



10 Paso para Fomentar

La Confianza Creativa

The LEGO® Group
©2024

Somos Imparables Somos



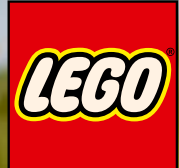
Adquirir Confianza Creativa

¿Qué significa? ¿Y por qué es tan importante?

La confianza creativa es confiar y creer en el crecimiento creativo de uno mismo y en nuestras propias habilidades. Significa tener la seguridad para generar ideas, tomar riesgos, alzar la voz y contribuir con soluciones únicas sin miedo a ser juzgado o al fracaso. La confianza creativa ayuda a la innovación, a la habilidad de resolver problemas, a la adaptabilidad y la resiliencia, la expresión personal y mantiene el amor por aprender ¡vivo!

Los padres de familia que consultamos estuvieron de acuerdo con nosotros y nos dijeron que la confianza creativa es importante en los niños para:





Aquí como luce la confianza creativa en acción:

Libertad para explorar

La confianza creativa alienta una mentalidad curiosa permitiéndole a la gente joven explorar nuevas ideas y posibilidades, sin miedo a ser juzgado o a fracasar.

Toma de riesgos

La gente con confianza creativa está más dispuesta a tomar riesgos y dar pasos fuera de su zona de confort.

Solución de problemas

La confianza creativa permite a los niños enfrentar los retos desde una perspectiva fresca, llegando a soluciones innovadoras que pueden no ser tan aparentes desde el pensamiento convencional.

Adaptabilidad

La confianza creativa ayuda a los niños a navegar por la incertidumbre con resiliencia en un mundo rápidamente cambiante.

Colaboración

Cuando los niños confían en sus habilidades creativas tienen mayor probabilidad de contribuir con sus perspectivas únicas, ayudando a crear un ambiente colaborativo y conexiones más profundas.

Empoderamiento personal

Crear en nuestra propia habilidad para generar soluciones creativas mejora la autoestima y el bienestar personal.

Expresión creativa

Sentirse seguro de expresar su propio ser y sus propios intereses permite a los niños sentirse vistos y conocidos por quienes ellos son desde lo más profundo, haciéndolos sentir más cómodos con su expresión y creatividad propias.

Global Research comisionada por the el Grupo LEGO después de entrevistar a más de 61,500 padres de familia e hijos revela que el lenguaje cotidiano puede apagar la creatividad:

Palabras Perfeccionistas

Frases como “no hay tiempo para cometer errores” o “siempre da lo mejor” pueden poner la vara demasiado alta. Esta clase de palabras pueden hacernos buscar la perfección y ponernos estándares poco realistas.

Prejuicios de género

Los estereotipos – tales como alentar a los niños a ser asertivos, audaces y a tomar riesgos; pero a las niñas incentivarlas para ser educadas, cariñosas y no arriesgadas – puede desalentar la valentía creativa. También puede limitar la confianza de un niño para expresarse creativamente o tomar riesgos creativos y en lugar de eso promover la conformidad.

Lenguaje limitante

Algunas veces el lenguaje que utilizan los adultos cuando hablan de intereses o aspiraciones puede inadvertidamente transmitir limitaciones. Frases como “Oh, eso es para los niños” puede crear barreras y desalentar a las niñas a explorar ciertas metas creativas, y viceversa también.

Desaliento sutil

Pistas sutiles, como que un adulto se acerque a ayudar en algún proyecto retador sin habérselo pedido, puede contribuir a que un niño dude de sí mismo, señalándole sin intención una falta de confianza en sus habilidades.



La Confianza Creativa

1 Anteponer el Progreso a la Perfección

Muchos niños sienten la necesidad de ser perfectos a causa de la sociedad, la cultura o de sus propios pensamientos. Pero solo cambiando la forma en que hablamos los adultos, podemos aliviar la tensión. En lugar de enfocarnos en resultados sin errores, celebremos los pequeños triunfos de desarrollo creativo. Diga cosas como esta: "¡Me encantaron los colores que escogiste!"

2 Juegue con las Palabras

¡Cuidese de los estereotipos de género al hablar de las ideas creativas! Todos caemos en esta trampa. Y todos sabemos que la sociedad como conjunto también lo hace – al utilizar palabras como "genio", "listo", "valiente" con más frecuencia para describir el trabajo de los niños. Mientras que palabras como "lindo", "tierno" y "precioso", se utilizan más comúnmente para describir el trabajo de las niñas. Mézclelos. Aliente a su hijo(a) a hacer preguntas y desafiar esos estereotipos. Es importante tener pláticas abiertas sobre como la sociedad, en algunos casos, espera cosas distintas de los niños y las niñas.

3 Celebre los Contratiempos

No existen los fracasos, ¡son solo oportunidades de crecimiento! Mostrarles cómo aprender de los errores resulta valioso cuando se comparte entre la familia. Juegue con eso – construya una "Gráfica de Recompensas" con una base grande de LEGO® y agregue una pieza nueva, como una minifigura o mini muñeca, cada vez que un miembro de la familia comparta una historia en donde se sobrepuso a un contratiempo. Pronto tendrán un escenario ¡que todos formaron juntos!

4 ¡ARGH! Construya Tolerancia a la Frustración

Ser creativo significa tranquilizarse con la frustración y hacerse amigo del malestar. Considere una serie de retos divertidos para usted y su hijo(a), tales como "El Reto de los Ojos Cerrados". Junte bricks de LEGO aleatoriamente. Cierre los ojos y construya algo sin verlos. Cuando termine, comparta los retos que enfrentó, comparta sus pensamientos y sentimientos, analice las estrategias que empleó y las sorpresas que surgieron.

5 Cultive una Mentalidad de Crecimiento

Tener una mentalidad de crecimiento significa creer que puedes ser mejor, trabajando duro y sin rendirte nunca, en lugar de pensar que crecimos sólo con ciertas habilidades. Cuando los niños tienen esta mentalidad de crecimiento, tienen mayor probabilidad de salir de momentos difíciles, disfrute aprender cosas nuevas y manténgase listo para enfrentar nuevos retos, aunque parezcan difíciles.

