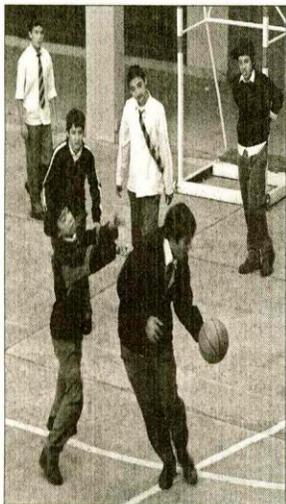


Psicólogos ligados a la educación entregan consejos para elegir:

# Escoger los talleres adecuados para después del colegio favorece el desarrollo infantil

■ Mientras no sean excesivas, estas actividades pueden ser estimulantes. Sin embargo, los especialistas coinciden en que los padres también deben procurar tiempo para el juego y el ocio.



HECTOR VANEZ

**Hacer actividad física** mejora la autoestima y promueve la colaboración según Malva Villalón, psicóloga UC.



Mateo Arias disfruta de los juegos al aire libre y también de interactuar con otros niños en el parque durante la tarde.

FELIPE GONZALEZ P.

“¿Qué talleres voy a tomar este año, mamá?” le preguntó hace poco Josefina Silva (7) a su madre. Desde kínder que ella asiste a actividades extraprogramáticas que ofrece su colegio. Su madre, María Paz Tocornal, todos los años le lee los cursos en la guía, se los explica, y ella elige uno.

Los de manualidades y artes plásticas son los que más le llaman la atención, pero el año pasado su mamá la impulsó a tomar un taller de guitarra. “A mí me gustaría ver cuáles son los talentos de la Jose e írselos desarrollando en la medida en que la motiven las actividades”, cuenta María Paz.

Si bien solo toma un taller a la semana, de 60 a 90 minutos, la madre opina que estos cursos son una oportunidad para desarrollar su autonomía. “Les hacen los talleres docentes no tan conocidos para ellos, entonces se independizan de esta ‘mamá’ que es su profesora jefe. Además tienen que relacionarse con los niños de otros cursos”, agrega.

Estas actividades pueden aportar al desarrollo personal de los escolares, complementando y enriqueciendo el currículum, como también generando

nuevas motivaciones y vocaciones en ellos, comenta Verónica Villarroel, psicóloga e investigadora de la Facultad de Psicología de la Universidad del Desarrollo.

“Si solo el sentido de autoeficacia se liga al área académica, no todos los estudiantes podrán sentirse exitosos, por

lo que participar en distintas actividades les permite probar y encontrar el lugar donde logran buenos resultados y se destacan”, agrega la especialista.

Para alcanzar el máximo provecho de estos horarios, lo más importante es que sean cursos innovadores, atractivos y desafiantes para ellos, coinciden los expertos. “Si los niños dicen que están aburridos o no les gusta, hay que escuchar su voz y tomarlos en serio”, dice Malva Villalón, psicóloga de la Facultad de Educación de la U. Católica.

## ¿Cuál es el límite?

También es importante que estos cursos sean parte de su formación y desarrollo, y que no se transformen solo en un espacio para dejarlos durante el tiempo que los padres no están en la casa. “Es significativo que los

padres no vean las actividades como cuidadores sustitutos o elijan un taller determinado porque ese día no va la nana”, dice Villalón.

La cantidad de actividades siempre va a depender de las características del propio niño, su edad y las exigencias académicas del nivel escolar en que se encuentra. “Dos a tres actividades a la semana —de 60 a 90 minutos cada una— parecen razonables cuando el niño tiene una jornada escolar no superior a 6-7 horas diarias, sin reforzamiento escolar y sin que las tareas excedan una hora al día”, dice Villarroel. De lo contrario, se recomienda solo una o dos.

Mateo Arias (6) cursa primero básico en el Colegio Santa María. Por el momento no asiste a ninguna actividad extraprogramática después de clases ya que su padre, Fernando Arias, no desea ver a su hijo sobrecargado de cosas por

hacer. “Pienso que es como agotarlos y no dejarlos vivir la etapa de la niñez”, comenta.

Durante la tarde, Mateo hace sus tareas, ve televisión, toca instrumentos musicales como el piano o la guitarra y sale al parque a jugar.

Los padres deben anticipar una situación de estrés en el niño. “Lo ideal es que no se llegue al punto de sobreexigencia ya que disminuye la motivación en los menores”, asevera Paz Valenzuela, psicóloga infanto-juvenil y académica de la U. Diego Portales.

“Hay una tendencia actual a pensar que los niños deben tener todo el tiempo ocupado. Creo que es un poco perjudicial porque en la infancia es ultranecesario el tiempo de ocio, porque ahí es cuando los niños se contactan con la creatividad, juegan, descansan y planifican”.