

## LOS NIÑOS Y SU LIBRE EXPRESIÓN

La libre expresión en los niños es un derecho fundamental que incluye la libertad de buscar, recibir y difundir información, ideas y opiniones de todo tipo, según la Convención sobre los Derechos del Niño de la ONU. Fomentar esta capacidad les ayuda en su desarrollo cognitivo y emocional, permitiéndoles fortalecer su autonomía y participar en el mundo que les rodea. Este derecho puede tener restricciones legales necesarias para proteger a otros derechos y a la sociedad.

### Qué implica la libre expresión infantil

- **Libertad de buscar, recibir y difundir información:** Los niños tienen derecho a acceder y compartir información e ideas, ya sea oralmente, por escrito, de forma artística o por cualquier otro medio.
- **Derecho a opinar:** Pueden expresar sus puntos de vista sobre asuntos que les afectan directamente o indirectamente.
- **Desarrollo de habilidades:** Fomenta su capacidad de pensar por sí mismos, desarrollar su inteligencia emocional, formar un sentido crítico y mejorar sus habilidades de comunicación.
- **Participación social:** Les permite contribuir a debates y a su interacción con el mundo, lo que es vital para convertirse en miembros productivos de la sociedad.

### Cómo fomentar la libre expresión en casa y la escuela

- **Escuchar activamente:** Permite que los niños se expresen sin interrupciones o regaños, incluso si sus opiniones parecen "absurdas".
- **Ofrecer opciones:** Dentro de lo razonable, deja que elijan cosas como su ropa o las actividades familiares para reforzar su autonomía.
- **Realizar actividades creativas:** Fomenta la expresión a través del arte, la música o la escritura para que aprendan a manifestar sus emociones de forma adecuada.
- **Promover el diálogo bidireccional:** No solo los adultos deben opinar, sino que debe existir un diálogo donde los niños también participen libremente.
- **Respetar su cultura e identidad:** Permite que expresen su lengua, sus costumbres y sus prácticas culturales, ya que son parte fundamental de su identidad.