo cuando somos libres en el sentido positivo de la palabra -es decir, autónomos, conscientes-, nos damos cuenta de la repercusión de nuestras acciones y podemos ser responsables.

En relación al concepto de autonomía, como proceso para la toma de decisiones libres sustentadas en la propia conciencia de la persona (valores, principios, creencias, etc.), es interesante repasar algunos conceptos que contribuyen en la constitución de la autonomía como voluntad, libertad y autoestima.

“La voluntad no es en sí misma una facultad intelectual, ni tampoco es una facultad irracional. Sus actos se ejecutan conforme a la razón. Por lo tanto, seguir los deseos no es ejercer la voluntad, es simplemente estar (ciegamente) dominado. De esta manera puede afirmarse que el deseo pertenece al orden de lo sensible, en tanto la voluntad pertenece al orden del intelecto”. (Ferrater Mora, 2001)

La libertad no es innata a nuestra condición humana, sino un logro de nuestra integración social. No partimos de la libertad, sino que llegamos a ella (Savater, 1997).

Dewey (1998) señala que *la libertad es la capacidad de actuar y realizar con*

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

independencia de toda tutela exterior. Sólo cuando el impulso ha sido, hasta cierto punto, controlado y contenido, entonces, puede darse la reflexión.

En la autonomía se sigue una regla, un principio, o ley que es interna a la propia conciencia de la persona, que la ha interiorizado a través de un proceso de construcción progresivo y autónomo. En la autonomía, la regla es el resultado de una decisión libre, y digna de respeto en la medida que hay un consentimiento mutuo (Sepúlveda G., 2003)

La **responsabilidad** es un valor que está en la conciencia de la persona, que le permite reflexionar, administrar, orientar y valorar las consecuencias de sus actos, siempre en el plano de lo moral. Una vez que pasa al plano ético (puesta en práctica), persisten estas cuatro ideas para establecer la magnitud de dichas acciones y afrontarlas de la manera más prepositiva e integral, siempre en pro del mejoramiento personal, laboral, social, cultural y natural.

Si enseñamos a un niño/a a ser autónomo/a, también le estamos ayudando a ser responsable, a tener mayor seguridad en sí mismo, a tener fuerza de voluntad, a ser disciplinado y a estar tranquilo. **Aspectos todos importantísimos para que un niño/a crezca feliz.**

El sentido de responsabilidad se adquiere a través de la experiencia y la práctica, ya que la persona deberá tomar decisiones en conciencia, ponderando el valor de lo que se quiere conseguir y las consecuencias que puede acarrear, asumiéndolas .

El ser humano aprende a responsabilizarse, o a no hacerlo, desde la primera etapa de su vida. Las pequeñas tareas y obligaciones de la vida cotidiana tendrán que ir estando a adaptadas a la edad del niño. El sentido de la responsabilidad se pondrá en juego desde las más sencillas situaciones de la vida cotidiana y en el trato diario que el niño tenga con sus padres, sus maestros y sus iguales. En la primera infancia necesita motivaciones externas como premios, refuerzos positivos, o castigos proporcionados.

El sentimiento básico de confianza es imprescindible para la autonomía y especialmente importante en los primeros años de vida, entre los tres y los siete años, en los que predomina la conciencia heterónoma, pero hay que ir explicándoles los porqués para hacerle cada vez más autónomo. También hay que tener en cuenta que aunque ya participan de sentimientos de culpabilidad es muy difícil que tengan arrepentimiento. Es a partir de esta edad, en torno a los siete años (depende de la maduración personal de cada persona), que empieza a aparecer cierta conciencia moral, a formar sus criterios y comienza también la autocrítica y la heterocrítica. También comienza a desarrollarse el sentido de la responsabilidad, por lo tanto es una

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

etapa del desarrollo evolutivo en la que trabajar la autonomía personal es especialmente importante, y facilitará el haberla trabajado también en los periodos anteriores.

Es necesario que al niño/a se le explique claramente lo que se espera de él y cuáles son sus responsabilidades.

Asimismo, conforme éste vaya actuando, el adulto le “devolverá” comentarios, impresiones sobre cómo lo está haciendo. Esta es una tarea importante por parte de los padres/madres ya que **el niño/a necesita de otro que le diga si algo está bien o mal, y le enseñe a rectificarlo en este caso**. Solo de esa forma el niño/a puede prender y progresar. Los padres/madres deberán ser comprensivos, tolerantes y pacientes, al tiempo que claros, coherentes y respetuosos al expresar lo que esperan de ellos. Conforme vaya respondiendo, el padre o la madre sopesará si el niño/a va necesitando nuevas metas y responsabilidades o afianzar esas durante un periodo de tiempo más largo. Conforme el niño/a crezca irá aumentando el número de situaciones de las que puede responsabilizarse.

A la hora de enseñar a los hijo/as a ser responsables es interesante que los padres y madres sean conscientes de que los hijos/as, a lo largo de todo su crecimiento pero más aún cuando son pequeños, **los tienen de ejemplo**.

Incluso nos atreveríamos a decir que los niños/as suelen tener los oídos cerrados a los consejos, pero los ojos muy abiertos a los ejemplos. Es importante, entonces, que los hijos/as vean que sus padres y madres ponen en práctica aquello que estos están intentando enseñarles.

Un niño/a que llega a ser responsable es capaz de valorar la situación en la que se encuentra, según su experiencia y según lo que sus padres esperan de él, y es capaz, de forma independiente, de tomar una decisión para actuar de modo adecuado. Es importante que en todo este proceso de enseñar al niño/a a ser responsable éste pueda llegar a asumir el “deber ser y hacer”, de tal manera que lo interiorice y no necesite siempre de otro que le diga lo que tiene que hacer. Este proceso exige en los padres paciencia, esfuerzo y dedicarle tiempo.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Indicadores de la competencia:

Un niño/a es autónomo y responsable sí...

- Realiza sus tareas normales sin que haya que recordárselo en todo momento.
- Ha adquirido hábitos personales (asearse, vestirse, atarse los zapatos, comer....) en función de la edad que tenga.
- Puede razonar lo que debe hacer.
- Presenta fuerza de voluntad en la ejecución de las tareas.
- Se plantea nuevos retos y objetivos.
- No demanda sobreprotección.
- No echa la culpa a los demás ni busca excusas sistemáticamente.
- Es capaz de elegir entre diferentes alternativas.
- Puede jugar, hacer sus deberes y estudiar a solas sin problemas.
- Puede tomar decisiones distintas de las que otros toman en el grupo en que se mueve (amigos, pandilla, familia, etc.), que sean para él o ella adecuadas, aunque sean diferentes de la opinión de los demás.
- Respeta y reconoce los límites establecidos por los padres, aunque en ocasiones pueda discutirlos o incluso llegar a una negociación (de acuerdo con la edad del hijo/a)
- Puede concentrar su atención en tareas complicadas (dependiendo de su edad) durante cierto tiempo, sin llegar a situaciones de frustración y abandono.
- Lleva a cabo lo que dice y en lo que se compromete.
- Reconoce sus errores sin necesidad de complicadas justificaciones.
- *Se conoce a sí mismo*
- *Intenta conquistar y mantener un equilibrio emocional*

Factores que dificultan el aprendizaje de la competencia:

- Estilos educativos demasiados rígidos y autoritarios-
- Estilos educativos muy permisivos sin apenas conducción
- Estilos educativos indiferentes que muestran poco afecto y poco control (permisividad, negligencia u hostilidad)
- La falta de normas y pautas claras
- Exceso de normas, o normas sin sentido.
- Facilitar soluciones para que dejen tranquilos a los padres o educadores

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- Poner en duda las capacidades de los hijos e hijas: cuando haya que censurar, pero censurar la conducta, no a la persona.
- Dirigir imponiendo, abroncando (aunque se riña, siempre es conveniente explicar tranquilamente a posteriori el motivo, y hablar, pues se puede llegar a correr el riesgo de avasallar a los hijos e hijas)
- Consentirles rabietas y excesivos caprichos
- sobre proteccionismo

Frases sobre autonomía y responsabilidad:

“La persona autónoma es quien controla su propia vida, determina sus propias metas y actúa de manera racional y efectiva para lograrlas”.

Aviram y Yonah

“Educar no es fabricar adultos según un modelo, sino liberar en cada hombre lo que le impide ser el mismo”. (Savater, 1997)

“El ser humano tiene que aprender a decir sí o no desde sí mismo, no desde el temor de perder una oportunidad y quedarse atrás”. (Maturana, 2001)

"Nunca se da tanto, como cuando se dan esperanzas."

