

SI PUDIERAS VER LO QUE ESTÁ EN MI CABEZA...

Un juego para aumentar la resiliencia

Para desarrollar la resiliencia, es muy importante que los niños tengan relaciones sanas con adultos que se fijan en sus pensamientos y sentimientos.

Cómo jugar:

Siéntense juntos.

Tomen turnos para hablar y escuchar.

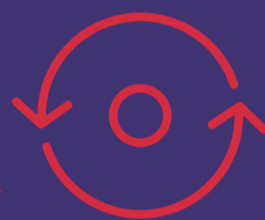
El primero dice:

El segundo escucha y luego toma su turno.



"Si pudieras ver lo que está en mi cabeza, sabrías que...."

+ un hecho divertido sobre tí



Para fomentar la resiliencia en el pensamiento:

hable acerca de momentos difíciles o frustrantes

cómo solucionó un problema

por qué no se dio por vencido/a

cómo intentó algo nuevo

proporcione elogios específicos

ayuda a los niños a saber lo que hicieron bien

hace más probable que intenten cosas nuevas

Fue muy difícil en la clase de matemáticas cuando no sabía cómo conseguir la respuesta.

Pero levanté la mano y pedí ayuda.

¡Estuviste muy paciente!

Otras maneras de jugar:



Para niños pequeños

Deles algunos temas para empezar como...

su color preferido

su comida preferida

"Digamos nuestro juego favorito para el recreo. Si pudieras ver lo que está en mi cabeza, sabrías que mi juego favorito es....."



Para aumentar las habilidades de la amistad en el salón de clases...

Hable sobre lo que quiere decir ser amigable

"Cuando hacemos preguntas a nuestros amigos, averiguamos más sobre lo que les gusta."

Divida a los niños en pares y pídeles que practiquen completar la frase y escuchar al otro niño o niña.