

A decorative border of colorful, abstract, hand-drawn shapes surrounds the central text. The shapes include various colors like teal, orange, blue, green, light blue, purple, pink, and yellow, and some contain internal patterns like dots, lines, or concentric shapes.

CREATIVIDAD EN LAS ESCUELAS

www.garrapete.es

garrapete
formación



ÍNDICE

- Justificación pag 3
- Unas preguntas para empezar pag 4
- Estrategias para ayudar a que mis alumnas crean en ellas pag 5 y 6
- Dinámicas para prestar atención pag 7, 8 y 9
- Estrategias para desarrollar la Creatividad pag 10
- Dinámicas sencillas para fomentar la Creatividad pag 11
- Deberes para los profesores y profesoras pag 12
- Frases y textos para Reflexionar pag 13
- Bibliografía pag 14,15 y 16



JUSTIFICACIÓN

En las sociedad actual donde todo cambia tan rápidamente, con problemas serios que tendrán que resolver las generaciones que vienen, con dificultades para encontrar trabajo, **necesitamos personas creativas**, que sea capaz de inventarse nuevas formas de estar en el planeta, nuevos trabajos, nuevas formas de vida.

La creatividad, es una herramienta importantísima para adaptarse al futuro. Las escuelas tienen que formar **personas creativas, que piensen por sí mismas, que disfruten aprendiendo, que se pregunten, que duden, que se equivoquen.**

Los maestros y maestras tienen **uno de los trabajos más apasionantes y más importantes del mundo** (para mí personalmente es el más importante), formar a las futuras generaciones y conseguir que los alumnos disfruten aprendiendo.

No es nada fácil con las continuas evaluaciones a las que los profesores y profesoras se ven expuestos. Todo el esfuerzo y tiempo que invirtamos en desarrollar la creatividad y motivación de los alumnos y alumnas será para beneficio de todos y todas.

Una persona motivada y con ganas de desarrollar su creatividad será muy constructiva para la sociedad.

En el taller vamos a dar herramientas para trabajar la creatividad en las clases, para motivar a los alumnos, para captar su atención, para motivarnos nosotros como profesionales, para entrenar la atención de los alumnos.....



UNAS PREGUNTAS PARA EMPEZAR

- **¿Qué importancia le damos al juego en el aula?**

El juego y el movimiento no pueden ser meros accesorios en la escuela infantil, tiene que ser el motor principal y los acompañantes tienen que ser las actividades sensoriales, el fomento de la curiosidad, la expresión verbal, el mundo de las emociones, los valores, el pensamiento crítico...



- **¿Nuestros alumnos y alumnas se emocionan con nosotras?**

Está demostrado científicamente que los recuerdos que más se graban en nosotros son los que nos emocionaron. **El aprendizaje más profundo es el que emociona, tanto para bien como para mal.** Una pregunta que me tengo que hacer como profesional es si alguna vez logro emocionar a mis alumnos. Si me recordarán como un profe que “me enseñó no sólo lenguaje o matemáticas”, sino que “me enseñó a ser persona”.



- **¿Hago reír a mis alumnos y alumnas?**

Personalmente recuerdo mucho a los profesores que me hicieron reír, que disfrutaba en sus clases, recuerdo también que les respetaba mucho. Hacer reír y hacer disfrutar a los alumnos no es incompatible con el respeto.



- **¿Son más creativos los niños o los adultos?**

- **¿Las enseñamos a que aprendan a pensar por ellas?,**
- **¿Les estimulamos para que investiguen, para que duden, para que se pregunten?**
- **¿Les hacemos creer en ellas?**
- **¿Somos capaces de captar su atención?**



Cualquier dinámica que vayamos a impartir, se la tenemos que mostrar a los niños y niñas, no como una obligación, sino como un juego.

ESTRATEGIAS PARA AYUDAR A QUE MIS ALUMNAS CREAN EN ELLAS.

El sistema muchas veces se ha basado en enseñar a todos por igual y muchas veces también ha reforzado lo que falta o lo que está mal, un cambio muy interesante es :

1. Empezar a reforzar los potenciales de nuestras alumnas y alumnos.

Todos y todas tenemos potenciales, si ayudamos a reforzar esos potenciales conseguiremos más alumnas motivadas. Una persona motivada tiene muchas más posibilidades de superar problemas, de aprender nuevas cosas y, en definitiva, de disfrutar de la escuela.