Anatole France

"No se le puede enseñar nada a un hombre; sólo ayudarle a encontrar la respuesta dentro de sí mismo." Galileo Galilei

“Es preferible tomar las propias decisiones, aunque estemos intranquilos, que seguir las de otros y estar tranquilos.” Kwame Nkrumah

“Importa mucho más lo que tú piensas de ti mismo que lo que los otros opinen de ti”.

Lucio Anneo Séneca.

“La autonomía es un requisito para la eficacia.” Jack Lang

“El hombre se autorrealiza en la misma medida en que se compromete al cumplimiento del sentido de su vida”. Victor Frankl

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

COOPERACIÓN

Definición

El ser humano es social por naturaleza. Esto supone mucho más que el hecho de que las personas nacemos, nos desarrollamos y crecemos en una sociedad, contribuyendo a ella y recibiendo de ella.

El niño y la niña nacen en una familia, inmersa en una sociedad y necesitan desde las primeras etapas de su vida de la ayuda de otras personas para sobrevivir. El ser humano es un ser abierto, se desarrolla en una relación permanente con los demás, uno de cuyas características es precisamente la cooperación.

La cooperación es lo contrario de la competición: cooperación supone que un grupo de personas colaboran –trabajan juntas– para conseguir un objetivo común. La competición consiste en buscar la consecución de los objetivos personales por encima de los objetivos comunes.

Si en la cooperación los demás son un elemento fundamental para conseguir nuestros objetivos, en la competición los demás pueden ser un obstáculo o un rival.

La colaboración ha sido clave para el desarrollo y la supervivencia de la humanidad: trabajar en equipo supone poner en marcha una serie de habilidades personales y colectivas que han permitido al ser humano alcanzar logros absolutamente increíbles.

Pero también es cierto que muchos elementos de la sociedad actual están incidiendo en presentar modelos individualistas, que priman el éxito individual sobre el colectivo, tanto en la escuela como en la escena profesional.

En una sociedad en la que el éxito es fundamentalmente individual en el colegio y la universidad, en la que en la empresa se priman los resultados individuales sobre los colectivos, es muy difícil que la colaboración se considere un valor y que un niño o una niña aprenda a cooperar con los demás.

La moderna sociedad audiovisual y multimedia, por su parte, también ofrece al niño/a estímulos que se disfrutan en soledad: los videojuegos son un buen ejemplo de esto –aunque el desarrollo de la red esté permitiendo juegos colaborativos en red–. Las actividades en equipo son más ricas, retadoras y satisfactorias para el niño/a, pero

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

también suponen habilidades específicas, la necesidad de abandonar la propia comodidad o el propio interés, y supeditar los propios intereses al bien del equipo. Por ello los niños necesitan un estímulo adicional para desarrollar juegos y actividades en equipo.

Consideraciones generales

Es principalmente en la segunda infancia, a partir de los cuatro años, cuando comienza a verse mejor los deseos de participación social y la capacidad de relación y cooperación con el otro, pero es partir de los siete años, en primaria, cuando el niño o la niña empieza a mostrar las habilidades cooperativas, pues buscan la compañía de otros, acepta reglas de juego o trabajo, tiene cierto sentido de responsabilidad y solidaridad. (lo que no quiere decir que hasta esta etapa no haya que intentar educar en colaboración)

La colaboración –frente a la competición- ofrece al niño/a actividades enormemente positivas, retadoras y satisfactorias, pero como se ha dicho, la actividad colaborativa demanda un amplio elenco de actitudes y habilidades, como por ejemplo:

- Conocimiento propio (*de nuestras aptitudes, limitaciones, sentimientos, emociones etc.*)
- Organización y Coordinación
- Capacidad de escuchar a los demás
- Sacrificar el interés propio por el interés común o ser capaz de armonizar ambos
- Solucionar conflictos
- Asumir responsabilidades de cara a los demás
- Sentirse parte de algo, participar en los logros comunes

Aunque se trata de habilidades complejas, se aprenden y desarrollan precisamente en las actividades de colaboración; por ello es tan importante que nuestros hijos e hijas participen en actividades colaborativas:

- En casa, compartiendo desde pequeños actividades y juegos familiares que les enseñen a ser parte de algo superior a ellos mismos
- En el colegio, mediante la elaboración de trabajos en equipo
- En actividades deportivas (deportes de equipo) y culturales o de ocio (teatro, danza, etc.)
- En actividades sociales y de solidaridad: ayuda a personas dependientes, participación en actividades voluntarias con sus padres o con determinadas instituciones de confianza, colaboración en actividades de apoyo a ONG, etc.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Pero es sin duda en el hogar familiar donde el niño o la niña pueden desarrollar estas habilidades de manera directa y sencilla. Muchas ideas pueden facilitar que los niños y niñas, desde tempranas edades (un niño o una niña de 3 años puede ya colaborar en las actividades familiares), participen en actividades grupales, como por ejemplo:

- Participar en las tareas domésticas desde edades tempranas, con tareas a la medida de su edad o capacidad: poner o quitar la mesa, participar en la limpieza de la casa, la compra, o tareas sencillas como separar la ropa blanca de la de color para poner una lavadora, y un largo etcétera. En muchos hogares los hijos e hijas asumen determinadas responsabilidades de forma habitual, como mantener el orden de sus cuartos y sus objetos, e incluso responsabilidades más colectivas.
- Participar en la organización de determinados eventos familiares: vacaciones, fines de semana largos, etc.
- Consultar a los hijo/as la toma de determinadas decisiones en familia es una manera asimismo de fomentar la colaboración; desde el color de la nueva pintura del salón hasta proyectos más complejos como una reforma, etc.
- Involucrar a los hijos e hijas mayores en el cuidado de los más pequeños, siguiendo el dictado del sentido común y atendiendo a la responsabilidad que puedan asumir por edad o capacidad.
- Participar con los hijo/as en los eventos sociales, como la celebración de asambleas, jornadas electorales, explicándoles la importancia de la participación individual en las actividades y la vida social.
- Participar con los hijos e hijas en actividades de voluntariado o de cuidado de personas dependientes, como la atención a personas discapacitadas o a personas mayores dependientes.

La colaboración, una escuela de habilidades sociales

Además de lo expuesto anteriormente, el trabajo en equipo o las actividades colaborativas es una ocasión fantástica para que el niño o la niña aprenda a convivir con los demás y desarrolle o consolide determinadas habilidades sociales.

La primera de las habilidades sociales básicas es la habilidad de escuchar las opiniones de los demás, aunque no se esté de acuerdo con ellas. La diferentes propuestas sobre cómo organizar un juego, o la elección de una actividad antes que

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

otras, puede ser una ocasión para que los niño/as desde muy tempranas edades aprendan a **escuchar a los demás**, y respeten otras opiniones aunque no se esté de acuerdo con ellas...El hecho de que la mayoría de estas decisiones acaben tomándose por mayoría, es una buena manera de aprender a vivir determinados valores sociales y democráticos.

Al mismo tiempo que los niños y niñas escuchan a los demás, también aprenden a **expresar de forma adecuada sus propias opiniones y sentimientos**, como expresión de una sana autoestima. En este sentido los niños y niñas deben aprender a expresar sus opiniones de forma abierta, clara, sin pretender imponerlas a los demás ni callándolas por una falta de seguridad en sí mismos. Es necesario que los padres y madres estén atentos a estos comportamientos por parte de sus hijos e hijas, y que se insista en enseñar a los niños/as a expresar sus sentimientos e ideas, no dejarse avasallar por los demás ni avasallar a otros.

Y por último, es en estas actividades colaborativas en las que nuestros hijos e hijas pueden aprender técnicas básicas que más adelante les servirán en su vida adulta, como por ejemplo, la **negociación**. Aprender a negociar supone:

- Tener paciencia para lograr un acuerdo
- Escuchar a los demás
- Buscar alternativas
- Argumentar y defender las propias ideas
- Buscar soluciones conjuntas que supongan integrar las ideas de otras personas.