6 Reduzca la presión: elogie el proceso

Para evitar la presión de la trampa del elogio, considere elogiar el esfuerzo y no la habilidad. Por ejemplo, en lugar de decir: "Eres un gran artista". Podría mejor decir: "Has escogido colores y patrones muy interesantes" o "Me encanta ver cómo te expresas con tus diseños LEGO".

7 ¡Considere el juego, su Superpoder!

Como cualquier otra habilidad, la confianza creativa se desarrolla con el tiempo. Utilice el tiempo de juego para hacer preguntas de respuestas abiertas, alentando así a su hijo(a) a compartir más y descubrir su valor creativo. Por ejemplo, durante una sesión de juego simulado, usted podría decir: "Cuéntame sobre la historia que estás escribiendo." o "¿Qué es lo que más te gusta de este juego?"

8 Presente modelos inspiradores a seguir

Ayude a sus hijos a descubrir una serie de modelos de conducta que despierten su creatividad y fomenten su confianza. Hable con sus hijos sobre otras personas que lo inspiren a usted. Ya sea un amigo, un miembro de la familia o alguien ajeno a usted a quien admire, explique cómo los logros de esta persona pueden servir como un poderoso recordatorio de que todos somos capaces de conseguir grandes cosas.

9 Salga de su Zona de Confort

Los niños aprenden lecciones observando a los adultos hacer cosas. Cuando nos ven intentando cosas nuevas, sobre todo cuando es algo difícil, se les está enseñando que con la práctica se pueden hacer mejor las cosas. Entonces, ¿por qué no intentar hacer algo nuevo con su hijo(a)? ¿Se le antoja jugar con pintura de agua? Miren un tutorial juntos, y cuando las cosas parezcan ponerse difíciles, enséñeles cómo utilizar un lenguaje con mentalidad de crecimiento, por ej.: "Todavía no soy muy bueno en esto" o "Saca tus patines e inténtalo, aunque ya hayan pasado muchos años." Haga que lo vean tomar riesgos, y así aprenderán de usted pero lo más importante: ¡pasen un gran momento juntos!

10 ¡Revise su progreso!



1

Anteponer el Progreso a la Perfección



Muchos niños dicen sentirse presionados en ser perfectos debido a una combinación de factores sociales, culturales e individuales.

Pero hay buenas noticias.

Al crear un ambiente que apoye, nutra y valore el pensamiento creativo antes que la perfección, los adultos pueden ayudar a liberar la válvula de presión.

Aquí algunas formas de fomentar las fortalezas creativas de los niños.

Fomente un ambiente de apoyo

Proponga un ambiente en donde los niños se sientan totalmente seguros de compartir sus pensamientos y sus ideas, sabiendo que no serán juzgados. Hagamos un lugar en donde la comunicación abierta sea primordial, y en donde siempre levantemos nuestros pulgares a sus ideas y esfuerzos.

Aliente una mentalidad de crecimiento

“¡No puedo hacerlo!” Cuando escuches esas palabras es una oportunidad de oro para introducir a tu hijo(a) el concepto de mentalidad de crecimiento. Es la idea de que puedes mejorar tus habilidades mediante el esfuerzo y la persistencia. Enseñémosles a agregar la palabra “todavía” a sus retos, diciendo: “No puedo hacerlo, todavía.” Este simple giro enfatiza que las habilidades creativas no son fijas, y que todo se puede desarrollar con práctica y creyendo en nosotros mismos.

Modele la curiosidad “¿Por qué? ¿Por qué? y ¿Por qué?”

Por mucho que puedan poner a prueba su paciencia, esa curiosidad natural que tienen los niños es en realidad lo que les ayuda a sentirse más seguros de su creatividad. Entonces hay que motivarlos, sigamos haciendo preguntas, intentando cosas nuevas y buscando respuestas. Los padres podemos guiarlos mostrando nuestra propia seguridad – hablando acerca de un gran libro que estamos leyendo, intentando un nuevo pasatiempo o incluso preguntándonos en voz alta por qué las cosas son como son. Cuando ellos ven que la curiosidad es algo que valoramos y disfrutamos se sentirán inspirados también para sumergirse y explorar.

¡Festéjelos por la forma en que resuelven las cosas!

¿Sabía qué? Alrededor de dos terceras partes de los niños en edades de 5 a 12 años sienten que las palabras que escuchan pueden detenerlos de probar cosas nuevas y hacerlos sentir como si tuvieran que ser perfectos en lo que están creando. Entonces, cuando estén haciendo algo, ¡ánimelos! Intente decir algo como: “Wow, me encanta como estás usando los colores! ¿Me puedes decir más sobre por qué los escogiste?” Esto les ayuda a sentirse bien por lo que están haciendo y ¡mantiene su creatividad fluyendo!”

De acuerdo con los niños entrevistados, preguntar sobre el proceso creativo detrás de su idea o creación y decirles que nos interesa más eso que el resultado final, hará a los niños sentirse...

89% “Más orgulloso de mi idea y trabajo creativo”

89% “Más confiado en mostrar lo que he hecho”

88% “Más probabilidad de pensar que cometer errores es normal y está bien cuando se crean nuevas ideas y trabajo”

86% “Menos preocupado de cometer errores”

85% “Menos presión por tratar de ser perfecto”



2

Celebre los contratiempos



¡Yo fallo! ¡Tú fallas! ¡Nosotros fallamos!



Todo el mundo falla

¡Yo fallo! ¡Tú fallas! ¡Nosotros fallamos! ¡Todo el mundo falla!, pero cuando no hacemos un gran escándalo sobre ello, ayudamos a los niños a ser más creativos y valientes. Empiezan a ver estos desafíos y errores como oportunidades de aprender y ser mejores, no como razones para sentirse mal sobre ellos mismos. Entonces como adultos, hagamos seguro para los niños hablar de sus enredos compartiéndoles nuestras propias historias.