• **Hay niños y niñas que en su vida reciben muchísimos refuerzos negativos** de la sociedad y ellos se acostumbran a que eso es lo que se espera de ellos. **Estos niños necesitan que cambiemos el patrón.** Los seres humanos de alguna forma tenemos que salir adelante y tenemos que protegernos ante las circunstancias de la vida, hay niños que no lo tienen nada fácil en la vida y se protegen a veces portándose mal o insultando o pegando.... **Muchos de estos niños necesitan que alguien les quiera porque ellos no se quieren. Los momentos de tensión nos pueden hacer crecer como profesionales.** Para esto también tenemos que trabajar mucho nuestro ego.

• Desde pequeñas nos están comparando y yo creo que **nuestro trabajo como profesionales es enseñarles a los niños que se tienen que comparar con ellos mismos.**

• Trabajar mucho la cooperación, si una niña se porta bien con un compañero, refuérzalo, díselo a todos. Que la filosofía de la clase sea **“ lo bueno hay que imitarlo”**.

• Estate atento a todo lo bueno que pasa en clase y en la vida y transmítelo.





2. Escuchadlos y observadlos.

- **Observadlos mucho**, si un niño tiene problemas emocionales es difícil que esté motivado por aprender, está claro que no podemos solucionar todos los problemas de nuestros alumnos pero sí podemos ser alguien que les ayude a afrontar mejor la vida. Para mí, tenéis uno de los trabajos más apasionantes y bonitos porque podéis ser la referencia positiva de muchos niños.
- Yo utilizo una estrategia por las mañanas antes de entrar en clase. Les espero en la puerta antes de entrar y les doy la mano o les choco la palma. Esto me sirve para observarlos por la mañana y de alguna forma para darles la bienvenida.
- Otra dinámica muy interesante de motivación y de despedida es poner la mano en el medio como los jugadores de baloncesto y tener un grito tipo: **“Somos los mejores o somos las mejores”**. Esta dinámica refuerza la conexión de grupo.
- **Buscar momentos para poder hablar con cada niño y niña individualmente** no sólo de cosas de clase, sino de todo lo que salga, de sus gustos, de su familia, de lo que ellos quieran, si un niño se siente bien contigo seguramente te contará cosas muy interesantes.
- Algún día de la semana **podemos ir andando por la clase, mirarnos y saludarnos dándonos la mano o un abrazo**. Cada niño y niña decide lo que quiere hacer, puede ser por parejas, por grupos de tres, cuatro... Un poco lo que surja.

DINÁMICAS PARA PRESTAR ATENCIÓN EN CLASE

La tranquilidad abre las ventanas de la memoria. La ansiedad afecta al desempeño intelectual. Alumnos bien preparados pueden hacer muy mal un examen si están nerviosos. Una persona tensa o ansiosa está preparada para reaccionar instintivamente, no para aprender. Infantil es una etapa maravillosa para poder enseñar a nuestras alumnas a relajarse, vivir el presente y disfrutar del aprendizaje. **El tiempo que invierta en darles herramientas para que aprendan a estar conscientes y atentos en el momento presente,** les estaré haciendo un maravilloso regalo para que en el futuro afronten su vida con más consciencia, tranquilidad y plenitud.

1. Círculo del silencio.

Una dinámica que se puede hacer por las mañanas es hacer un círculo y mirarnos en silencio, dar un minuto para que se miren entre ellos. Esto nos conectará con el resto del equipo con el que vamos a compartir la clase y a nosotros como profesionales nos valdrá para observar cómo están los niños, la energía que tienen...

Dependiendo de la edad podemos añadir cosas a esta estrategia. Que cada uno defina con uno o **varios adjetivos como está.** (Cansado, alegre, eufórico, aburrido). También este momento lo podemos utilizar para leer una frase profunda sobre inteligencia emocional o una poesía. (Elegid textos que estén en resonancia con los alumnos de la clase, si ha pasado algo el día anterior el texto puede tener relación)

2. Observa

Haz paradas en clase para mostrar arte, **pueden ser paradas para observar** un cuadro, un collage, una escultura, para observar una flor, para observar un objeto, intentamos que sean paradas donde estemos en silencio y simplemente observemos. Si tus alumnos aprenden la rutina de parar y observar estarás haciendo mucho por su atención. Salid de vez en cuando al patio y observad un árbol, o el cielo.....