Indicadores de la competencia

- Ser capaz de mantener actividades de equipo y juegos con otros niños y niñas
- Integrarse con facilidad en los juegos de otros
- Resolver conflictos en el reparto de objetos, organización de un juego o una actividad con otros niños, aunque ocasionalmente necesiten la mediación o el arbitraje de un adulto
- Compartir habitualmente de buen grado sus objetos, juguetes y juegos con otros niño/as
- Participar en deportes de equipo como uno más
- Mantener la **disciplina** de grupo, tanto en actividades lúdicas como en el *trabajo escolar y en casa*.
- Tener el convencimiento de que se puede aprender algo de todo el mundo
- Reconocer las propias capacidades
- Escuchar las opiniones de los demás,
- Expresar de forma adecuada sus propias opiniones y sentimientos

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- Disfrutar de las actividades de equipo

En niños algo más mayores, cooperar además significa:

- Negociar un acuerdo con otros niños o niñas en torno a cómo organizar una actividad, un trabajo o un juego, buscando el equilibrio entre sus objetivos y los de los demás.
- Organizar y repartir tareas en actividades complejas
- Encontrar satisfacción en el trabajo en equipo y la colaboración con otras personas.
- Saber escuchar y compartir información con otros niños y niñas, en un entorno cordial, abierto y cooperativo.

Factores que dificultan el aprendizaje de la competencia:

-Individualismo y competición excesivas

-Mantenimiento obstinado de posturas propias sin razonamiento adecuado

-No pasar nunca por alto las dificultades propias de la relación con los demás, como salidas de tono o respuestas inadecuadas de otros miembros del equipo

-Empeñarse por eficacia en llevar a cabo solos una tarea encargada al grupo...

-Querer precisamente lo que no se tiene, en vez de contar con lo que se tiene, de querer y disfrutar lo que se tiene.

-Crear que de los fracasos del equipo son siempre culpables otros.

- No ver más que lo negativo de los demás miembros del equipo sin encontrar algo positivo en cada uno de ellos.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Frases sobre colaboración

“El talento gana partidos, pero el trabajo en equipo y la inteligencia gana campeonatos”. Michael Jordan

“No existe una mejor prueba del progreso de una civilización que la del progreso de la cooperación”. John Stuart Mill

“Una de las más bellas compensaciones de la vida consiste en que nadie puede tratar sinceramente de ayudar a otro sin que se ayude a sí mismo”. Ralph W. Emerson

“No interesa la autonomía que olvida la integración –la convivencia, la cooperación, la solidaridad– porque acaba en particularismos”. Rodríguez-Arana.

“La cooperación es la convicción plena de que nadie puede llegar a la meta si no llegan todos”. Richard Pawson.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

CREATIVIDAD

Definición

La creatividad es la facultad o la capacidad para crear. La palabra creatividad deriva de la raíz latina “creare” que está muy relacionada con “crescere”. Crear sugiere, por tanto, hacer crecer.

Consideraciones generales

En la Grecia clásica no existía la creatividad como tal, pues la invención artística era considerada como un producto de la buena técnica. Para Platón, las representaciones artísticas no eran “propiedad” de personas creativas, sino simples imitaciones de la verdad, y el artista concebía su obra movido por una especie de “locura” o inspiración divina. Aristóteles también valoraba, en el arte, la capacidad técnica más que la creadora.

A partir de los años cincuenta comienzan a proliferar multitud de estudios interdisciplinarios sobre la creatividad. Para Guilford, la creatividad es *un impulso intelectual que nos permite escapar de lo obvio y producir algo propio y novedoso*. Las características de la persona creativa serían, para este autor, la flexibilidad, la originalidad y el pensamiento divergente [1].

Maslow estudia la relación entre la creatividad y la enfermedad, descubriéndola inversa. Concibe al individuo creativo como alguien protegido de la enfermedad por su independencia y su capacidad para auto motivarse. Otros autores, como D. Winnicott, también van a encontrar una relación entre creatividad y estilos de vida saludables.

Al contrario que muchos animales, los seres humanos no nos movemos frente a los estímulos del entorno con una respuesta prefijada (siempre la misma) sino que podemos pensar, valorar y elegir una respuesta entre todas las posibles. En esa elección se encuentra el origen de la actividad creativa.

Esta capacidad nos permite solucionar los problemas y situaciones a los que nos enfrentamos de manera innovadora, desarrollando así nuestra originalidad. Al poder optar por multitud de alternativas y soluciones no evidentes la creatividad nos permite también mantenerlos alejados de conductas de riesgo y afrontar las situaciones altamente conflictivas o estresantes con mayor facilidad. También nos permite enriquecernos en las crisis y superarlas con éxito.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Cuando hablamos de crear no solo nos referimos a producir cosas que no existen, podemos crear a partir de productos que ya se encuentran en nuestro mundo, por ejemplo estableciendo relaciones nuevas entre ideas conocidas, elaborando recreaciones y combinaciones de elementos y otorgando nuevos significados.

Cualquier idea nueva no es un producto creativo. Las ideas creativas no solo han de ser innovadoras sino también valiosas y eficaces. La creatividad no es una capacidad alejada de la inteligencia, sino que se encuentra relacionada con esta de manera interdependiente.

El concepto de creatividad no solo ha de asociarse a las personas extraordinarias con grandes capacidades. La creatividad es un constructo mucho más amplio que todas las personas ponen en práctica en su vida cotidiana. No es exclusivo de artistas o genios, aunque tampoco todas las personas poseen o entrenan esta facultad en el mismo grado.

De hecho, la creatividad se encuentra en el origen de los grandes cambios culturales y de los logros de la humanidad, pero también en cada nueva manera de expresar una emoción, de relacionarnos y de construir nuestra propia personalidad. Podemos decir que la creatividad no es una capacidad genéticamente determinada que se posee, sino que también se adquiere, se entrena y depende en gran medida del ambiente. Eso hace que haya épocas históricas (el renacimiento, por ejemplo) que favorezcan la expresión y el reconocimiento de las personas creativas.

El hecho de vivir inmersos en una época de rápidos cambios, hace de la creatividad una facultad muy valorada que debe estar presente en todo proyecto educativo (sea escolar o familiar), porque va a permitir a los niños crecer desarrollando conclusiones nuevas y adaptativas que les hagan sentirse realizados en un entorno permanentemente cambiante.

Educar en la creatividad favorece la formación de personas que valoran el cambio y la originalidad, y supone ofrecer herramientas para afrontar problemas y solucionar situaciones de manera innovadora actitud transformadora

La creatividad se ejercita siendo creativo. Todos podemos ejercitarla y entrenarla desde nuestras actividades cotidianas. Con práctica constante la creatividad se desarrolla y mejora.

Actualmente, el interés por la creatividad ha dado lugar a numerosos estudios y es ya conocida su aplicación a ámbitos como la empresa, la educación, la psicología o el diseño.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Indicadores de la competencia

Para desarrollar la creatividad es necesario:

- Disponer de un entorno que apoye las ideas creativas
- Tener una buena motivación intrínseca (que no dependa de factores externos y que nos lleva a seguir mejorando aunque vayamos alcanzando satisfacciones poco a poco)
- Ser capaces de tolerar el riesgo y el fracaso, aceptar los obstáculos como oportunidades de crecimiento y a no temer el ridículo causado por los errores y equivocaciones.
- Desarrollar la imaginación
- Valorar el cambio como algo positivo
- Comprometerse con el esfuerzo realizado, no empezar tareas movidos por impulsos y no completar su realización
- Aprender a aceptar las críticas y soportar presiones
- Tener capacidad para generar un gran número de ideas y establecer relaciones entre ellas
- Expresarse con facilidad
- Ser capaz de ampliar las ideas de otros.
- Tener confianza en uno mismo y en las propias convicciones
- Valorar positivamente la incertidumbre y sentirnos motivados a explorar lo desconocido

La creatividad se ejercita siendo creativo. Todos podemos ejercitarla y entrenarla desde nuestras actividades cotidianas. Con práctica constante la creatividad se desarrolla y mejora.