Tal vez se trate de un proyecto que falló en el trabajo, una tarea de manualidades que se volvió un desastre o una presentación que no salió como se planeaba. Estas son historias, no puros cuentos – son como palabras de aliento súper poderosas que muestran que fallar está bien. Cuando hablamos acerca de cómo nos sentimos, de lo que aprendimos y cómo salimos fortalecidos de esos momentos difíciles, demuestra que los contratiempos son sólo parte de crecer y pueden conducirnos a fantásticas nuevas ideas y éxitos.

81%
de los niños

dicen que escuchar a los adultos cercanos a ellos decir que cometer errores está bien y que eso los puede ayudar a aprender, los haría sentir menos temerosos de intentar cosas nuevas



¡Tomar riesgos creativos no es arriesgado! Apoye los riesgos creativos.

Celebre el esfuerzo

Reconozca y celebre el esfuerzo que su hijo(a) pone en una tarea, sin importar el resultado final, así como: “De verdad te arriesgaste construyendo esto y eso es algo de lo que te debes sentir orgulloso.” Que sepan los demás que lo importante es perseverar y que el éxito no es solo el producto final.

Haga énfasis en el juego

Alentar una actitud de juego hacia la creatividad puede ayudar a tranquilizar la autoconciencia y el miedo, liberando la expresión creativa. Una forma divertida de entrar en una actitud de juego es “Iniciar un proyecto artístico donde se ensucie”, en donde usted y su hijo(a) puedan explorar diferentes texturas y colores sin preocuparse por hacer todo perfecto. ¿O qué tal arrojar una fiesta de juguetes en la sala y dejar los juguetes salirse de control sin estresarnos por el desorden? (Es más fácil decirlo que hacerlo, sabemos...) Rían juntos por el caos que desaten. ¡Todo es parte de la diversión!

Utilice lenguaje positivo

El lenguaje constructivo al hablar sobre los fracasos es poderoso, cosas como: “Noté que las cosas no salieron como lo planeaste, en tu último proyecto. Quiero reconocer tus esfuerzos y el trabajo duro que le pusiste. Algunas veces las cosas no funcionan de la forma que esperamos, pero eso está bien. Es una oportunidad para aprender y crecer”.

Celebre las pequeñas victorias

Celebrar las pequeñas victorias es crucial para mantenerse motivado, especialmente cuando se trabaja para conseguir metas más grandes. Intente tener una reunión familiar semanal en donde cada quien comparta un pequeño logro que haya tenido durante la semana, como su progreso en algún pasatiempo creativo. Este reconocimiento regular refuerza la importancia de celebrar su progreso e impulsa el sentido de orgullo y logro de haber conseguido algo.

Aliente la reflexión

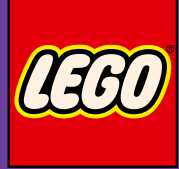
Cuando tu hijo(a) sale de su zona de confort, tómense un momento para reflexionar; “¿Es valiente de tu parte tomar estos riesgos creativos? ¿Qué aprendiste de intentar algo nuevo? Tal vez, incluso, insista un poco más. ¿Qué crees que fue lo que funcionó bien? ¿Cuáles fueron algunos de los retos que enfrentaste? ¿Y qué pudiste haber hecho mejor?” Si las cosas no salen como lo planeado, aliente a su hijo a establecer nuevas metas basado en lo que ha aprendido sobre tomar riesgos.

Hágalo Divertido

Haga una “Gráfica de Recompensa” para celebrar y reflejar sus victorias.

Consiga una base de LEGO y agregue una pieza nueva, como una minifigura o una mini muñeca, cada vez que un miembro de la familia comparta una nueva historia, en donde se haya sobrepuesto a un contratiempo. Pronto tendrá un nuevo escenario en el que hayan participado ¡todos juntos!





3

Juegue con las Palabras



La manera en la que hablamos todos los días puede darle forma a cómo los niños se ven a sí mismos, lo que creen que pueden hacer, y lo que sueñan hacer en el futuro. Esos pequeños mensajes que ellos escuchan desde muy pequeños se pueden quedar dentro de ellos y afectar cómo se sienten acerca de ellos mismos y lo que piensan que pueden conseguir más adelante en su vida. Si siguen escuchando que ciertas cosas no son para ellos, su falta de confianza puede detener su propia creatividad, no solo ahora sino por un largo tiempo.

¿Las buenas noticias?

Los adultos pueden ayudar a contrarrestar los sutiles prejuicios en nuestra cultura. Todo comienza haciéndonos conscientes. Sumerjámonos en cómo los niños pueden captar mensajes sexistas y qué podemos hacer como adultos para ayudarlos a ver más allá de ellos mismos.

“Las palabras que utilizan los adultos a mi alrededor, sobre mis ideas me afecta en cómo me siento sobre ser creativo”

81%
de los niños

Estereotipos de género

El problema:

El lenguaje sexista puede reforzar los estereotipos asociando ciertas cualidades, comportamientos o vocaciones con algún género en particular. Por ejemplo, elogiar a las niñas por construir algo “bonito” mientras elogiamos a los niños por construir algo “audaz” puede encasillarlos en roles tradicionales. El estudio encontró que la sociedad es casi siete veces más propensa a describir los resultados creativos de las mujeres como: “dulce”, “bonito”, “tierno” y “hermoso”, mientras que términos como “valiente”, “padre”, “genial” e “innovador” tienen el doble de probabilidad de ser empleados en los resultados creativos de los hombres.

¿Qué podemos hacer al respecto?

Al describir los resultados creativos de los niños considere mezclar adjetivos como: “dulce”, “bonito”, “tierno” y “hermoso” con “valiente”, “genial” e “innovador” para asegurarse que el uso de ninguna palabra esté limitado a un solo género. Al hablar tenga en cuenta los títulos profesionales y las ocupaciones, use términos como “la bombera” y no “la bombero”, sea inclusivo e inspire a los niños a explorar e imagínelos triunfando en una gran variedad de carreras profesionales.