3. El minuto musical.

Disfruta de la música en clase. Pon música clásica, instrumental... Cada uno escoge una postura para escuchar la música. Lo único que tienen que hacer es estar en silencio y, si pueden, una vez han elegido el sitio tienen que estar quietos.

4. Música ambiental en clase.

Si hay música suave en el aula el conocimiento transmitido por los maestros adquiere una dimensión emocional, lo que nos emociona se aprende mejor. La música ambiental nos crea educación musical, genera el placer de aprender durante las clases, aquieta el pensamiento, mejora la concentración y la asimilación de información.

5. Respiración con atención plena.

Se puede hacer de diferentes formas divertidas. Una consiste en que si están tumbados boca arriba se pueden poner un peluche en el abdomen o en el pecho (podemos ir cambiando) y tienen que concentrarse en el movimiento de su barriga y en el movimiento del peluche. Cuando aprendan a hacerlo, luego pueden elegir dónde se lo quieren poner.

Si están sentadas se pueden poner la mano en el abdomen y en el pecho y sentir si se mueve la mano.

6. Escuchar el mar.

Respiran y al expulsar el aire sale el ruido del mar. Les podemos explicar que todos tenemos un mar, y cada mar es único y especial, y que ese mar me ayuda a relajarme y a estar bien y que siempre que quiera puedo ir a mi mar para estar tranquila, incluso cuando estoy muy enfadada o triste puedo visitar mi mar y me ayudará a estar tranquila.

7. El escáner corporal



Es muy importante empatizar con el estado la clase, si los niños y niñas están muy despistados o alterados o cansados, podemos hacer esta dinámica, los niños y niñas se pueden tumbar en el suelo y enseñarles a ser conscientes de su cuerpo y a relajarse.



Postura cómoda. Empieza dedicando un momento a sentir tu cuerpo a nivel general, notando cualquier sensación que haya, así como pensamientos y emociones. Les puedo preguntar cómo está su cabeza o su corazón.



Luego sentimos las diferentes partes del cuerpo. Siento mis pies, siento mis dedos, mis plantas.

Siento mis piernas, mi pierna derecha, mi pierna izquierda. Siento el peso de mis piernas.

Siento mi espalda, mi barriga, mi pecho, mis brazos, mis manos, mis hombros, mi cuello, mi cabeza, mi cara, mis orejas, mi nariz....



Después para acabar, céntrate en tu respiración, en el aire entrando y saliendo por la nariz o el movimiento de tu abdomen.



Para terminar, felicítales por haber hecho esta práctica. Da tiempo si algún alumno quiere decir algo de qué le ha parecido, acepta lo que digan tanto si es bueno como si no.

8. El gong de la campana, un triángulo, un xilófono.



Un dinámica para la atención con una campana es dar un golpe y las niñas tienen que escuchar el sonido con los ojos cerrados, cuando se acabe el ruido tienen que levantar el brazo.

9. Estiramientos sencillos de yoga.



Ponerse de pie y estirar los brazos a la vez que siento mi respiración.

Tumbarme y cogermelas rodillas con los brazos y respirar.



Dejar caer mi cuerpo en la silla. Empiezo doblando mi cabeza y poco a poco se va doblando mi espalda. Al subir lo último que sube es mi cabeza. Respiro y relajo mi cuerpo. Lo puedo hacer de pie también.

Mirar hacia la derecha y hacia la izquierda, arriba y abajo.

ESTRATEGIAS PARA DESARROLLAR LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS

Volvemos a la pregunta del principio ¿Quiénes son más creativos los niños y niñas o los adultos?

Mi opinión personal es que los niños, entonces es difícil que yo les tenga que enseñar a ser creativos cuando ellos en general son más creativos que yo. Si somos capaces de escucharlos y a veces dejarnos llevar por sus propuestas, seguro que aprenderemos mucho sobre la creatividad.

Entonces, **¿qué tengo que hacer como profesional para fomentar su creatividad?**

Darles libertad para que experimenten, valorar lo nuevo, inventar con ellos, hacerles que duden, que se pregunten cosas, darles tiempo para jugar, disfrutar y aprender del "error".

Otra pregunta ¿Por qué perdemos la creatividad cuando nos hacemos mayores? Yo creo que hay dos respuestas: una es el funcionamiento del cerebro y otra, para mí la más importante, la forma en que nos educan.