Somos creativos cuando:

- A partir de las posibilidades de nuestro entorno, damos lugar a algo nuevo
- Pensamos que para un mismo problema no solo existe una posible solución
- Disfrutamos manipulando objetos
- Mostramos curiosidad por el mundo que nos rodea
- Planeamos interrogantes
- Podemos trabajar en más de una cosa a la vez
- Mostramos paciencia
- Nos sobreponemos a las frustraciones, transformándolas en retos o juegos.
- Tenemos capacidad para sorprender y sorprendernos
- Podemos transformar algo en otra cosa

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- Concebimos ideas no usuales y realizamos asociaciones remotas
- Como padres o madres apoyamos la creatividad cuando apoyamos y enriquecemos sus exploraciones y aportaciones

Factores que dificultan la creatividad

- Estilos educativos donde se ofrece poca confianza. demasiada seguridad y poca autonomía No favorece el pensamiento creativo mostrar o potenciar en otros actitudes como: la sumisión, la pasividad, la obediencia ciega, la inseguridad, la represión, la descalificación o el desinterés.
- Ambientes demasiado rutinarios , donde no se dan sorpresas a los hijos, no se preparan planes especiales etc
- Entorpecemos el desarrollo de la creatividad cuando creamos un clima familiar que no deja espacio a las opiniones y a la participación activa de los hijos e hijas en la organización del tiempo libre, cuando no mostramos a nuestros hijos e hijas en qué materias o competencias destacan y qué actividades realizan adecuadamente o cuando les animamos a dejarse vencer por los obstáculos y a no perseverar frente a aparición de problemas en su trayectoria
- Falta de flexibilidad
- La superabundancia de juguetes y la excesiva organización externa de los tiempos de los niños (por ejemplo, con demasiadas actividades extraescolares)
- Demasiado tiempo delante del televisor (*demasiada televisión quita mucho tiempo que podrán emplear en tareas más activas, leyendo, jugando, interactuando con otras personas, y fomenta el aprendizaje pasivo y poco reflexivo*). Cualquier actividad que nos convierta en receptores pasivos de información y estimulación y no en participantes activos en permanente interacción con nuestro entorno va a afectar a nuestra capacidad creativa. Ver la televisión, por ejemplo, podría ser un ejemplo de los primeros, mientras que la lectura de una novela, en la que tenemos por obligación que trabajar junto al escrito haciéndonos una imagen mental de los personajes, se acercaría más a las actividades que favorecen esta actitud transformadora.
- Excesivo miedo por las consecuencias negativas que pudieran surgir de las nuestras creaciones o exploraciones..

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Frases sobre Creatividad

“Hacer nuevas preguntas, investigar nuevas posibilidades, mirar los viejos problemas desde un nuevo ángulo requiere imaginación creativa y marca los verdaderos avances en la ciencia [...] La imaginación es más importante que el conocimiento: mientras el conocimiento es limitado, la imaginación engloba al mundo entero.” Albert Einstein

“El individuo creativo es capaz de cuestionar las suposiciones que los demás aceptamos.” John W. Gardner

“No hay nada como imaginar para crear futuro, ya que lo que hoy es utopía será realidad mañana”. Julio Verne

“Las mentes creativas son conocidas por ser capaces de sobrevivir a cualquier clase de mal entrenamiento”. Anna Freud

“La creatividad es el resultado de un duro y sistemático trabajo”. Peter Drucker

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

DESEO DE SABER (CURIOSIDAD)

Definición

Una persona con deseo de saber es aquella persona que tiene afán de conocimiento, ansia de aprender, sed de conocimiento.

Consideraciones generales

La Metafísica de Aristóteles se inicia con su frase *“Todos los hombres desean, por naturaleza, saber”*.

Los dos filósofos Aristóteles y Patón señalan como principio de la filosofía el deseo de saber, innato en todo hombre, excitado por la admiración y la curiosidad ante los fenómenos de la naturaleza.

El deseo de saber tiene que ver con la curiosidad ya que ésta podríamos definirla como deseo de saber, conocer, enterarse de cosas.

La curiosidad primitiva del niño y la niña se asocia a la pulsión de vida y a la necesidad de estructurarse, es decir, de crecer. Esta curiosidad lleva al niño y la niña a preguntarse por sus padres y madres y su lugar en ellos, su lugar en su familia y las generaciones que lo antecedieron. En función de las respuestas, el niño/a va adquiriendo un saber sobre sí mismo o sobre sí misma y sobre el mundo, para hacerse un lugar en él.

La curiosidad, el placer del descubrimiento, son espontáneos en el niño/a desde el comienzo de la vida. Estos pasan por varios elementos, desde la exploración del propio cuerpo hasta los objetos del mundo que lo rodea.

Alrededor de los 4 o 5 años, comienzan las preguntas de los *por qué*. ¿Y por qué llueve?, ¿Y por qué es viejita la abuela o el abuelo?, ¿Y por qué trabaja mamá o papá?, ¿Y por qué sale el sol?, ¿Y por qué no puedo dormir contigo papá/mamá?, ¿Y por qué no me dejan ver esa película?... ¿Y por qué esto, por qué lo otro?

¿De dónde vienen los niños/as? Es la gran incógnita. A partir de aquí se derivan otras preguntas básicas que se hace el niño o la niña y se hace el adulto, ligadas al gran misterio de la vida y de la muerte.

Los grandes interrogantes de la Filosofía: ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? ¿De dónde viene los bebés?, replican las preguntas de los niño/as.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Las niñas y niños preguntan y preguntan, y los adultos “llenan” esas preguntas con la batería de respuestas que tienen fruto de recurrir a la ciencia, a la religión y la propia historia de cada uno.

¿Y por qué? Vuelven a preguntar. Por más que el adulto se esfuerce en responder todo, los niños y niñas continuarán con sus preguntas aun un poco más.

Los adultos ya han perdido esa forma incesante de cuestionarse por las cosas, incluso llegando a sostener sin demasiada lógica algunas “verdades”, como si esto le diera cierta seguridad. Sus respuestas en muchas ocasiones son estereotipadas buscando evitarse cualquier tipo de cuestionamiento personal.

Sin embargo, en ocasiones los hijos e hijas no quedan satisfechos con nuestras certezas y ellos siguen preguntando. Incluso a veces provocando en el adulto que su mundo construido y lo ya sabido se tambalee.

Conforme van creciendo, los niños/as desarrollan cada vez más los instrumentos intelectuales y afectivos para llevar a cabo sus investigaciones y satisfacer su curiosidad.

Se trata de un universo en expansión en el cual cada vez hay más intereses, más relaciones con nuevos niños/as y con nuevos adultos y más cosas interesantes para ir descubriendo.

Entre los 3 y los 6 años el niño/a se encuentra inmerso en el descubrimiento de su propia persona y lanzado al descubrimiento del mundo. Lo hace desarrollando y perfeccionando instrumentos como el juego, el dibujo, las artes plásticas y el inicio de la lectoescritura.

El progreso o no que pueda hacer el niño/a en los sucesivos años en lo que tiene que ver con el aprendizaje formal en la escuela, se relaciona íntimamente con cómo el niño/a haya podido ir comprendiendo y asimilando el descubrimiento de sí mismo y el mundo. El hecho de aprender está íntimamente relacionado con el conocimiento de su origen, de su historia y de su propia realidad. Para aprender es necesario un equilibrio emocional.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Indicadores de la competencia

Cabría preguntarse cómo sabe alguien que ha descubierto algo.

Un descubrimiento solo es reconocido como tal si se lo recoge, si se le da un sentido social. Si se descubre algo valioso y no se tiene a quién mostrarlo, eso se queda ahí. Los padres y madres tienen en este caso un papel central porque serán los representantes de la sociedad y quienes le facilitan a la niña o al niño el acceso a los instrumentos. Es fundamental que los adultos le alienten y le valoren en sus “descubrimientos”.

Todos los logros que el niño/a va haciendo están a disposición de la fantasía y la imaginación. La imaginación utiliza instrumentos para el descubrimiento de nuevos mundos que transcurren más allá de lo que sucede aquí y ahora. Estos instrumentos son los que le permiten descubrir el mundo y descubrirse a sí mismo. A través del dibujo, del juego, del lenguaje, del baile, de las canciones...

La creatividad guarda íntima relación con la curiosidad. La creatividad sería la facultad de crear o la capacidad de creación. Consiste en encontrar métodos u objetos para realizar tareas de maneras nuevas o distintas, con la intención de satisfacer un propósito.

Es fundamental que el adulto sea capaz de reconocer la importancia de lo que el niño o la niña va descubriendo. Cabría decir que el padre o la madre debe actuar como un patrocinador de los descubrimientos del niño o la niña.

Y todavía más importante es entender que el adulto influye sobre la infancia porque le enseña cómo funcionan estos instrumentos y los estimula a usarlos. Al jugar o contar cuentos o usar su imaginación creativamente, consigue que al niño/a le llegue mejor lo que le desea transmitir.

Por tanto los logros que los niños/as puedan conseguir en el desarrollo de su imaginación, que se expresa en sus juegos, en su lenguaje, y en su comunicación en general son un producto de sus capacidades pero también de la estimulación que recibe. De ahí que sea tan importante el papel de los adultos en general, los padres y madres y los maestros/as, los abuelos/as....

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Frases

“Lo importante es no dejar de hacerse preguntas” Albert Einstein

“Todo hombre por naturaleza desea saber” Aristóteles

“Es un milagro que la curiosidad sobreviva a la educación reglada” Albert Einstein

“Cuando el niño destroza su juguete, parece que anda buscándole el alma” Víctor Hugo

“La curiosidad intelectual es la negación de todos los dogmas y la fuerza motriz del libre examen”. José Ingenieros

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

ESFUERZO

Definición

El esfuerzo es enfrentar las dificultades con el ánimo de superarlas para conseguir metas. El esfuerzo supone la realización de una acción enérgica para conseguir algo. Está íntimamente relacionado con la perseverancia y la disciplina.