Autopercepción

El problema:

Las palabras que utilizamos los adultos moldea la autopercepción de los niños. Por ejemplo, elogiar a una niña por ser “servicial” y a un niño por ser “listo” pueden influenciar el entendimiento de su valor y su mérito. Las niñas pueden sentirse valoradas por sus cualidades cariñosas, mientras que los niños pueden sentirse presionados para destacar intelectualmente, lo que puede tener un impacto en sus elecciones y ocupaciones posteriormente en su vida.

¿Qué podemos hacer al respecto?

Sea proactivo en desafiar y desacreditar los estereotipos sexistas cuando estos aparezcan. Tenga conversaciones abiertas con los niños sobre los estereotipos sexistas y las limitaciones que estos imponen. Ayude a los niños a entender que los intereses, las habilidades y los rasgos de personalidad no son determinados por el género. Motive el pensamiento crítico jugando con el reto – pídale a su hijo que detecte cuando vea u oiga cualquier prejuicio de género en la escuela o en la sociedad en general.

Limitar el potencial

El problema:

Asignar palabras específicas y expectativas basados en el género puede limitar el potencial percibido de un niño. Las niñas se pueden sentir confinadas a roles de atención y cuidado, mientras que los niños pueden sentirse desalentados de expresar su vulnerabilidad o búsqueda de proyectos artísticos porque parecieran que estos forman parte del ámbito de las niñas.

¿Qué podemos hacer al respecto?

Los adultos podemos modelar actitudes y comportamientos de equidad promoviendo la igualdad en sus relaciones e interacciones, tales como las tareas del hogar. El lenguaje inclusivo que reconoce y da valor a las fortalezas individuales de una persona, sin importar su género, puede ayudar a los niños a alcanzar su máximo potencial.



4 ¡ARGH!

Construya
tolerancia a
la frustración





Usted puede desarrollar la tolerancia a la frustración de su hijo(a) a través de la “diversión correcta”, el juego con bricks de LEGO tiene retos como estos:



Niños pequeños

Reto de los Ojos Cerrados

Este es un reto divertido que usted y su hijo pueden hacer juntos. Haga un montón con bricks de LEGO escogidos al azar. Ahora, cierre los ojos y construya algo sin ver. Cuando haya terminado tome unos momentos para hablar de los obstáculos que se le presentaron, los trucos que utilizó y cualquier sorpresa que haya surgido. Comparta sus pensamientos y sentimientos sobre todo del proceso creativo y ¡celebre las creaciones imaginarias que lograron juntos!

Reto de Ladrillos o Paleta de Colores Limitada

Provea a su hijo con una selección limitada de ladrillos LEGO o limite la paleta de colores y desafíelo a construir un objeto específico o una escena utilizando sólo esas piezas. Un juego divertido es también encontrar las soluciones más creativas sobre cómo reconvertir elementos específicos en otras cosas: ya sea convertir una salchicha en un mango de teléfono o un aro de de basketbol en un asiento de inodoro. ¡Las oportunidades son infinitas! Tal vez exista una favorita en el proceso. Al estimular la creatividad con limitaciones, los niños se tienen que adaptar y apoyarse en su creatividad y habilidades para la solución de problemas y encontrar soluciones alternativas.

Para cualquiera con el sueño de convertirse en diseñador de LEGO, pueden decirle que estos son los verdaderos pasos por los que los diseñadores tienen que pasar para cada set que ellos diseñen...

Niños mayores

Reto de Construcción

Coloque un temporizador y rete a su hijo a construir una creación LEGO específica con un determinado límite de tiempo. Claro, el rápido ritmo de esta tarea puede provocar frustración, especialmente si su hijo(a) se encuentra con dificultades o si se le acaba el tiempo. Aliéntelo a mantenerse positivo y administrar su frustración con respiros profundos y risas mientras se abre camino entre los obstáculos. Puede empezar con límites más amplios de tiempo y gradualmente incrementar la dificultad cuando él desarrolle más confianza.

Reto de Animación en Cámara Lenta

Sumérgase en el mundo de la filmación de películas con un reto de animación en cámara lenta de LEGO. Sus hijos pueden traer ladrillos a la vida creando su propio blockbuster. Seguro van a encontrar algunos problemas durante el trayecto – tal vez una minifigura no se mantenga quieta o la escena simplemente no luzca bien. Pero escuche, ¡todo esto forma parte de la experiencia en la silla del director! Cuando las cosas se ponen un poquito difíciles, usted estará ahí para apoyarlos y recordarles que cada reto es una oportunidad...

La Tolerancia a la Frustración –habilidad de lidiar de forma efectiva con los obstáculos y contratiempos – es un cimiento del proceso creativo.

Cualquier padre de familia que haya batallado en una construcción compleja de LEGO ¡lo puede testificar! (No se preocupe, todos hemos estado ahí). Los proyectos creativos frecuentemente involucran experimentación, perfeccionamiento e iteración; y la tolerancia a la frustración permite a la gente joven navegar por múltiples intentos y revisiones sin ser desalentados.

Enfrentar las frustraciones también permite a los niños concentrarse en el proceso de creación más que en el resultado final – y en esto apreciar y celebrar las pequeñas victorias y aprendizajes a lo largo del camino.

¿Cómo ir construyendo gradualmente Tolerancia a la Frustración?

“Sólo con los retos correctos”, estos son los retos apropiados para su edad, los que no son ni muy fáciles ni muy difíciles. Estos desafíos están diseñados para construir tolerancia a la incomodidad, pero al mismo tiempo los alientan al pensamiento creativo, resolución de problemas, colaboración y adaptabilidad. Es por esto que los productos LEGO, antes de salir al mercado, son probados por niños para asegurar que el nivel de dificultad sea lo suficientemente alto para desafiarlos, pero también lo suficientemente fácil para brindarles una experiencia positiva.



