

Las conversaciones familiares y la autorregulación son piezas claves para el éxito escolar en la etapa inicial en la educación parvularia

¿Qué es la autorregulación y cómo se relaciona con el éxito escolar?

La autorregulación es la capacidad que tienen los niños¹ de regular su propia atención, impulsos y emociones. Ésta es clave para el éxito académico (Blair, 2002; McClelland, Acock, & Morrison, 2006). Los niños se adaptan mejor al ámbito escolar cuando son capaces de controlar su atención, seguir instrucciones y comunicar sus ideas de manera efectiva. Los niños que les

cuesta regular su atención, impulsos y emociones tienen dificultades con las demandas diarias de la escuela, como por ejemplo, completar una tarea a tiempo, poner atención en clase e inhibir comportamientos impulsivos tales como hablar con el compañero del lado durante la lección.

¿Cómo fomentan los padres la autorregulación en sus niños?

Los padres juegan un papel muy importante en el desarrollo de la autorregulación en los niños (Bernier, Carlson, & Whipple, 2010). Ellos son los primeros educadores de sus hijos. Es en la casa donde los niños aprenden primero a monitorear y regular su atención, sus impulsos y emociones. Una de las maneras en que los padres pueden fomentar estas habilidades de autorregulación es en las conversaciones familiares. Desde muy temprano, los padres involucran a los niños en ellas y, mediante este proceso, los ayudan a aprender cuándo escuchar (poner atención y controlar el impulso de hablar) y cuándo hablar (comunicar sus ideas de manera efectiva).

En este estudio (Leyva & Nolivos, 2015) se examinó si la manera en que los padres chilenos ayudan a que sus hijos participen en conversaciones familiares está relacionada con las habilidades de autorregulación de los niños, en particular, la de controlar los impulsos y la atención. En el estudio participaron 210 padres

chilenos que viven en situación de vulnerabilidad social de la Región Metropolitana de Santiago y sus hijos en educación inicial. Esta muestra es parte de un estudio donde se evaluó el impacto del proyecto de desarrollo profesional docente Un Buen Comienzo.

Las educadoras reportaron el nivel de control de impulsos y atención de cada niño al principio de prekínder y al final de kínder. Al principio de prekínder, se les solicitó a los padres y niños que conversaran sobre un evento pasado positivo (ej.: el niño comió un helado en el parque) y un evento pasado negativo (ej.:, el niño peleó con su hermanito). Estas conversaciones fueron grabadas en audio y video y posteriormente codificadas de acuerdo al estilo narrativo (la manera en que los padres facilitan que los niños participen en las conversaciones familiares; Melzi, Schick, & Kennedy, 2011).

Principales hallazgos

1. Se identificaron dos estilos narrativos:

a) Padres que adoptan el rol de la 'audiencia', es decir, aquellos padres que hacen muchas preguntas al niño y dejan que éste contribuya a la historia, dejando que sea el narrador principal.

b) Padres que comparten el rol del narrador con el niño, es decir, en algunas ocasiones hacen preguntas para que él contribuya, pero en otras ocasiones toman la palabra y son ellos los narradores de la historia.

2. Los padres que adoptan el rol de la 'audiencia' en conversaciones sobre eventos pasados tanto positivos como negativos tienen niños que contribuyen más a la historia (participan más) y no se distraen cuando la cuentan (se enfocan en contarla y no en hablar de otros temas).

3. Los padres que adoptan el rol de la 'audiencia' en conversaciones sobre eventos pasados negativos al principio de prekínder tienen niños que controlan mejor la atención y los impulsos al final de kínder.

1.- A lo largo de todo este documento, usamos "niños" para referirnos a niños y niñas, y "el niño" para referirnos al niño y la niña. Del mismo, usamos "padres" para referirnos a padres y madres, y "el padre" para referirnos al padre y la madre.

Cuadro 1. Dos maneras en que los padres ayudan a que los niños participen en conversaciones familiares

Padres que adoptan rol de la 'audiencia'	Padres que comparten el rol del narrador con el niño
<ul style="list-style-type: none">● Hacen muchas preguntas al niño, tanto abiertas (e.j., ¿Quién estaba contigo?) como cerradas (e.j., ¿Y te gustó el mango con azúcar?).● No corrigen mucho al niño ni dominan la conversación, porque lo importante es que el niño cuente la historia.● Utilizan muy frecuentemente frases como "aja", "sí" y "cuéntame más" para animar al niño a seguir contando la historia.	<ul style="list-style-type: none">● En ocasiones hacen preguntas al niño (preguntas abiertas y cerradas), pero en otras ocasiones toman la palabra y son ellos quienes cuentan la historia.● Dominan más la conversación y corrigen más al niño cuando cuenta la historia.● Algunas veces utilizan frases como "aja" y "cuéntame más" para animar al niño.