Potenciar el flujo creativo .Paul Torrance.

- Tratar con respeto las preguntas inusuales.
- Apreciar las ideas novedosas.
- Mostrar que las ideas ajenas también tienen valor.
- Brindar oportunidades para tomar la iniciativa en el aprendizaje.
- Proveer aprendizaje sin evaluación académica.

Mensajes que tienden a sofocar la expresión creativa.

- Eso no tiene lógica.
- No seas estúpido.
- Sigue las reglas, nunca excedas los límites.
- No cometas errores.
- Deja de perder el tiempo.
- Sólo hay una respuesta correcta.
- Tú no sabes nada al respecto. Deja que nos ocupemos los adultos.
- Sé práctico.
- Evita la ambigüedad.





DINÁMICAS SENCILLAS PARA FOMENTAR LA CREATIVIDAD.

Llena la clase de arte.

Muéstrales cuadros de todo tipo, esculturas, arte contemporáneo y pregúntales su opinión.

Lee poesía en clase.

Poesía, cuentos, teatro, déjales ser los protagonistas de los cuentos, que representen pequeñas obras, preparar escenografías, personajes .

Círculo y movimiento libre.

Todo el grupo en círculo y van saliendo de uno en uno hace un movimiento y dice su nombre y los demás le aplauden.

Dibujo libre.

Pueden pintar lo que quieran y como quieran. Tienen que hacerse sus cuadros. Yo puedo estimular sus cerebros dando ideas. Pueden hacer collage, pueden picar con el punzón, pueden utilizar cualquier técnica que ya les hemos enseñado. Que lo firmen y pegadlo en las paredes de clase. Ponemos una música y que dibujen la música.

Inventarnos una palabra.

Juntar dos palabras y decir su nuevo significado. Inventarnos cuentos. Mezclar cuentos.

Esta dinámica es para niños más mayores en tercero de infantil se puede empezar a trabajar.

Libertad de movimiento por clases.

Si la clase es amplia, si no en el gimnasio o en la calle ponemos una música y les dejamos moverse libres, se pueden tirar, pueden bailar, les estímulo para que muevan su cuerpo libremente, cuando se para la música tienen que pararse y no moverse nada.

Espacio para que elijan.

Pueden disponer de un tiempo para poder hacer lo que quieran. Les puedes dar opciones. Mirar libros, mirar cuadros, relajarse, estirar, escuchar música, cada uno puede elegir lo que quiere hacer. Estate abierta a nuevas propuestas por parte de tus alumnos y alumnas.

DEBERES PARA LOS PROFESORES Y LAS PROFESORAS

- **Respira, toma consciencia.** Practica dinámica de la Respiración.
- Descubre y **fomenta los potenciales** y puntos fuertes de cada alumno.
- **Obsérvalos, aprende a conocer a tus alumnos**, intenta empatizar con ellos, te ayudara mucho en tu trabajo saber cómo actúa cada niño.
- **Pide perdón.** Les enseñará a pedir perdón. Si sientes que te has equivocado, díselo. Es una gran cualidad el reconocer tus errores te humaniza ante la clase.
- **Háblales de tus emociones también.** Les ayudara a que ellos hablen de las suyas.
- **No lo tenemos que saber todo**, diles que hay cosas que no sabes.
- **Haz un poco el tonto**, es muy terapéutico para ti y para ellos, si los alumnos se ríen contigo te recordarán toda la vida.
- **Diles lo que no está bien pero intenta hablarles a su corazón**, no sólo a su mente.
- **Sorpréndete**, no sigas las programaciones al pie de la letra, es básico que me motive lo que hago y que me divierta, si siempre hago lo mismo, puedo aburrirme.
- **Fórmate y concóctete**, haz cursos que te interesen, lee mucho sobre educación, psicología, filosofía, neurociencia, tienes un trabajo muy importante para la sociedad, personalmente creo que el más, por eso tenemos que formarnos continuamente.
- **Aprende de tus alumnos y alumnas, tienen mucho que enseñarte.** Son profesionales de disfrutar el momento, son divertidos, curiosos. Te pueden enseñar a hacer el tonto por si lo olvidaste, no le dan tantas vueltas a las cosas, perdonan bastante rápido, son espontáneos....Deja que ellos también sean tus maestros.
- **Felicítate cada día porque lo intentas hacer lo mejor que puedes.**





FRASES Y TEXTOS PARA REFLEXIONAR.