El esfuerzo sirve para alcanzar nuestros objetivos. Nos lleva poner en nuestras tareas ganas y empeño para conseguir nuestras metas venciendo las dificultades y los obstáculos del camino y llegar hasta el final orgullosos de nuestros logros. Por lo cual para poder educar en el esfuerzo es necesario un paso anterior. El marcarse objetivos. En la primera niñez los objetivos serán marcados por los padres y educadores, y conforme vayan madurando irán marcándoselos ellos mismos.

Según palabras del pedagogo Oliveros Otero, *es la consecuencia de movilizar el arsenal de nuestras energías, para superar una resistencia, interna o externa, que obstaculiza el logro de un objetivo, de una meta, de un fin importante, sobre todo cuando está relacionado con nuestro crecimiento como personas.*

El esfuerzo por lo tanto, es **algo fundamental para la consecución de los valores**. Cualquier valor que queramos conseguir en la vida lleva consigo un esfuerzo propio.

Nos esforzamos porque sabemos que el resultado de esta lucha será nuestra mejora personal o la de otras personas. Eso es lo que nos da energías para superar esas resistencias.

Consideraciones generales

La **motivación** es una de las claves más importantes cuando hablamos de esfuerzo: no se puede realizar un esfuerzo si no estamos motivados. El esfuerzo es una respuesta que acompaña al convencimiento de que la acción requerida “merece la pena” que es lo mismo que decir que nos motiva para algo.

Los motivos que nos mueven pueden ser internos o externos. Los motivos internos son aquellos que se encuentran en nuestro interior y no dependen de nada ajeno a nosotros mismos (por ejemplo estudiar motivado por el deseo de saber) y los motivos externos son aquellas cosas que podemos conseguir o que nos aportan desde fuera (por ejemplo las buenas notas o las felicitaciones de la familia)

El esfuerzo supone tener confianza en nosotros mismos y en el futuro. Un desarrollo adecuado de esta competencia está relacionado con el éxito de los alumnos en los procesos de aprendizaje. Ante la pregunta ¿Se puede aprender sin esfuerzo? Se sabe que la respuesta es: No.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

persona que no se esfuerza es probable que se deje llevar por caminos que no han sido elegidos por ella misma (hice lo que podía, no lo que quería) y que no tenga sensación de autorrealización. Su vida se encontrará llena de limitaciones, pues percibirá cada obstáculo como una dificultad insuperable, sin poder discriminar si posee o no la capacidad para superarlo.

El esfuerzo no tiene sentido sin la perseverancia o la disciplina

La **perseverancia** es la capacidad para sostener ese esfuerzo durante un tiempo y no dejarnos llevar por nuestros cambios de humor o nuestros impulsos. La disciplina es la capacidad que tienen las personas para enfocar el propio esfuerzo y conseguir un objetivo. Sirve para modelar nuestro carácter y prepararnos para conseguir la máxima eficiencia.

El esfuerzo no es compatible con la impulsividad y la impaciencia. No controlar los impulsos. Dejarse llevar por lo que apetece en cada momento.

El esfuerzo puede ser anulado por algunas formas extremas de **perfeccionismo**. El perfeccionismo es la creencia de que el trabajo realizado que no se ajusta a nuestros ideales no es válido.

Aunque puede ser algo muy adaptativo y ayudarnos a implicarnos profundamente en la calidad y la valoración crítica de nuestro trabajo, llevado a sus extremos puede paralizar completamente a una persona, convirtiéndola en esclava de sus propios objetivos imposibles, pues la perfección no existe. Una persona excesivamente perfeccionista puede acarrear en su vida grandes problemas de autoestima y una sensación de permanente fracaso e inutilidad, ya que si gran ideal no le permite ver todas las destrezas y habilidades que posee.

Otra forma negativa de perfeccionismo es la llamada procrastinación, que se traduce en la afirmación de “no empezaré a hacerlo porque todavía no sé la manera ideal de llevarlo a cabo”. El miedo al fracaso y los problemas de iniciativa caracterizan a estas personas cuyos esfuerzos son neutralizados porque ellas mismas no son capaces de valorarlos.

Indicadores de la competencia

Una persona sabe esforzarse cuando...

- Se marca metas
- Reparte las actividades que requieran esfuerzo y no deja todo el trabajo pendiente para realizarlo a última hora.
- Planifica y prioriza el trabajo, y es capaz de ordenar las tareas en orden de dificultad u de importancia

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- Posee afán de superación. Cuando muestra constantemente ganas de mejorar en lo que hace
- No se queja ante pequeños fracasos
- Acaba las tareas que empieza.
- No deja que los cambios de humor afecten a la realización de las tareas que se ha propuesto.
- No culpa a los demás de sus propios fracasos, ni atribuye sus éxitos a factores externos como “el azar”.
- Tiene capacidad para el sacrificio
- Es responsable de sus actos

Los padres y madres saben que es importante ofrecer a sus hijos e hijas una educación basada en el esfuerzo y en la fortaleza del carácter. (Parece estar consensuada la idea de la necesidad de esforzarse para conseguir algo en la vida)

Sin embargo, en algunas ocasiones no saben muy bien cómo hacerlo.

Por otro lado, la sociedad del bienestar y el consumo nos está vendiendo la idea contraria a la necesidad de esfuerzo. Nos venden un mundo de comodidad donde el *comfort* se puede alcanzar sin trabajo y esfuerzo. Esta idea supone un coste que afecta de manera significativa a los niños y niñas y a jóvenes.

Como afirma el pedagogo Fernando G. Lucini, “El esfuerzo es un valor en crisis”. A valorar el esfuerzo no ayudan los programas de aprendizaje que venden un éxito fácil y un proceso educativo carente de dificultades. La cultura del esfuerzo está desapareciendo y en la actualidad los medios de comunicación lanzan mensajes en los que claramente el esfuerzo es algo que todos deseamos evitar. Los programas de enseñanza de idiomas son un claro exponente de este fenómeno “aprenda inglés sin esfuerzo” es un eslogan que todos hemos podido ver anunciado en alguna escuela o academia de idiomas.

Pero vivir una vida sin complicaciones y llena de placeres inmediatos tienes también sus riesgos, pues puede estar favoreciendo personalidades perezosas y conformistas, permanentemente en situación de fracaso. La otra cara de esta peligrosa moneda es que los logros alcanzados fácilmente carecen de valor, y al ser alcanzados nos sentimos incapaces de disfrutarlos.

La fuerza de voluntad se ejercita desde la primera etapa de la vida.

El niño y la niña se hace voluntarioso día a día. El ejercicio de la fuerza de voluntad hará que lo que al principio le resultaba tremendamente costoso se transforme después en hábito.

Más adelante le resultará sencillo ejercitar la fuerza de voluntad en el estudio y en su vida en general.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

El filósofo José Antonio Marina propone tres grandes herramientas para educar en el valor del esfuerzo y hacer entender a los niños y niñas que en ocasiones para alcanzar la meta a la que queremos llegar, hay que hacer cosas desagradables. Marina propone trabajar con **los premios, los castigos y el cambio en la manera de enfocar los retos.**

Los **castigos** pueden ser útiles en ocasiones siempre que sean razonables y proporcionales, pero son más útiles para que alguien deje de hacer algo que para que comience a hacerlo. Los premios, en cambio, pueden conseguir que una conducta deseada se repita y se convierta en hábito. Y no solo hablamos de regalos o premios económicos. Un premio es todo aquello que el niño pueda desear: permitirles hacer actividades que les gustan, elogiar sus logros y hacerles sentir eficaces son premios poderosos para cualquier persona.

Para el profesor de filosofía Francesc Torralba, uno de los grandes obstáculos para lograr una cultura del esfuerzo en familia es el **paternalismo/maternalismo excesivo**. Torralba observa que a menudo los padres y madres se ven dominados por su propia impaciencia y tienden a solucionar aquellas cosas que sus hijos se están esforzando por hacer. Este “ya te lo hago yo” puede interferir de forma negativa en el aprendizaje de la competencia, pues en lugar de animarles a que sigan intentándolo, tratamos de evitarles cualquier tipo de sufrimiento y solucionamos el problema, y les negamos la sensación positiva de logro conseguido y realización personal. Dominar la impaciencia y dejar a los niños intentarlo una y otra vez será crucial en el proceso de enseñar esta competencia y no favorecer niños dependientes, inconstantes y caprichosos.