5

Cultive una Mentalidad de Crecimiento



Tener una mentalidad de crecimiento significa creer que puedes ser mejor, trabajando duro y aprendiendo cosas nuevas; pensar que crecimos sólo con ciertas habilidades es pensar que nuestras habilidades están grabadas sobre una piedra. Cuando los niños tienen esta mentalidad, tienen mayor probabilidad de salir de tiempos difíciles, disfrutar de aprender cosas nuevas y estar listo para enfrentar retos e intentar cosas nuevas.

¿Cómo explicar a los niños la diferencia entre una mentalidad de crecimiento o pensar que nacimos sólo con ciertas habilidades?

Cerebro con Ciertas Habilidades

“Algunas personas piensan que sus cerebros son como una casa. Ellos piensan que la casa fue construida de cierta forma y que siempre será igual. Si se encuentran con algo difícil de hacer, pueden llegar a pensar: “Oh no, no puedo hacer esto y nunca podré hacerlo. Así no es mi casa. Simplemente no soy bueno para eso.”

Cerebro con Mentalidad de Crecimiento

“Otros ven a sus cerebros como un jardín. Saben que, con cuidado, esfuerzo y aprendizaje, el jardín puede crecer y volverse incluso más hermoso. Cuando enfrentan algo desafiante, pueden llegar a pensar: “Esto es difícil, pero si lo riego y le doy tiempo puedo llegar a aprender y hacerlo mejor.”



En otras palabras, tener una mentalidad de crecimiento significa creer que siempre puedes aprender y mejorar, así como le ayudas a tu jardín a crecer, sólo cuidando de él. Está bien encontrar cosas difíciles porque ahí es cuando puedes aprender y ¡hacerte mejor! Es un mito que algunas personas nacen creativas y otras no. De hecho, el 66% de todos los niños piensan así – ese sentimiento se ha normalizado. ¡Pero lo podemos cambiar!

Ejemplos de Habilidades Determinadas vs. Mentalidad de Crecimiento (en argumentos):

Argumentos de Habilidades Determinadas

“No puedo hacer esto y nunca voy a poder hacerlo.”

“No soy bueno para esto.”

“Es muy difícil para mí.”

“De verdad que no soy del tipo creativo”

Argumentos de Mentalidad de Crecimiento

“No puedo hacer esto, todavía.”

“Sí, puedo aprender a hacerlo.”

“Esto es desafiante, pero haré mi mejor esfuerzo.”

“Sólo necesito despertar mi lado creativo un poco más”

Ideas para fomentar una Mentalidad de Crecimiento:

Establecer Metas Realistas y Reflexión

Ayude a los niños a establecer sus propias metas divertidas, realistas y de corto plazo en distintas áreas (personales, pasatiempos y académicas). Aliente la reflexión acerca del progreso regularmente.

Guarde un Frasco de Aprendizaje para la Familia:

Los miembros de la familia pueden escribir en tiras de papel lo nuevo que han aprendido, los retos que han enfrentado, y cómo se sobrepusieron a ellos y ponerlas dentro del frasco. Al final de la semana o del mes, lea los retos y platiquen sobre las lecciones aprendidas en la mesa familiar.

Practique el Poder del Todavía

Siempre que se encuentre delante de un reto o que no se sienta capaz de conseguir algo, adquiera el hábito de añadirle la palabra “todavía” a la oración. Pase de decir: “No puedo conseguir esto” a decir: “No puedo conseguir esto, todavía.”

Utilice Lenguaje con Mentalidad de Crecimiento

Rocíe lenguaje con mentalidad de crecimiento en sus conversaciones diarias. Frases como: “Veo que es desafiante, pero lo estás logrando.” “¿Cuál es la forma en que podemos enfrentar un obstáculo como éste de forma distinta, la próxima vez?” Refuerce una incipiente mentalidad de crecimiento.



6

Reduzca la Presión





Cuando nuestros hijos hacen algo bien, es natural para nosotros sentirnos súper orgullosos y querer llenarlos de halagos como: “¡Guau! eres todo un artista”. Y los hijos se merecen todos los halagos del mundo. Pero, algunas veces los halagos bien intencionados pueden hacer sentir a los jóvenes como una forma de presión. Es como si de repente esperáramos demasiado de ellos y ellos tuvieran que complacernos. Incluso los halagos que enfatizan habilidades o rasgos particulares (ej. “Eres tan listo”), pueden inadvertidamente reforzar una mentalidad de habilidades determinadas al nacer, una carga añadida de siempre parecer inteligente o talentoso, junto con el miedo al fracaso que pueden hacerlos cuestionarse su identidad.

Los adultos pueden pensar que parece imposible, pero la zona óptima para hacerlo bien es mucho más grande de lo que pensamos.

Ejemplos de halagos efectivos:

Elogie la Idea

“Tú imaginación me inspira.”

Elogie el Acercamiento

“De verdad estoy inspirado en cómo has enfrentado este reto.”

Elogie el Detalle

“Has escogido colores, patrones y ladrillos muy interesantes.”

Elogie la Expresión Personal

“Me encanta ver cómo te expresas a través de tus diseños, dibujos y/o historias LEGO.”

Elogie la Curiosidad

“Admiro tu forma única de ver el mundo.”

Elogie el Proceso

“Puedo ver que estás poniendo mucho esfuerzo en esto.”

Elogie la Experimentación

“Es increíble verte experimentar y buscar distintos acercamientos.”

Elogie el Esfuerzo

“Estás dando tu mejor esfuerzo y eso es lo que importa.”

Elogie el Progreso

“Está bien cometer errores; así es como aprendemos”. “Veo que ya lo haces mejor.”

Elogie la Persistencia

“Aprender nuevas cosas toma tiempo y tú lo estás haciendo excelente, mantente así.”



Detecte las Trampas del Perfeccionismo

¿Cómo reacciona su hijo(a) cuando algo no sale como estaba planeado?