- Hay un mundo por descubrir dentro de cada niña. Quien no logra descubrirlo es porque está encarcelado en su propio mundo. **Augusto Cury**.
- Todos somos genios: Pero si juzgas a un pez por su habilidad para trepar árboles, vivirá toda su vida pensando que es un inútil. **Albert Einstein**
- Hay un tipo de neuronas llamadas neuronas espejo que son la raíz de la empatía en el cerebro humano. Estas neuronas permiten que veamos una acción, podamos entender su propósito, y nos preparemos para imitarla. Así que, aunque no realicemos dicha acción, ya entendemos sus causas y hemos experimentado en nuestro cerebro cómo pueden generarse. Y, claro está, ocurre lo mismo con los estados emocionales. Si yo aprendo la mayoría del tiempo a estar tranquilo, relajado y con buen humor ,es probable que las neuronas espejo de mis alumnos transmitan y copien mis emociones. **Libro “El cerebro del niño”**.
- “Conecta y redirige”. Si el niño se encuentra ante un aluvión emocional lo primero que tenemos que hacer es conectar nuestro cerebro derecho con el del niño. ¿Cómo? Reconociendo sus sentimientos (“Estás frustrado, ¿verdad?”), utilizando señales no verbales, contacto físico... y sólo cuando se ha “conectado” emocionalmente y se ha recuperado el control, es posible “redirigir” con el lado izquierdo, es decir, empezar a tratar los problemas de manera racional. Establecer límites y buscar una solución juntos. Acuérdate de la edad que tienen los niños y que su cerebro todavía no está formado y que tú le estas ayudando a formar, por eso sé paciente con ellos. **Libro “El cerebro del niño”**.
- Las niñas se desarrollan cuando tienen tiempo y espacio para respirar , cuando pueden pasar un rato con las amigas y a veces aburrirse, relajarse, arriesgarse y cometer errores, soñar y divertirse como les es propio, e incluso fracasar. Si hemos de retornar la alegría no sólo a las niñas sino a los padres y madres , ha llegado el momento para que lo adultos se aparten un poco para permitir que los niños sean ellos mismos. Este es el inicio de una revolución. **Marilee Jones**.

BIBLIOGRAFÍA

LIBROS SOBRE EDUCACIÓN

1. **El elemento** .Descubrir tu pasión lo cambia todo. Ken Robinson, Lou Aronica.

Cuando disfrutamos haciendo aquello que más nos apasiona, el tiempo transcurre de manera distinta y desarrollamos toda nuestra creatividad. Este libro recoge las historias de personas que encontraron su Elemento, y con ello la plenitud y la felicidad en sus vidas. Sus experiencias nos dan la clave para que también nosotros podamos descubrir el nuestro.

2. **Padres Brillantes, Maestros Fascinantes**. Augusto Cury.

Formar niños y adolescentes sociables, felices, libres y emprendedores es un hermoso desafío en estos momentos. En este libro el psiquiatra y científico Augusto Cury muestra que es necesario cultivar la emoción y expandir la inteligencia de los jóvenes. Y, para eso, padres y maestros precisan de herramientas para estimular a los niños y adolescentes.

3. **Bajo presión**: Cómo educar en un mundo hiperexigente. Carl Honoré.

Durante generaciones, crecer fue una tarea fácil: ibas a la escuela unas horas al día, practicabas deporte y tenías alguna afición, y el resto del tiempo jugabas. Carl Honoré explica cómo nuestro moderno enfoque de la infancia es todo un fracaso: nuestros hijos están más obesos, miopes, más deprimidos y más medicados que cualquier generación anterior.

4. **Las escuelas que cambian el mundo**. Cesar Bona.

César Bona ha viajado por siete ciudades y pueblos siguiendo el camino de algunas de las escuelas que están luchando para que cada niño, niña y joven tenga la oportunidad de convertirse en un agente de cambio. Son lugares que cuentan con alumnos motivados, maestros corrientes, y padres cómplices detrás. Escuelas excelentes académicamente y con un proyecto integral donde el respeto, la creatividad, la imaginación, el trabajo en equipo, la empatía y la interacción con la sociedad son el mejor camino para completar las enseñanzas de las asignaturas tradicionales



LIBROS DE MINDFULNESS PARA EDUCADORES Y PADRES

6. **Mindfulness Para Enseñar Y Aprender** . Deborah Schoeberlein , Suki Sheth.

