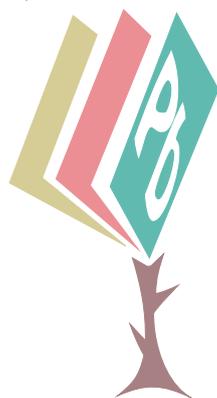


e-books de la

Pedagogía Blanca

¡Valórales!

**8 estrategias para
ayudar a desarrollar
una sana autoestima
a tus alumnos**



PEDAGOGÍA BLANCA
pedagogiablanca.com

Autora:

Azucena Caballero

©

2014 - Todos los derechos reservados

¡Valóralos!

8 estrategias para ayudar a desarrollar una sana autoestima a tus alumnos

Introducción

Con este mini e-book, en esta ocasión desde la Pedagogía Blanca queremos darte unas pautas, unas estrategias, que te van ayudar que tus alumnos desarrollen una sana autoestima. Vamos a darte consejos para poner en práctica dentro de tu aula.

Tenemos ocho, exactamente igual que dimos ocho estrategias para implementar en el hogar, pero orientadas a tu labor en el aula.



Estrategia

1

Nunca le avergüences en público.



Esto es muy importante porque muchas veces no nos damos cuenta y sin querer **los profesores alguna vez no sabemos pararnos y sin querer decimos algo que hace que el estudiante, el alumno, se sienta avergonzado por varios motivos.** A veces porque le interrumpimos cuando habla y damos por hecho algo cuando el quería decir otra cosa, porque a veces usamos un tono inadecuado, o las palabras que usamos hacen que el niño se sienta mal, se sienta avergonzado. Se sienta quizá humillado delante de los compañeros...

Es algo que debemos evitar a toda costa.

Nosotros debemos tratar a nuestros alumnos como si fueran los mejores niños del universo y hemos tenido nosotros la suerte de que hayan caído en nuestra aula, porque en el fondo probablemente sea así, te encuentres



8 estrategias para para ayudar a desarrollar una sana autoestima a tus alumnos.

unos niños maravillosos que sencillamente necesita que les ayudemos a que ellos también lo sepan.

Por lo tanto actúa en consecuencia, no les avergüences en público, por favor **intenta controlar lo que dices, en qué tono y como les respondes y reaccionas ante ellos.**



Estrategia

2

Déjales tiempo para pensar,
no les pidas respuestas instantáneas.



Esta estrategia es muy importante porque en ocasiones, no todos pero sí algunos maestros y profesores, nos ponemos nerviosos y queremos que contesten rápido. Si parece que tardan parece que es que no lo saben o no les interesa o que han desconectado y queremos pasar rápido a otro niño o a otra cosa, y la realidad es que **muchas veces necesitan un poquito de tiempo para pensar, sobre todo si se trata de un alumno introvertido.**

En el aula tenemos niños de todo tipo, tenemos niños extrovertidos, niños introvertidos, y tenemos niños con distintas necesidades emocionales, con distinto desarrollo en sus habilidades sociales, y por lo tanto tenemos que intentar tener cuidado sobretodo según avanza el curso, que vamos conociéndoles más, estemos atentos y démosles tiempo para pensar.



Estrategia

3

No les interrumpas.



Date cuenta de cómo a ti, como adulto, cuando estás intentando explicar algo y te interrumpen porque el otro da por hecho que ya sabe lo que quieres decir, te corta y no te deja terminar, te molesta ¿verdad? y te sientes mal, como si la otra persona pensara que eres tonto, o que lo que vas a decir no es interesante...

Así que **es importante darse cuenta de como nos sentimos para empatizar con los sentimientos de nuestros alumnos.**

No les interrumpamos.

El hecho de escucharles, de dejar que ellos se expresen, de atender lo



8 estrategias para para ayudar a desarrollar una sana autoestima a tus alumnos.

que dicen, les deja que ellos puedan desarrollarse plenamente y **les refuerza en ese mensaje que intentamos trasladar de que ellos son valiosos y lo que ellos piensan y dicen importa.**



Estrategia

4

Corrígeles en privado.



