

TÍTULO VIDEO: Comunicación efectiva y desarrollo emocional: aceptación incondicional #0116

AUTOR: Luis Fernando Martínez Gómez

DESCRIPCIÓN:

Este video trata sobre la importancia de desarrollar una actitud de aceptación incondicional, actitud primordial para que un chico desarrolle la confianza personal. Aceptar significa no condicionar el cariño ni la protección, es decirle al otro: "te quiero y te acepto tal y como tú eres". El material que se presenta forma parte de una serie de videos asociados con las cuatro actitudes básicas conocidas como las cuatro A.

ÁREAS DE APOYO:

- ✓ Comunicación efectiva
- ✓ Desarrollo emocional
- ✓ Actitudes básicas
- ✓ Confianza personal
- ✓ Autoestima

MATERIAL:

- Video explicativo
- Comunicación efectiva y desarrollo emocional: atención física # 0047
- Comunicación efectiva y desarrollo emocional: atención psicológica # 0050

IMPORTANTE:

- ✓ El desarrollo de esta actitud se logra a través de la práctica constante y el objetivo principal no es resolver los problemas del chico, sino comprenderlo y apoyarlo a desarrollar la confianza personal.

PALABRAS CLAVE:

- Empatía
- Escucha activa
- Gestalt
- Respeto
- Escuela para padres
- Apoyo emocional

CLASIFICACIÓN:

Grado: Pre-escolar, Escolares 1-3, Escolares 4-6, Adolescentes, Adultos, **Todos**.

Nivel de dificultad: Inicial, Medio, Avanzado, **Todos**, No aplica.

Ejecución: **Individual**, Dos o más.

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

EXPLICACIÓN-METODOLOGÍA:

- ❖ Para practicar la aceptación incondicional es necesario seguir los siguientes pasos:
 1. Respeta sus sentimientos, sus emociones, su manera de pensar y sus conductas. Aceptar incondicionalmente implica aceptar las diferencias del otro.
 2. Demuestra al chico que no necesitas que sea perfecto o que sea como tú quieres para aceptarlo.
 3. Hazle saber que también eres capaz de aceptarlo aunque cometa errores y equivocaciones, es decir, a pesar de sus imperfecciones, y que estas son parte de la naturaleza de cualquier ser humano.
 4. Nunca condicione tu cariño o tu aceptación hacia él en relación a un comportamiento, una actitud, una forma de pensar. Más allá de esto, tú lo aceptas a él como persona.
 5. Hazle saber al chico que lo amas y lo aceptas sin importar cómo piense, cómo sienta o cómo actúe.
 6. Recuerda que la persona no es lo mismo que sus conductas y aprende a separar una de las otras. Tú puedes decirle al chico que lo quieres y lo aceptas a él como persona, pero que hay comportamientos que no te gustan y que no aceptas.
 7. Relacionado con el punto anterior, es necesario que seas muy concreto en relación al comportamiento que no te gusta o que no aceptas, por ejemplo: *“No me gusta que reacciones de manera agresiva con tu hermano ni que le pegues cuando toma tus juguetes”*.