Actitudes que dificultan el aprendizaje de la competencia

-el excesivo proteccionismo.

-**la cultura del me apetece** : Es importante que nuestras hijas e hijos **se acostumbren a hacer no sólo lo que les apetece, sino también lo que deben hacer** aunque no les apetezca, y en este sentido es importante que los padres y madres les marquen unas metas realistas apropiadas a su edad o capacidades(por ejemplo encargos y explicarles qué gana él o ella , la familia o la clase con ese encargo (motivación) y conforme van creciendo que se las marquen ellas o ellos solos(por ejemplo de estudio, de amistad...). Tenemos que ayudarles a marcarse metas.

-**una marcada valoración del ocio** y la inactividad por encima del trabajo o la actividad física, porque se inculcan valores desfavorables en los hijos. La cultura del ocio como algo ganado por el esfuerzo realizado es algo positivo. El ocio es imprescindible para poder descansar y coger energías para esforzarnos más. La actividad física, el deporte, ayuda a la cultura del esfuerzo

-**el miedo al compromiso**. Comprometerse con algo o alguien (por ejemplo con alguna persona, proyecto, empresa, equipo, etc...) es algo importante, pues cuando alguien

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

acepta un compromiso de alguna manera está ejerciendo su libertad y voluntad y saltando por encima de las dificultades y problemas que puedan surgir a lo largo del tiempo. Su decisión va a depender de su voluntad no de sus sentimientos ni de circunstancias externas que pueden ser cambiantes. El comprometerse significa que estoy dispuesto, a pesar de todas las circunstancias cambiantes que pueda haber, a seguir adelante. El ayudar a los hijos e hijas a comprometerse en la medida de sus capacidades y edad es importantísimo para en una visión positiva del esfuerzo (por ejemplo, comprometiéndose con su equipo deportivo, su grupo de amigas y amigos, actividades escolares, la organización de fiestas de curso, o en los consejos escolares.....)

Frases

“Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo total es una victoria completa” Gandhi

“Más se estima lo que con más trabajo se gana” Aristóteles

“Trate a las personas como si fueran lo que deberían ser y las ayudará a convertirse en lo que son capaces de ser” Goethe.

“Detrás de cada logro hay otro desafío.” Teresa de Calcuta

“La disciplina es la mejor amiga del hombre: lo lleva a realizar los anhelos más profundos de su corazón.” Teresa de Calcuta

“El verdadero buscador crece y aprende, y descubre que siempre es el principal responsable de lo que sucede”. Jorge Bucay

“No existe el fracaso, salvo cuando dejamos de esforzarnos”. Juan Pablo Marat

“Nuestra recompensa se encuentra en el esfuerzo y no en el resultado. Un esfuerzo total es una victoria completa”. Mahatma Gandhi

“Si se siembra la semilla con fe y se cuida con perseverancia, sólo será cuestión de tiempo recoger sus frutos”. Thomas Carlyle.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

ESPÍRITU CRÍTICO

Definición

El espíritu crítico es la capacidad del ser humano de cuestionar los principios, valores y normas que se le ofrecen en el entorno en el que se desenvuelve, siendo capaz de formarse un criterio propio que le permita tomar sus propias decisiones en las distintas situaciones que se le presentan.

Suele considerarse que una persona madura es aquella que se conoce bien a sí misma, conoce sus puntos fuertes y áreas de mejora, y que tiene la independencia y autonomía que un sano espíritu crítico le permiten.

El espíritu crítico está equidistante de dos extremos: la ciega obediencia a las opiniones, ideas, principios y normas impuestos al individuo desde instancias exteriores; y la rebeldía por la rebeldía que se opone por sistema a cualquier principio, idea o norma sugerida por instancias externas.

La persona con espíritu crítico cuestiona lo que otros le proponen, lo analiza, lo somete al escrutinio de su raciocinio, contrasta con otras informaciones, analiza desde el sentido común y la realidad, y acaba aceptándolo, reformulándolo o rechazándolo, total o parcialmente.

El espíritu crítico contiene fundamentalmente tres grandes actividades: contrastar datos e información, consultar diversas fuentes y profundizar en los hechos.

El espíritu crítico es especialmente importante para que nuestros hijos e hijas puedan hacer frente con madurez y serenidad a la presión del entorno, de un mundo hiperinformado y probablemente con una enorme cantidad de ofertas de diferentes ideologías y estímulos relacionados con el consumismo, el seguimiento de determinadas modas o, más concretamente, los cantos de sirena de las drogas.

Si la presión del grupo es un hecho que incide de manera muy decisiva en todas las personas, en el caso de los niños y niñas esta presión es aún mayor, y es necesario prestar una especial atención en la adolescencia.

La adolescencia suele ser la etapa de la rebeldía, del cuestionamiento de cualquier autoridad y de las normas de conducta que se vienen viviendo de forma más o menos pacífica en la unidad familiar o escolar. Pero sobre todo es en la adolescencia

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

donde la presión del grupo de amigos y amigas es más influyente en las ideas, opiniones y conductas de nuestros hijos e hijas.

Los padres y madres no podemos asustarnos ante esta realidad, sino afrontarla con serenidad, realizando un especial derroche de paciencia, comprensión, tolerancia, y, sobre todo, comunicación con los hijos e hijas.

El cuestionamiento de la autoridad

No podemos pretender que nuestros hijos cuestionen críticamente la oferta de drogas por parte de un amigo, si no hemos estimulado en ellos el espíritu crítico desde edades tempranas...este espíritu crítico lo aplicarán a los campos que los padres y madres consideren acertados, pero como no se pueden poner límites al campo, lo extenderán probablemente a otros muchos campos, por no decir la totalidad de los ámbitos del conocimiento y el comportamiento humano, entre otros, las normas de comportamiento propuestas en el hogar familiar, y los criterios de autoridad del padre y la madre.

Todos estamos de acuerdo en que la autoridad se propone, no se impone; el padre y la madre ganan su autoridad en el día a día de la relación con los hijos e hijas, y muchos son los factores que inciden en ella, pero señalamos aquí de manera específica: el ejemplo, la coherencia, la comprensión, la serenidad.

Si el periodo 3 a 6 es el que comienza a dar forma a la autoridad paterna o materna, esta se asienta en el de 7-10 y se confirma en el periodo 11-14.

Los padres y madres debemos estar preparados a confrontar con los hijos los principios y criterios de nuestras decisiones, atendiendo a la edad y la capacidad de cada hijo. Contrastar no significa ceder o negociar, sino estar dispuesto a dar razones, a escuchar las razones de nuestros hijos e hijas, y mostrar coherencia y serenidad en el diálogo con los hijos e hijas, siendo conscientes de que quizá no exista acuerdo, pero sí respeto, sabiendo que las normas familiares se adoptan teniendo en cuenta lo que los padres consideran lo mejor para los hijos e hijas. Pero lo cierto es que en algún momento los hijos e hijas acabarán preguntando “por qué”, si efectivamente se ha promovido el espíritu crítico.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Formarse un criterio propio

Nuestros hijos irán madurando en la medida en que vayan logrando mayores cotas de autonomía y responsabilidad personal, y esto pasa por formarse un criterio propio ante los distintos acontecimientos, situaciones y elecciones que se le presentarán necesariamente.

Especialmente durante la adolescencia, los hijos e hijas van a relacionarse muy estrechamente con la cuadrilla de amigos. Los amigos, la pandilla es el foro en el que se discuten la mayor parte de cuestiones que afectan a los adolescentes. Por ello es importante que los padres conozcan a los amigos de sus hijos e hijas, que conozcan a su grupo de amistades, y que estén dispuestos a debatir y argumentar sobre multitud de cuestiones. No pueden pretender que sus hijos tengan criterio propio con los amigos, pero no con los padres, y la presión del grupo (la necesidad de aceptación social) es muy fuerte en los adolescentes. La coherencia, el respeto, el diálogo abierto y sincero, y la propuesta de fuentes de información adaptados a la edad de los hijos suelen ser los mejores aliados de los padres en esta cuestión.

A la formación del criterio propio sigue la asunción de las propias normas de conducta y comportamiento, y el comienzo de lo que podríamos llamar la coherencia entre la vida y las propias ideas.

El criterio de lo que es lícito y de lo que no, la formación de la moralidad, y las normas de conducta, siguen de manera lógica a la formación de un criterio propio.

Indicadores del espíritu crítico

En etapas tempranas de la infancia, los niños y niñas aceptan la autoridad paterna y materna sin demasiadas fisuras salvo las propias del capricho, que suele ser pasajero. Las preguntas sobre el porqué de las cosas, suelen ser satisfechas con la respuesta de los padres.

