

**TÍTULO DEL VIDEO:** Aprende a analizar y pensar antes de actuar #0024

**AUTOR:** Sofía Sierra Vidal

**DESCRIPCIÓN:**

Se muestran diferentes alternativas para fortalecer en los niños su proceso de mentalización. El proceso de mentalización es aquel que nos permite pensar sobre nuestros propios estados emocionales, siendo una habilidad necesaria para poder pensar antes de actuar.

**ÁREAS DE APOYO:**

- ✓ Control de impulsos
- ✓ Proceso de mentalización
- ✓ Capacidad de observación (yo observador)
- ✓ Reparación de conducta
- ✓ Tolerancia a la demora
- ✓ Expresión de sentimientos y emociones
- ✓ Responsabilidad

**MATERIAL:**

- ✓ Video explicativo

**IMPORTANTE:**

- ✓ No utilizar juicios de valor (evitar “los debes”).
- ✓ Promover la utilización de claves sociales:
- ✓ La función de mentalización se automatiza a partir de la repetición constante.

**PALABRAS CLAVE:**

- |                   |                               |                      |
|-------------------|-------------------------------|----------------------|
| -Claves sociales  | -Lenguaje interno de la mente | -Escuela para padres |
| -Expresión verbal | -Narrar, describir            | -Agresividad         |

**CLASIFICACIÓN:**

Grado: **Pre-escolar, Escolares 1,2,3, Escolares 4,5,6, Jóvenes, Adultos, Todos**

Nivel: Inicial, Medio, Avanzado, **No aplica**

Ejecución: **Individual**, Parejas, Grupal, Todos

Tipo: **Actividad**, Estrategia, Teoría/Clase, Juego

## EXPLICACIÓN-METODOLOGÍA:

El primer paso, para ayudar a que sus chicos desarrollen su capacidad para la metalización es la **observación**.

- ✓ **Observación:** Primero tienen que **observar** a su chico, observar cómo es su comportamiento frente a diferentes situaciones, cómo son sus reacciones, cómo expresa sus emociones, si tiende actuarlas, las acompaña con golpes, agresión, insultos o simplemente ignora la situación.

El segundo paso es la **Descripción de la situación**.

- ✓ Le tienen que **narrar, describir** como sucedió una situación, sin dar juicio de valor. Recuerden que en muchas ocasiones los problemas de conducta están asociados con dificultades para usar el **lenguaje interno de su mente**. Es decir, el que permite que nos demos instrucciones para entender una situación y una conducta.

Por ejemplo si el chico arrebató el balón a otro niño y éste le reclamó pero él respondió con un golpe. Lo que recomiendo es describir la situación: Mira, en este momento llegaste corriendo le quitaste el balón a tu compañero y él te dijo que el balón lo tenía él y tú le diste una patada.

El tercer paso es la **reparación de la conducta**.

- ✓ Se debe promover la auto reflexión, realizando preguntas tales como: ¿Qué crees que puedes hacer ahorita?. Recuerden evitar los “debes”.

Si a su chico no se le ocurre nada ustedes pueden sugerirle una solución: Puedes ir nuevamente con tu compañero y decirle que te disculpe, que quiere jugar fútbol con él.

### Otras consideraciones.

1. Procuren ser lo más **preciso y objetivos** durante la descripción de la situación y en la solución que proponen.
2. Promueven la **utilización de claves sociales**: es decir el uso de palabras o frases tales como: perdón, con permiso, por favor. Estas claves funcionan como frenos internos y pausas, pueden ser los dos segundos necesarios para frenar una conducta.
3. Deben de **ser pacientes, tolerantes** ya que la función de metalización se automatiza a través de la experiencia (repetición constante).