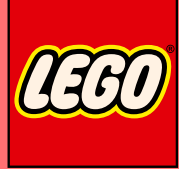
Si un niño tiende a ser demasiado duro con el mismo cuando comete pequeños errores, es importante reconocerle y validar sus sentimientos de decepción o frustración. Hágales saber que está bien sentirse descontento algunas veces. Tome el tiempo para escucharlos con atención y mostrarles empatía y entendimiento. Después ayúdelos a desarrollar estrategias saludables para lidiar con la decepción y los contratiempos, tales como entregarse a actividades relajantes como dibujar o escuchar música.

¿Su hijo rehúye de los retos?

Los niños con miedo intenso a equivocarse pueden evitar intentar cosas nuevas o tomar riesgos por temor a no poder cumplir con sus propios estándares imposiblemente altos o por el miedo a ser juzgados. Aliente a su hijo a enfrentar pequeños retos manejables que se encuentren ligeramente fuera de su zona de confort. Celebre sus esfuerzos y triunfos, sin importar que tan pequeños sean, para construir su confianza y voluntad para enfrentar retos aún más difíciles.

¿Su hijo pide ayuda cuando está sufriendo por algo?

Los niños que se sienten presionados por ser perfectos pueden evitar pedir ayuda porque temen mostrar sus debilidades o imperfecciones. Los adultos pueden aparecer y mostrarles que está bien buscar ayuda cuando se necesita. Podría enseñarles a decir algo como esto: “Al principio me sentía un poco de nervioso de pedir ayuda, pero después me di cuenta de que era la forma más rápida de resolver un problema y sentirme mejor”. Todos merecemos apoyo y cuando lo pedimos estamos en realidad ayudando a otros también, porque les demuestra que confiamos en ellos y valoramos su ayuda.



7
**¡Considere
el juego, su
Superpoder!**



La confianza creativa es como un músculo: mientras más lo ejercitamos, crece más fuerte. Como cualquier otra habilidad, se desarrolla con el tiempo. Ayude a su hijo(a) a extender sus fronteras creativas a través de la experimentación y el juego.

El juego ofrece uno de los mejores canales para poder conocer a su hijo(a), **nueve de cada diez niños afirma:**

“Esta es la mejor manera para mí de sentir que puedo ser yo mismo al 100%”



fortalece los lazos familiares, facilita la comunicación, los ayuda a conocer mejor a sus hijos y construye memorias familiares que impactarán a sus hijos a lo largo de su vida.

91%
de los padres concuerdan diciendo que

Aquí algunas formas de obtener un mayor entendimiento de los intereses de sus hijos mediante el juego:

Observar

Identifique los tipos de juego que atraen de forma natural a su hijo(a). Ya sea juego imaginario, construcción, dibujo o deportes, observar lo que aman hacer le proporciona a usted conocimiento sobre sus intereses y pasiones.

Experimente con dejarse ir

Únase a los mundos imaginarios de su hijo(a), desde un grupo musical, construir una nueva creación LEGO o involucrarse en proyectos de manualidades. Suelte el control y ponga a su hijo en el asiento del conductor. Esto no únicamente fortalece los lazos y ayuda a construir memorias divertidas, también le permite a usted experimentar sus intereses de primera mano y les fomenta la expresión creativa.

Haga preguntas de respuestas

Utilice el tiempo de juego como una oportunidad para hacer preguntas abiertas que motiven a su hijo(a) a compartir más sobre él o ella misma. Por ejemplo, durante una sesión de juego imaginario, usted podría preguntar: “Cuéntame sobre la historia que estás creando.” “¿Qué es lo que más te gusta de este juego?”

Ofrezca una ventana hacia su niñez

Muéstrele a su hijo los juegos o las actividades de su niñez. Ya sea un clásico juego de mesa. Una antigua consola de videojuegos, una actividad favorita al aire libre o alguna manualidad, compartir estas experiencias le permitirá conectar a un nivel más profundo.



Forme un vínculo con su hijo mediante el juego con bricks de LEGO®, haciendo preguntas que lo hagan reflexionar

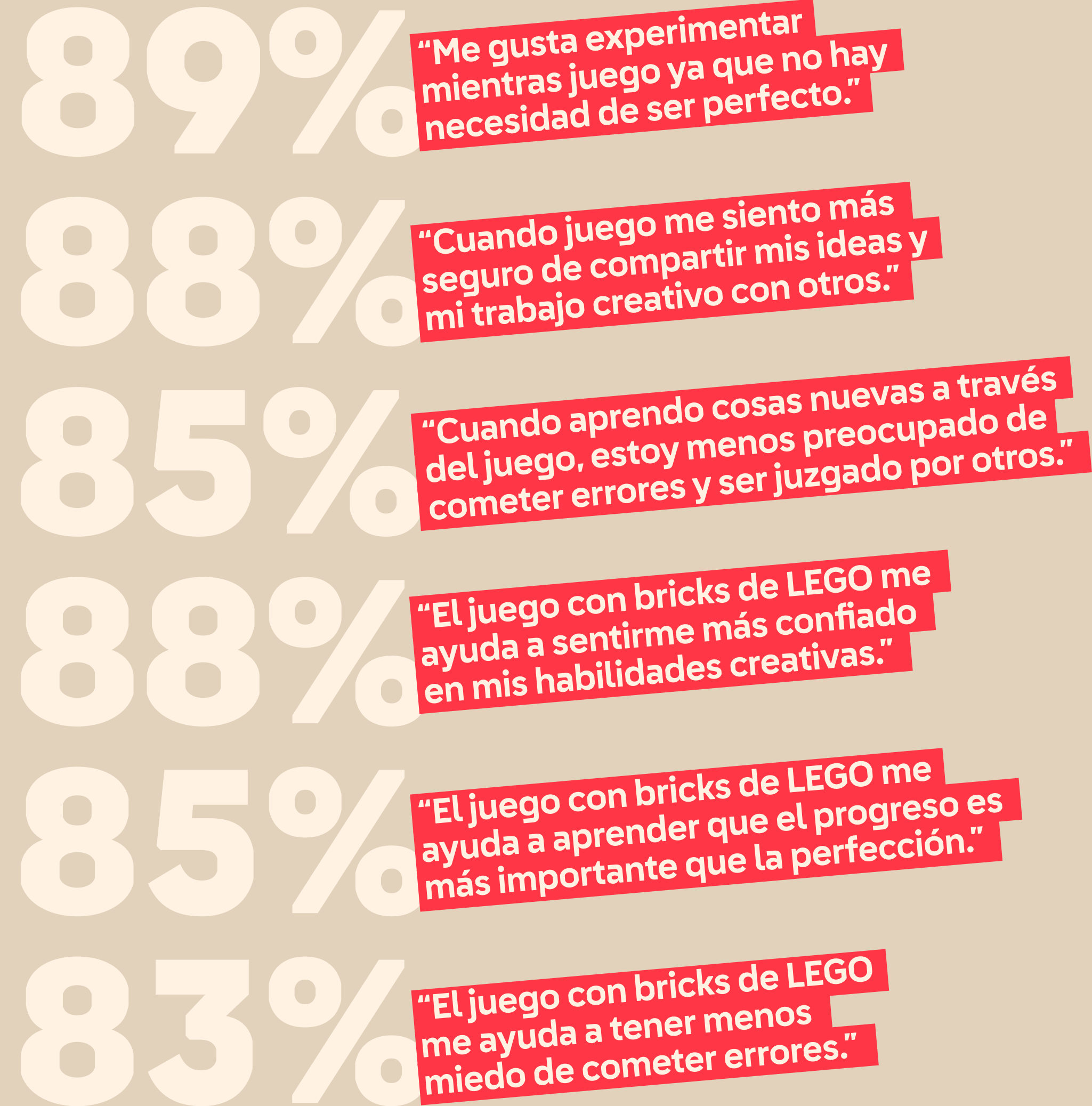
(y si se atreve deje que su hijo le haga las mismas preguntas de vuelta!)