Pero en torno a los 8-10 años, los niños y niñas empiezan a cuestionar los porqués y las explicaciones de los padres: utilizan nuevos argumentos, entre otros los de sus amigos y amigas, y comienzan a manifestar sus propios gustos y opiniones con mayor frecuencia y fortaleza.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Un niño o niña con espíritu crítico es aquel o aquella que:

- No se conforma con explicaciones derivadas del principio de autoridad (“porque sí” o “porque las cosas siempre han sido así”).
- Pregunta los porqué de las distintas situaciones, sucedidos, o problemas de su entorno: las injusticias, las catástrofes, incluyendo temáticas relacionadas con el sexo, la religión y la moralidad.
- Pregunta a los padres porqué han elegido su trabajo o a qué partido político votan, y por qué.
- Tiene curiosidad por saber los principios de los que derivan las normas de conducta personal, familiar, social o profesional
- Se cuestiona la información que recibe, y en caso de conflicto entre informaciones, pregunta o busca fuentes de información alternativas.
- Actúa conforme a su propio criterio, con coherencia.

Factores que favorecen el espíritu crítico:

- coherencia entre el pensar, decir, hacer
- dar razones de las normas o formas de vida familiares
- dialogar serenamente
- aceptar las consideraciones de los hijos e hijas
- fomentar la autonomía y responsabilidad personal
- conocer los amigos de los hijos e hijas, e incluso invitar a nuestra casa a las amigas y amigos de nuestros hijos e hijas.
- Fomentar el hábito lector, proponiendo lecturas adecuadas a cada edad.
- Enseñar un uso racional de las nuevas tecnologías

Factores que dificultan el aprendizaje de la competencia:

- Estilos muy autoritarios o muy permisivos en madres y padres
- Obediencia ciega
- El no por sistema
- La norma por la norma
- No revisar las normas ante los cambios de circunstancias familiares
- La filosofía del “me apetece”.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- La asunción sin cuestionar de lo políticamente correcto o de la moda

Frases célebres:

"El pensar bien consiste o en conocer la verdad, o en dirigir el entendimiento por el camino que conduce a ella". Jaime Balmes

"Todo el mundo se lamenta de su falta de memoria, pero nadie de su falta de juicio". La Rochefoucault

"Cuando uno no vive como piensa, acaba pensando como vive". Gabriel Marcel

"El equilibrio mental, juicio recto, valor moral, audacia, resistencia, forma de tratar al prójimo y cómo sacar el mayor bien de los contratiempos son cosas que no se aprenden en la escuela". Alexis Carrel

"En todos los tiempos y lugares el que expresa su verdad en voz alta, como la cree, lealmente, causa inquietud entre los que viven a la sombra de intereses creados". José Ingenieros

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

RESPECTO

Definición

Desde la aceptación de la propia realidad, tener una actitud abierta y tolerante hacia las opiniones, creencias y formas de expresión de otros con el objetivo de lograr la convivencia en armonía.

El respeto es el reconocimiento de (que algo o alguien tiene) valor que debe ser admirado y querido, es el reconocimiento, por tanto, (a lo distinto) a la dignidad. . . Consiste en que una persona o colectivo reconozca, tenga consideración, cuidado y aprecio por las cualidades de algo propio o ajeno, que puede ser otra persona, la naturaleza, las leyes, una cultura o país distinto.

Respetarse a sí mismo y respetar a los demás

Respetarse a uno mismo significa aceptar la propia dignidad, identidad, y es entonces, (como individuo distinto) desde la propia aceptación y estima, como se puede aceptar a otra persona, la existencia del otro.

El respeto hacia la propia persona es el componente más importante de la autoestima.

Para ejercer el respeto hay que mostrarlo hacia los demás y también conseguir que se muestre hacia nosotros. Cuando aceptamos ofensas, violencias y humillaciones, estamos dejando de mostrar respeto hacia la propia dignidad.

Respeto y tolerancia

Otras habilidades y valores relacionados con el respeto y necesarias para su ejercicio son la tolerancia, la actitud abierta, la escucha, la generosidad o la lealtad. Tolerancia significa el grado de aceptación de lo distinto que podemos llegar a tener o admitir.

La tolerancia se encuentra en estrecha relación con el poder. A mayor cantidad de poder es necesaria más responsabilidad; por tanto, ejercer de forma más activa la tolerancia, puesto que la capacidad de fragilizar y abusar de las relaciones es mayor. Esa responsabilidad solo es posible desde el sentimiento de respeto y las acciones a las que este sentimiento nos lleva: abrirnos al otro, escuchar, mostrarnos generosos y leales con nosotros mismos y con los demás.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Respetar para convivir

El respeto se basa en la dignidad y en el reconocimiento de la igual dignidad de todas las personas, que debe ser la base de nuestras relaciones: Tratar a cada persona como un bien en sí mismo, no como medio para conseguir algo.

Supone aceptar que los demás son tan importantes como yo, por lo tanto no puedo utilizarlos como medios: es saber poner al otro como límite a mi deseo..

El respeto es una base muy importante alrededor de la cual se organiza la vida en comunidad. La pluralidad consiste en la coexistencia de diferentes posturas e ideas sobre la vida o sobre algún tema concreto. Sin respeto no puede darse la confianza suficiente para la paz y la vida en sociedad.

Entender la diversidad como riqueza.

La diversidad es un hecho, existe como tal, y por eso debe ser respetada. Además, es la diversidad la que nos permite aprender de otros y nos aporta nuevas experiencias e ideas. La pluralidad es una característica humana. Oponerse a ella es esforzarse en vano, puesto que no puede dejar de existir diversidad entre las personas. Para reforzar la idea de diversidad tenemos que dar valor a cada forma de ser persona, legitimando todas las posibilidades y promoviendo su cultivo.

Evidenciar nuestras diferencias.

Todas las personas somos diferentes, lo que genera que las posibilidades resulten infinitas, siendo este hecho de diversidad un gran valor ya que nos hace ser únicos. Por ello, merece la pena hacer explícitas estas diferencias, pues es precisamente porque somos distintos que nos buscamos para convivir y obtenemos satisfacción y realización en la interacción con los demás. Si no existieran diferencias tampoco podría existir la curiosidad, la admiración, la atracción y todas las emociones que pueden sentirse al entrar en contacto con otra persona.

Utilizar los plurales para reforzar la idea de la diferencia y la diversidad, dotando así de mayor coherencia a nuestro mensaje, pues sabemos que no es lo mismo hablar de cultura que de culturas, de religión o religiones, de "la verdad" o de nuestras creencias.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

La diversidad es por tanto una oportunidad para el auto conocimiento y un reto constante al establecer relaciones a lo largo de toda la vida. Una actitud comprensiva, consistente en intentar comprender antes que juzgar al otro, es fundamental para interiorizar este valor que nos acerca a los demás y permite la convivencia en relación. El respeto implica un interés por el otro no egoísta. Un verdadero interés por lo distinto. Es una obligación aceptada.

Para el filósofo Immanuel Kant, el respeto significa responsabilidad hacia uno mismo y esto a la vez significa ser libre. No existe libertad sin respeto ni respeto sin libertad.

Para Kant, los seres humanos deben ser respetados porque son un fin en sí mismos. Tratarlos como medios para conseguir otros intereses anularía su dignidad como personas y sería por tanto una grave falta al respeto. Simplemente por el hecho de ser humanos, tenemos ese gran valor intrínseco y absoluto.

Humberto Maturana piensa que la aceptación y el respeto hacia los otros se desarrollan desde la infancia y solo puede partir desde el respeto hacia uno mismo. El respeto hacia el otro nos abre la puerta al mundo de la convivencia y el respeto a uno mismo nos guía hacia la responsabilidad y la madurez de la vida adulta.

Indicadores de la competencia

Una persona respetuosa es probable que...