Este libro es un compañero perfecto para todo tipo de profesores: en la escuela o en las actividades extraescolares, y para asesores, catedráticos, educadores religiosos, entrenadores, padres... para cualquiera que imparta cualquier actividad. Los mejores profesores son profesores plenamente atentos, conscientes de sí mismos y sintonizan con sus alumnos. La enseñanza con atención plena, o mindfulness, fomenta una comunidad pedagógica en la que los alumnos florecen en lo académico, en lo emocional y lo social, y los profesores avanzan como profesionales y como personas.

7. **Tranquilos y atentos como una rana.** Eline Snel .

La meditación es una herramienta sencilla y eficaz, que se adapta perfectamente a las necesidades de los pequeños y les puede aportar beneficios inmediatos.

Este libro ofrece historias y ejercicios simples y breves que los niños podrán practicar a diario. Está dirigido a niños y niñas de 5 a 12 años y a sus padres, que pueden acompañarlos en su práctica.

La autora ha basado sus técnicas en el método de mindfulness desarrollado por Jon Kabat-Zinn. Los resultados han demostrado que los niños que practican estos ejercicios duermen mejor, están más concentrados y serenos y se sienten más seguros.

8. **El Niño Atento. Mindfulness Para Ayudar A Tu Hijo A Ser Más Feliz, Amable Y Compasivo** . Susan Kaiser Greenland.

Un extracto soberbio e imaginativo sobre la atención plena para el uso de niños, padres y maestros, presentado de un modo divertido, inteligente y adaptado a la edad. Los niños -que se encuentran sometidos a una presión mayor que nunca- pueden aprender a protegerse utilizando estos métodos adaptados a su edad. "El niño atento" amplía los grandes beneficios del entrenamiento en mindfulness a niños a partir de cuatro años, con ejercicios, canciones y juegos adaptados a su edad. Estas técnicas amables y divertidas alientan la conciencia y la atención e influyen muy positivamente en el rendimiento académico y en las habilidades sociales y emocionales, al tiempo que proporcionan herramientas para gestionar adecuadamente el estrés y superar problemas como el insomnio, la sobrealimentación, el trastorno de déficit de atención e hiperactividad, el perfeccionismo o la ansiedad.

OTROS LIBROS MUY INTERESANTES



9. **El cerebro del niño** .12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo. Payne Bryson, Tina • Siegel, Daniel J. «Daniel Siegel y Tina Payne Bryson han escrito una guía magistral y fácil de leer para ayudar a desarrollar la inteligencia emocional de los niños. En este libro innovador y práctico se explican los nuevos conocimientos científicos sobre cómo está constituido el cerebro infantil y cómo se desarrolla.



10. **El cerebro del niño. Alvaro Bilbao.**



Durante los seis primeros años de vida el cerebro infantil tiene un potencial que no volverá a tener. Esto no quiere decir que debamos intentar convertir a los niños en pequeños genios, porque además de resultar imposible, un cerebro que se desarrolla bajo presión puede perder por el camino parte de su esencia. Este libro es un manual práctico que sintetiza los conocimientos que la neurociencia ofrece a los padres y educadores, con el fin de que puedan ayudar a los niños a alcanzar un desarrollo intelectual y emocional pleno.



11. **Fluir (Flow): Una psicología de la felicidad** . Mihaly Csikszentmihalyi. Un libro básico en la redefinición de la subjetividad humana. Como dice Richard Flaste del New York Times Magazine «una gran contribución a la educación del público acerca del carácter positivo de los más profundos anhelos humanos». La psicología, la filosofía y el humanismo se unen para responder a la pregunta fundamental: ¿qué es la felicidad?



12. **Niños optimistas.** Martin Seligman.



Esta obra define las raíces del optimismo en el niño, enseña a detectar la aparición de actitudes pesimistas y sobre todo, muestra cómo combatirlas con un programa que fomenta la autoestima a través de los juegos, la reflexión y la sinceridad. Además, explica cómo estas técnicas no solo fomentan el optimismo, sino que mejoran la salud, las notas y, en definitiva, el desarrollo del niño, preparándolo para ser un adulto feliz.