1. ¿Puedes pensar en algún juego que podamos hacer con ladrillos de LEGO?
2. ¿Puedes escribir un mensaje en ladrillos de LEGO?
3. ¿Puedes construir una foto familiar con ladrillos y personajes de LEGO?
4. ¿Existen algunas piezas LEGO o colores que siempre busques incluir en tus construcciones?
5. ¿Si pudieras traer a la vida alguna de tus creaciones de LEGO cuál sería?
6. ¿De dónde vienen tus ideas para tus construcciones de LEGO?
7. ¿Cuál es tu set favorito de LEGO que hayas construido y por qué?
8. ¿Qué es lo más inusual o único que hayas construido con ladrillos LEGO?
9. ¿Cuál es la creación más tonta de LEGO que puedas pensar?
10. ¿Tienes algunos consejos o trucos para alguien que quiera mejorar sus habilidades de construcción con LEGO?

Agregue un giro

Considere construir una instalación LEGO al mes, en un reto padre e hijo, puede ser un florero, un animal o una pieza de arte abstracto. Liberen su imaginación y muestren orgullosos la obra en su hogar.

Que dicen los niños sobre los beneficios del juego:





8

Presente Modelos Inspiradores a Seguir





Los modelos creativos pueden introducir a los niños a nuevos campos, intereses y posibilidades que tal vez no hayan considerado, apoyando su crecimiento creativo y ofreciendo a los niños:

10 Paso para Fomentar La Confianza Creativa
8— Presente Modelos Inspiradores



Traer Inspiración

Las aspiraciones y metas pueden formarse viendo los logros de otras personas. Hable con los niños sobre como los logros de otros lo inspiran a usted – ya sea un amigo, un miembro de la familia o alguien a quien admire desde lejos.

Diversas Perspectivas

Estar alrededor de una variedad de modelos a seguir les sirve a los niños para ver el mundo de una forma más amplia. Les enseña a comprender y apreciar diferentes culturas y a ser más abiertos en aceptar a otros. Les permite darse cuenta de las muchas formas de vivir, pensar y ser, volviéndolos más curiosos y con la mente abierta sobre el mundo a su alrededor.

Rompiendo los Estereotipos

Al ver individuos de distintos orígenes sobresalir en campos creativos, los niños aprenden que la creatividad no conoce fronteras, ya sea género, etnicidad o estatus socio económico. Les enseña que su origen o su identidad no tiene que limitar su potencial creativo y los motiva a acoger sus talentos y perspectivas únicas y las de los demás.

Fomentar la Individualidad

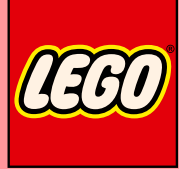
La exposición a una amplia variedad de modelos creativos inspira a los niños a abrazar sus talentos e intereses únicos. Y los motiva a forjar su propia identidad y expresión creativa basada en sus pasiones y valores, en lugar de tratar de encajar en moldes predeterminados.

Expandiendo su Caja de Herramientas

Los niños pueden aprender todo tipo de técnicas y estilos interesantes revisando el trabajo de diferentes creadores. Es como construir una pila de inspiración en la que pueden sumergirse cuando sea que estén trabajando en sus propios proyectos. Aliéntelos a pensar sobre lo que les gusta del trabajo de otras personas y cómo podrían usar esas ideas en sus propios proyectos. De esta forma están entrelazando una colorida mezcla de influencias que hará que su creatividad brille incluso con más intensidad.

Cultivando la Curiosidad

La exposición a una extensa variedad de modelos creativos a seguir impulsa a los niños a hacer preguntas y buscar respuestas sobre el mundo a su alrededor. Pueden llegar a preguntarse cómo un artista en especial crea sus pinturas, ¿qué inspira a un músico a escribir una canción?, ¿o cómo un científico logra hacer un gran descubrimiento? Esta curiosidad alimenta su deseo por un amor eterno para el aprendizaje y la exploración.