Esta estrategia es un poco difícil llevarla a la práctica, pero es posible llevarla a cabo. Esta estrategia está vinculada a la primera, “No les avergüences”. Cuando un niño actúe de manera incorrecta, paramos ese comportamiento, lo frenamos, y seguimos con la dinámica de la clase, y luego, en un momento en que podamos le explicamos porqué ese comportamiento no es adecuado y qué puede hacer en lugar de eso. En realidad esta estrategia se basa en tratar a tus alumnos como te gusta que te traten a ti si te equivocas en algo. Los niños son seres humanos como nosotros, así que muchas veces basta con recordar como deseamos ser tratados nosotros.



Estrategia

5

Permíteles encontrar un mejor amigo con intereses y habilidades similares.



Deja que tus alumnos sí tengan un mejor amigo con quien compartir sus intereses, aficiones y habilidades. En algunos institutos están haciendo que cuando los niños o las niñas tienen un mejor amigo o mejor amiga les separan e impiden que se sienten juntos. Incluso pasan las listas de clase con fotos, flechas e indicaciones al profesorado, advirtiéndoles de que no dejen sentarse juntos a dos estudiantes, porque son muy amigos.

¿Sabes lo importante que es para un niño tener un amigo con quien compartir sus deseos, sus dudas, sus curiosidades...? **¿Te haces una idea de lo beneficioso que es para la autoestima de cualquier niño tener un buen amigo, un amigo leal?**



Por favor, deja que los niños de tu clase sí tengan un mejor amigo.

No les desacredites, no les separes, al contrario, anímales a que lo tengan y permitirles no solo que lo encuentren, si no que puedan estar con esa persona.



Estrategia

6

Recuérdales que su opinión también cuenta.
Invítales a expresarla.



Esta estrategia es fundamental. **Ayuda mucho a que se mejore la autoestima de los niños.** Consiste en que de vez en cuando les recuerdes que su opinión también cuenta e invítales a expresarla. Que en tu aula no suceda lo que en muchas aulas, en donde los chavales evitan hablar y prefieren no comentar porque si comentan puede ser que hagan el ridículo o que alguien se burle de ellos. Como aquí vamos practicar la estrategia número uno "nunca les avergüences en público" y vamos a practicar también la número tres "no les interrumpas" y la número dos "déjalos tiempo para pensar" y todas las que hemos nombrado anteriormente, pues ahora **lo que vamos a hacer es invitarles a expresarse, recordándoles que su opinión si cuenta y de que estás encantado de que participen.**



Estrategia

7

Trabaja en el desarrollo de las habilidades sociales de manera frecuente en el aula.



Cada día si puedes dedica un rato en clase a trabajar emociones y a trabajar habilidades sociales. Trabajar las emociones es muy importante para que ellos aprendan a reconocer como se sienten y sepan expresarlo verbalmente. Y trabajar las habilidades sociales hace que la comunicación entre todos sea mucho más fluida, que desaparezcan muchos rasgos de violencia, que no tiene por qué ser física, a veces es verbal o gestual.

A mi me gustó mucho un artículo del que ya hablé en el blog de la Pedagogía Blanca en el que la maestra Laura Cadler daba **seis pasos para trabajar las habilidades sociales en el aula.**



8 estrategias para para ayudar a desarrollar una sana autoestima a tus alumnos.

1. Discutir la necesidad de desarrollar habilidades sociales.

Antes de que puedas ayudar a un niño a mejorar sus habilidades sociales él ha de entender por qué es importante tenerlas. Propón a tus estudiantes (o a tus hijos, equipo deportivo al que entrenas, etc) trabajar de vez en cuando en la mejora de alguna de estas:

- Aceptar las diferencias
- Pedir ayuda
- Comunicar de forma clara
- Elogiar a otros
- Mostrar desacuerdo de forma educada
- Animar a otros
- Seguir indicaciones
- Escuchar activamente
- Participar equitativamente
- Resolver conflictos
- Compartir materiales
- Mantenerse enfocado en lo que se está trabajando o haciendo
- Respetar turnos
- Asumir riesgos
- Usar un tono de voz moderado
- Esperar pacientemente

2. Escoger la habilidad social a trabajar.

Puedes escoger una tú para tu aula o puedes dejar que ellos elijan en cual quieren trabajar primero. Puede ser bueno empezar por la de elogiar, así de paso se trabaja en el no “machacar” la opinión de otro cuando comentan, etc.

3. Enseñar la habilidad social.

Este paso no es tan obvio como podría parecer. No es suficiente decir: ” Hay que ser agradable” Tienes que ayudar a los estudiantes a identificar exactamente lo que tienen que hacer y decir con el fin de mejorar la habilidad social escogida. Pide a tus estudiantes una lluvia de ideas sobre lo que habría que hacer y decir cuando se está mostrando esa habilidad social.