- Identifique en su persona rasgos peculiares de diversidad.
- Se valore a sí mismo, se tenga estima.
- Muestre rechazo ante las distintas formas de discriminación y vulneración de los derechos humanos.
- Exprese asertivamente sus opiniones y deseos, sin imponerlos a los demás
- Escuche las opiniones de los demás, aunque no las comparta
- No se mueva hacia el conflicto ante una opinión contraria a la suya
- Se integre en grupos sociales en la escuela, el barrio, etc.
- Exprese rechazo cuando no se muestra cuidado hacia la naturaleza
- Manifieste sentido de la identidad y de pertenencia a una comunidad
- Trate de conocerse a sí mismo y de conocer a las personas con las que se encuentra
- Piense que todo ser humano es digno de aceptación
- Exprese conductas coherentes con sus pensamientos y opiniones

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

- Participe con la familia, los compañeros o profesores en actividades pro sociales o que impliquen el cuidado de otras personas y de la naturaleza.
- Cumpla su palabra y compromisos.
- Sea cortés

Factores que dificultan el aprendizaje de la competencia

- Para respetar tenemos que adoptar una actitud activa, no se puede respetar sin hacer por el otro proactivamente, respetar no puede consistir en no mostrar actitudes negativas, sino en poner de nuestra parte por los demás.
- Respeto no significa cortesía, buenas maneras o amabilidad. Ser amable y mostrar disposición a ayudar es importante pero la conducta no es la base del respeto. Debe ser un valor interiorizado y vivido como propio, y no solo un comportamiento superficial que se pone en práctica para evitar el conflicto.
- Así como la cortesía puede obligarse, el respeto no puede ser impuesto pues significa entender y aceptar la diferencia y por tanto la peculiaridad de cada persona. Habitando a los niños en conductas respetuosas y acompañando este ejemplo con explicaciones claras, podemos, eso sí, favorecer una actitud de este tipo. El respeto tampoco puede darse desde la concesión ni desde la indiferencia. Para respetar al otro es necesario conocerlo, tratar de entenderlo.
- Respetar, asimismo, tampoco es asumir valores, creencias que no nos corresponden.. El conocimiento de la propia identidad, la conciencia de uno mismo se alcanza en la relación con los demás”. En lo que nos distingue del otro encontramos y descubrimos nuestra propia identidad .

Frases

“La bondad es el principio del tacto, y el respeto por los otros es la primera condición para saber vivir”. Henry F. Amiel

“Nada resulta más atractivo en un hombre que su cortesía, su paciencia y su tolerancia”. Marco Tulio Cicerón

“El carácter y el valor se construyen respetando la iniciativa y la independencia de los hombres”. Abraham Lincoln

“La amistad sólo podía tener lugar a través del desarrollo del respeto mutuo y dentro de un espíritu de sinceridad”. Dalai Lama

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

BIBLIOGRAFÍA POR COMPETENCIAS

VIÑETAS www.e-faro.info

SEÑOR GONZÁLEZ, L., *Diccionario de citas célebres*, Espasa Calpe, Madrid, 1998.

APRENDIZAJE CONTINUO

URRA, J., *¿Hay alguien ahí? Selección de artículos de opinión*, Pirámide, Madrid, 2008.

VALLÉS ARÁNDIGA, A., *Cómo desarrollar la autoestima de los hijos*, E.O.S., Madrid, 1998.

WARNER P., *Tu hijo juega y aprende : 150 juegos y actividades de aprendizaje para niños de 3 a 6 años*, Oniro, Barcelona, 2004.

ALONSO TAPIA, J., *Motivar para el aprendizaje. Teorías y estrategias*, Edebé. Barcelona, 1997.

ASUNCIÓN DEL RIESGO Y ACEPTACIÓN DEL ERROR

CLEMES, H y REYNOLD, B., *¿Cómo desarrollar la autoestima en los niños?*, Gedisa, Barcelona, 2003.

TAYLOR, J., *Motiva y estimula a tus hijos*, Edaf, Madrid, 2004.

AUTONOMÍA Y RESPONSABILIDAD

FERNÁNDEZ DIAZ, M.^a A., IDOATE IRIBARREN, J.L., IZAL MARIÑOO, M.^a C., y LABARTA CALVO, I., *Desarrollo de conductas responsables de 3 a 12 años*, Gobierno de Navarra, Departamento de Educación y Cultura.

GOOTMAN, M., *Guía para educar con disciplina y cariño*, Médici, Barcelona, 1997.

GURTLER, H., *Los niños necesitan normas*, Médici, Barcelona, 2000.

MARCET BONEL, P., *Cómo conseguir que tu hijo valore el orden*, Casals, Barcelona, 2009.

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

URRA, J., *El pequeño dictador. Cuando los padres son las víctimas*, La esfera de los libros, Madrid, 2006.

ZAGURY, T., *Poner límites a tu hijo cómo, cuándo y por qué decir "no"* RBA Integral, Barcelona, 2005.

COOPERACIÓN

MARCEBONEL, P., *Cómo conseguir que tu hijo quiera obedecer*, Casals, Barcelona, 2008.

RODRIGUEZ, N., *Aprende a comunicarte con tu hijo*, Grijalbo Mondadori, Barcelona, 2001.

URRA, J., *¿Hay alguien ahí? Selección de artículos de opinión*, Pirámide, Madrid, 2008.

www.solohijos.com *¿Cómo mejorar la comunicación con nuestros hijos?*

CREATIVIDAD

CAVERIC JOHNSON, M., *Creatividad revista psicología online*, Santiago de Chile

CLEMENTE, M., y VIDAL, M.A., *Televisión: impacto en la infancia*, Siglo XXI, Madrid, 2000.

GONZÁLEZ RAMIREZ, J.F., *Televisión y Juegos Electrónicos ¿amigos o enemigos?*, E.O.S., Madrid, 1999.

GUILFORD, J., *Creatividad y Educación*, Editorial Paidós, Barcelona, 1991.

HUESO, M.A y ARTOLA, T., *Cómo desarrollar la creatividad en los niños*, Palabra, Madrid, 2008.

LÓPEZ QUINTAS, A., *Artículo "La creatividad en la vida cotidiana"*.
www.riial.org/espacios/dpersona_doc6cv.pdf

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

MASLOW, A. H., *La amplitud potencial de la naturaleza humana*, Trillas, México, D. F., 1982.

ESFUERZO

LAHOZ, J.M^a., *Aumentar, recuperar o perder autoridad ante nuestro hijo*,
<http://www.solohijos.com>

LUCINI, F.G. , *Artículo “El valor del esfuerzo”*
www.elpais.com/articulo/educacion/valor/esfuerzo/elpedupor/20051107elpepiedu_1/Tes

MARCET BONEL, P., *Cómo conseguir que tu hijo valore el esfuerzo*, Casals, Barcelona, 2008.

MARINA, J.A., *El misterio de la voluntad perdida*, Anagrama, Barcelona, 1997.

NARDONE, G., *Modelos de familia: conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*, Herder, Barcelona, 2003.

NAOURI, A., *Padres permisivos, hijos tiranos*. Ediciones B, Barcelona, 2005. (Con participación de Javier Urrea en la presentación del libro).

SAVATER, F., *El Valor de Educar*”, Ariel, Barcelona, 1999.

TORRALBA, F., *El esfuerzo, deseo, límite, posibilidades*, Ed. Milenio, Lérida, 2009

URRA, J., *“Hijos tiranos”*, artículo publicado en la revista electrónica de información para padres. www.aepap.org

ESPÍRITU CRÍTICO

LÓPEZ ROMERO, M^a A., *Papás Blandiblup*, San Pablo, Madrid, 2009.

MARINA, J.A., *El misterio de la voluntad perdida*, Anagrama, Barcelona, 1997

DEFINICIÓN DE LAS COMPETENCIAS

MARSELLACH UMBERT, G., *La autoestima en niños y adolescentes*,
<http://www.ciudadfutura.com/psico/articulos>

SAMALIN, N., *Con el cariño no basta*, Medici, Barcelona, 1993.

DESEO DE SABER

FODOR, E., y MORÁN, M., *Todo un mundo por descubrir*, Pirámide, Madrid, 1999.

FODOR, E., y MORÁN, M., y MOLERES, A., *Todo un mundo de sorpresas*, Pirámide, Madrid, 2004.

FODOR, E., y MORÁN, M., y GARCÍA-CASTELLÓN, M.C., , *Todo un mundo de sensaciones*, Pirámide, Madrid, 1997.

RESPETO

KANT, IMMANUEL ., *OBRAS COMPLETAS I (CRITICA DE LA RAZON PURA; PROLEGOMENOS A TODA METAFISICA FUTURA; RELATO DE LA VIDA Y EL CARACTER DE IMMANUEL KANT, POR LUDWIG ERNST BOROWSKI)*, Gredos, Madrid, 2010.

MATURANA ROMESIN, H., *El sentido de lo humano*, JC Saez Editor, Santiago de Chile, 2003.

PASCUAL SORBÍAS, P., *Respeto y autoridad*, <http://www.solohijos.com>

STEEDE, K., *“Los 10 errores más comunes de los padres” cómo evitarlos*, Edaf, Madrid, 2005.