

Pauta para padres

Este cuento nos habla sobre la transformación de una oruga en mariposa. Pepeka azul siente que no se acepta a sí misma. Durante este proceso es acompañada por tres buenas amigas que están presentes para contenerla y apoyarla.

A través de este cuento podemos revisar nuestras cualidades, comprender la importancia de aceptar nuestros cambios físicos y darnos cuenta que son mucho más llevaderos cuando contamos con amistades que nos aceptan y nos hacen ver aquellos aspectos positivos que muchas veces pasan desapercibidos para nosotros mismos.

¿Qué es la autoestima?

La autoestima es el aprecio o valoración que uno se tiene a sí mismo, por lo general es positiva y va más allá de lo racional y lo lógico. Es la conciencia de una persona de su propio valor, el punto más alto de lo que somos y de nuestras responsabilidades, con aspectos buenos y otros mejorables.

Es una pieza fundamental en la construcción de los pilares de la infancia y la adolescencia. No se aprende en el colegio y se construye todos los días a través de las relaciones personales y de confianza.

Desde niños es de vital importancia reforzar el hecho de querernos y aceptarnos tal y como somos. La autoestima nos permite llevar una vida equilibrada y sana, de ella dependen nuestra autoprotección, el desarrollo personal y la convivencia en sociedad. Por eso nunca debemos ignorar el lado emocional de los pequeños, hay que estar atentos a los cambios de humor y a los altibajos emocionales.

Aceptar los cambios

Este cuento también nos habla sobre los cambios, no solamente en la etapa del cambio de la infancia a la adolescencia, sino que todos los cambios que pueden experimentar los niños, por ejemplo: comenzar a usar lentes o frenillos.

Durante el tránsito hacia la adolescencia el niño (a) pone en una balanza todas las experiencias que trae de la infancia: sus fortalezas y debilidades para lograr encontrar su espacio en el universo, encontrar su identidad. Ser adolescente significa cambiar para Crecer.

Los amigos juegan un papel fundamental en estos procesos de cambio, en la adolescencia, por ejemplo, son necesarios para probar las identidades transitorias que el adolescente va adquiriendo. En el cuento Pepeka Azul, estas amistades son la abeja Inca, La Reina y la Flor. Ellas son la fuerza que le ayuda a la oruga a nacer. La apoyan para manejar sus duelos, sus alegrías, sus confusiones.

Comentemos

¿Qué transformación está viviendo Pepeka azul durante el cuento?

¿Has sentido últimamente alguna transformación en tu cuerpo?

¿Quiénes acompañan a Pepeka en sus procesos?

¿Qué crees tú que la oruga puede hacer para quererse y aceptarse a sí misma?