4. Practicar la habilidad.

Proporciona ambientes y actividades que favorezcan el uso de la habilidad social que estáis trabajando: Mesas redondas, debates, trabajar en proyectos por equipos, juegos cooperativos, etc.



8 estrategias para para ayudar a desarrollar una sana autoestima a tus alumnos.

5. Pausa y reflexión.

Durante las actividades en clase haz algunas pausas para destacar y reflexionar como alguien está usando esa habilidad y que todos puedan comentarlo.

6. Revisión.

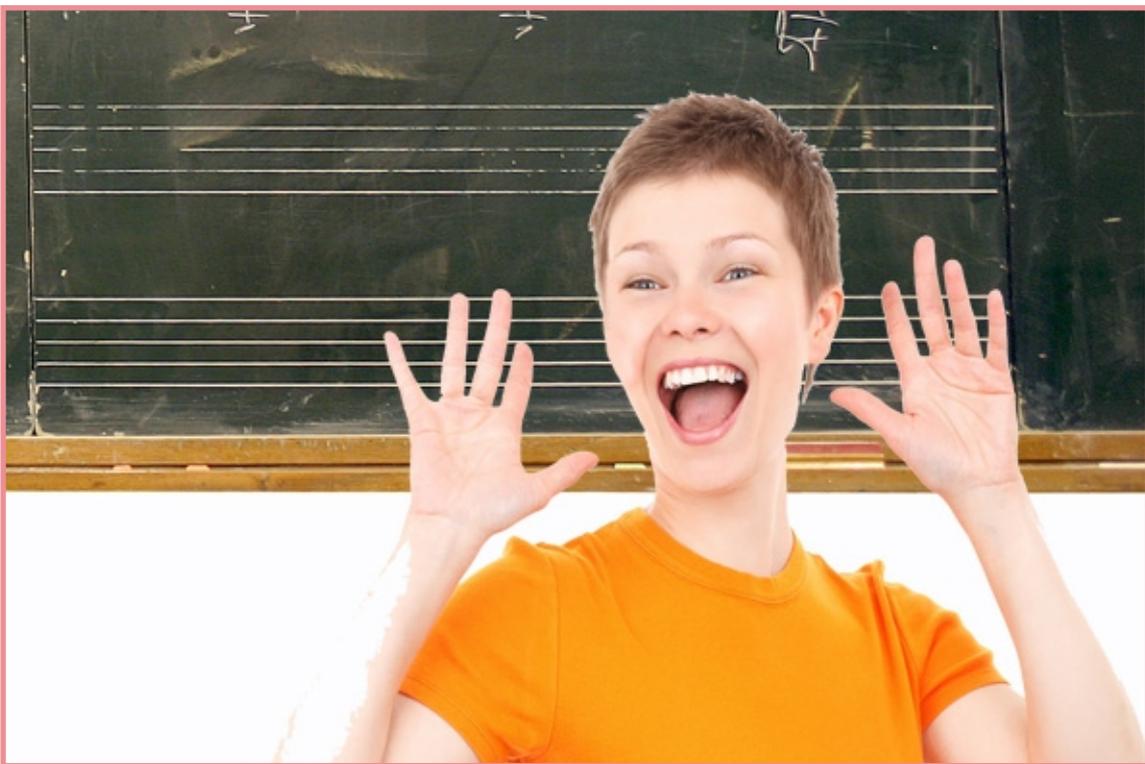
Pasado un tiempo, revisad y reflexionad sobre como habéis trabajado juntos. Propón una lluvia de ideas en este caso sobre las cosas buenas que han ido sucediendo y que han aportado estas nuevas habilidades que todos habéis trabajado.



Estrategia

8

Agradece verbalmente todo buen comportamiento y elogia todo logro.



Haz que se sientan valiosos y valorados. Esta estrategia está muy vinculada a lo que hemos estado haciendo con la séptima estrategia. Así que tú tienes que ser el ejemplo, el primero que agradezca verbalmente todo buen comportamiento y elogie todo logro por pequeño que sea. Haz que se sientan valiosos y valorados, que sientan que son personas que aportan.

Ayudarles a mejorar como personas y aumentar su autoconfianza está en tu mano.
Sé agente del cambio.



©2014 *Pedagogía Blanca*