

LAS HABILIDADES RELACIONALES: NUESTRA HISTORIA FAMILIAR

Las familias entienden y aprecian mejor a sus antepasados creando un árbol genealógico.

DURACIÓN

15-20 minutos

PARTICIPANTES

Niños a partir de kínder, padres, familiares

MATERIALES

Un papel grande, sus materiales artísticos favoritos, incluidas herramientas para dibujar.

INDICACIONES

1. Dibuje o armen (con papel para artesanías y pegamento) el tronco y las ramas de un árbol sobre el papel.
2. Cada integrante de la familia puede dibujar o cortar las hojas del árbol que representan a un familiar. Comiencen por los familiares cercanos y, luego, sigan con la familia extendida y las generaciones anteriores.
3. En la hoja del árbol, escriban el nombre de la persona y la función que cumple para sus hijos ("Abuela"). Recuerden contar qué es lo que más les gusta de la persona. En el caso de los ancestros, quizás no saben mucho, pero digan el nombre, el lugar, la herencia y todo lo que sepan.
4. Encuentren un lugar de la casa para colgar el árbol que armaron juntos.

REFLEXIÓN

¿Algo les sorprendió de esta actividad?

¿Alguien aprendió algo nuevo de un familiar?

¿Hay valores que se comparten a través de las generaciones?

¿Saben algo de los tiempos difíciles que atravesaron sus antepasados? Recuerden contar esas historias.

¿Qué saben de la cultura de las generaciones anteriores? ¿Qué les hace sentirse orgullosos? ¿Sobre qué quieren saber más?

LAS HABILIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES

- **La autoconsciencia:** aprender sobre uno mismo y su identidad dentro del contexto familiar, las generaciones anteriores y los valores y la cultura que comparten.
- **La conciencia social:** aprender de las circunstancias de las generaciones anteriores y sentir empatía por los familiares reflexionando sobre sus historias.
- **Las habilidades relacionales:** armar el árbol familiar juntos y compartir historias de otros.

¿SABÍAN?

Unos investigadores de Berlín y Múnich demostraron que los niños que aprenden sobre sus antepasados se desempeñan mejor en las pruebas de inteligencia. Lo llamaron el "efecto ancestro" y se basa en que pensar sobre la cantidad de adversidades que superaron nuestros

PTA HEALTHY LIFESTYLES

antepasados nos hace sentir más facultados, competentes y en control. Si sus ancestros pudieron lidiar con el hambre, la pobreza, la guerra, la discriminación y más, sin duda que ellos pueden manejar su realidad actual.