Fomentando la autorregulación en la casa

Las conversaciones familiares son parte de nuestra vida diaria y son un vehículo muy importante para desarrollar las habilidades sociales y emocionales de los niños. Hablar sobre eventos pasados negativos cumple una función vital en el desarrollo del niño. No sólo le ayuda a entender sus emociones y a comprender una situación difícil (e.j.: el amigo no le prestó el juguete), sino que también le ayuda a pensar en cómo puede actuar la próxima vez para mejorar la situación (e.j.: pedir prestado el juguete en vez de simplemente tomarlo); esto quiere decir que las conversaciones sobre eventos pasados negativos pueden enseñar una lección al niño. Este estudio indica que no sólo es importante

hablar sobre situaciones negativas, sino que también es importante saber cómo hablar sobre estos sucesos. Cuando los padres hablan sobre eventos pasados negativos y dejan que los niños sean los narradores, que cuenten la historia en vez de tomar la palabra en su lugar, estos niños desarrollan mejor control de la atención y de los impulsos. Por eso, es importante que, desde pequeños, los niños participen en las conversaciones familiares y tengan una voz en las historias sobre sus experiencias personales.

Implicaciones para las políticas públicas

Los programas de intervención que trabajan con padres de familias que viven en situación de vulnerabilidad generalmente se centran en temas como la nutrición y la lectura de libros en la casa. Un tema que raramente es tratado en estos programas de intervención y que puede ser valioso para fomentar el desarrollo integral del niño es cómo conversar en familia. Conversar con los hijos no requiere de materiales especiales o recursos financieros, se puede hacer a cualquier hora y en cualquier lugar y no requiere un nivel alto de escolaridad. Enseñar a los padres cómo

conversar con sus hijos, sobre todo cuando las conversaciones son difíciles e implican emociones negativas, les puede ayudar no sólo a tener una mejor dinámica familiar sino también a adquirir habilidades que son vitales para el desarrollo del niño, tales como la autorregulación.

UN BUEN COMIENZO

En este estudio participaron 210 padres de familia chilenos que viven en situación de vulnerabilidad de la Región Metropolitana de Santiago y sus hijos durante los niveles de transición 1 y 2 (prekínder y kínder). Esta muestra hace parte de un estudio donde se evaluó el impacto del programa de capacitación docente “Un Buen Comienzo”, cohortes 2 y 3. El diseño del estudio fue correlacional. En cuanto a la metodología, las educadoras de párvulos reportaron el nivel de control de impulsos y atención de cada niño al principio de prekínder y al final de kínder. Al principio de prekínder, se les solicitó a padres y niños que conversaran sobre un evento pasado positivo (ej., el niño comió un helado en el parque) y un evento pasado negativo (ej., el niño peleó con su hermanito). Estas conversaciones fueron grabadas en audio y video y posteriormente codificadas de acuerdo al estilo narrativo (la manera en que los padres facilitan que los niños participen en las conversaciones familiares; Melzi, Schick, & Kennedy, 2011).

Referencias

- Bernier, A., Carlson, S., & Whipple, N. (2010). From external regulation to self-regulation: Early parenting precursors of young children's executive functioning. *Child Development, 81*, 326–339. doi: 10.1111/j.1467-8624.2009.01397.x
- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of child functioning at school entry. *American Psychologist, 57*, 111–127. doi: 10.1037//0003-066X.57.2.111
- Leyva, D., & Nolivos, V. (2015). Spanish-speaking family reminiscing about emotions and its relation to children's self-regulation skills. *Early Education and Development, 26*, 770-791. doi: 10.1080/10409289.2015.1037625
- McClelland, M. M., Acock, A. C., & Morrison, F. J. (2006). The impact of kindergarten learning-related skills on academic trajectories at the end of elementary school. *Early Childhood Research Quarterly, 21*, 471–490. doi: 10.1016/j.ecresq.2006.09.003
- Melzi, G., Schick, A. R., & Kennedy, J. L. (2011). Narrative elaboration and participation: Two dimensions of maternal elicitation style. *Child Development, 82*, 1282–1296. doi: 10.1111/j.1467-8624.2011.01600.x