9

Salga de su Zona de Confort



Por más atemorizante que pueda sonar, los niños se benefician más de ver a los adultos desplegar su valor creativo saliendo de sus zonas de confort y probando cosas nuevas. Cuando los adultos, en sus vidas, toman riesgos creativos, los niños aprenden que intentar cosas nuevas es un comportamiento positivo y valioso, a pesar del dolor que provoca crecer.

Demuestre la Mentalidad de Crecimiento en Acción

Intente una nueva habilidad frente a su hijo(a). La voluntad por probar cosas nuevas sin importar los desafíos de potencial, enseña a los niños que las habilidades pueden desarrollarse con esfuerzo y aprendizaje. ¿Ha querido probar las acuarelas alguna vez? Miren un tutorial en línea juntos y modelen el lenguaje de la mentalidad de crecimiento diciendo algo como: "No soy bueno para esto, todavía". O vuelva a intentar el patinaje sobre ruedas a pesar de no haberlo hecho por tanto tiempo. Muestre su vulnerabilidad, aprenda sobre la marcha, ¡y diviértase!

Imperfectamente Perfecto

Los adultos saliendo de sus zonas de confort y no sobresaliendo inmediatamente envían el mensaje de que la imperfección puede ser hermosa, agregando singularidad y profundidad. Esto ayuda a los niños a aceptar y abrazar sus propios errores. Los niños observan cómo los adultos responden a los contratiempos, ya sea intentándolo nuevamente, buscando ayuda o adaptando su forma de enfrentarlos. Este modelado de resiliencia les enseña a los niños la importancia de la perseverancia para superar los obstáculos, promoviendo una mentalidad de crecimiento. Construye, deconstruye y reconstruye.

Pídale a su hijo(a) un Reto

Pídale a su hijo(a) diferentes retos creativos para usted. Esto podría incluir un juego de LEGO "Construye y Adivina". O un juego de espalda contra espalda en donde su hijo(a) lo dirige a construir lo mismo que él (se recomienda limitar el número de ladrillos, a menos que quiera empujar su nivel de tolerancia a la frustración un poco más). Ya que tengan una lista de retos, trabajen juntos para establecer las reglas y los parámetros para cada desafío. Por ejemplo: su hijo(a) puede especificar un tiempo límite para completar el reto o imponer ciertas restricciones en los tipos de elementos LEGO que pueden usar. Esto añade una capa extra de emoción y reto a la actividad. ¡Pídales que de verdad lo empujen!

Fortalece la Conexión

Intentar cosas nuevas juntos puede fortalecer el lazo entre adultos y niños. Entrar a lo desconocido juntos, confiando uno en el otro para navegar nuevas experiencias, construye confianza y ¡momentos divertidos! La confianza y el juego son elementos fundamentales para construir lazos fuertes entre padres e hijos y nutrir la confianza creativa del niño.



¿Quiere más ideas?

[Aquí algo de inspiración](#)



10

Evalúe su Progreso





Una Checklist para Fomentar la Confianza Creativa y Atender el Perfeccionismo en Niños.

Reconozca el Progreso sobre la Perfección

- Elogiar el esfuerzo, la persistencia y las estrategias más que enfocarnos en el resultado.
- Incentivar a su hijo(a) a adoptar los desafíos como oportunidades para aprender.

Fomente una Mentalidad de Crecimiento

- Enseñe a su hijo que las nuevas habilidades pueden desarrollarse mediante el esfuerzo y el aprendizaje.
- Modele el uso del lenguaje. Ej.: agregue la palabra “todavía” para expresar que la mejora es un proceso constante.

Réstele Importancia a los Errores

- Enfatizar que cometer errores es una parte natural de aprender y de cualquier proceso creativo.
- Comparta historias de sus propios errores, lo que aprendió de ellos y cómo lo manejó.

Avance Gradual en el Reto Creativo

- Fomente el establecimiento de metas “correctas”, para que el reto sea alcanzable.
- Ayude a su hijo(a) a desmenuzar tareas grandes en pasos manejables y ayúdelo a aprender a amar el proceso celebrando las pequeñas victorias a lo largo del trayecto.

Lenguaje Motivador

- Utilice lenguaje que se concentre en el proceso, tal como: “Puedo ver lo bien que te concentras”.
- Inclínese por elogios en mentalidad de crecimiento y no en elogios en las habilidades innatas: Entonces en lugar de decir: “Eres un artista excelente” intente decir “Tú acercamiento es muy interesante”

Inspire Mundos Infinitos para Crear

- Brinde oportunidades para actividades creativas abiertas y encuentre la paz con el caos creativo. Los niños no ven el desorden. Ellos ven un mundo sin fin de oportunidades creativas.
- En lugar de comentar directamente sobre los proyectos creativos, haga preguntas de respuestas abiertas relacionadas con la elección del color, el estilo y el material.

La Importancia de Experimentar

- Fomente la experimentación a través del juego – no es solo divertido y un sitio seguro para explorar, ¡también es la mejor forma para los niños de aprender!
- Haga espacio para las mentes curiosas y las ideas frescas, ya sea inventando nuevos juegos con los mismos juguetes, o utilizando elementos LEGO en distintas construcciones.

Estimule la Exploración de Intereses

- Introduzca a sus hijos a una amplia variedad de modelos creativos para seguir, en una amplia gama de actividades.
- Fomente un sentido de curiosidad exponiéndolos a distintos pasatiempos y tareas.

Sea Consciente del Lenguaje Sexista

- Cuando hable sobre el trabajo creativo considere mezclar adjetivos, palabras como “dulce”, “bonito”, “tierno” y “hermoso” con “valiente”, “genial” e “innovador” para garantizar que ninguna palabra se limite a un solo género.
- Al hablar, sea consciente de los títulos profesionales y roles, tales como: “la bombera” y no “la bombero”, sea inclusivo e inspire a los niños a explorar e imagínelos triunfando en una gran variedad de campos profesionales.

Modelando la Confianza Creativa

- Demuestre una respuesta positiva a los retos y voluntad para salir de su zona de confort.
- Muestre a los niños que como adultos tenemos confianza creativa.

¡Somos Imparables! ¡Somos Imparables!