

GUÍA DE TRABAJO N° 5: EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES Y LA EMPATÍA

Estimados apoderados:

En esta quinta guía, nos enfocaremos en un aspecto vital para la vida escolar de sus hijos: **el desarrollo social y la capacidad de conectar positivamente con sus compañeros.**

Alrededor de los 6 años, los niños atraviesan una etapa de importantes transformaciones: los amigos comienzan a ser cada vez más relevantes, y empiezan a desarrollar mayor capacidad para cooperar y compartir. Ingresar a primero básico significa enfrentarse a un grupo de pares, lo que exige saber esperar el turno, ceder y resolver pequeños conflictos.

La psicología y la neurociencia nos enseñan que la empatía —la capacidad de "leer la mente de los otros" y comprender sus intenciones o emociones— es una habilidad que se entrena. A esta edad, los niños comienzan a diferenciar con mayor claridad entre lo que ellos sienten y lo que siente el otro. Cuando ustedes, desde la casa, fomentan el comportamiento prosocial, la cooperación y el respeto, le entregan a sus hijos las herramientas para crear vínculos sanos y sentirse seguros y conectados en la escuela.

Para apoyar a sus hijos en el desarrollo de estas competencias sociales, les sugerimos poner en práctica estas **dos actividades** durante la semana:

ACTIVIDAD 1: ENSAYANDO SOLUCIONES A CONFLICTOS COTIDIANOS

Objetivo: Enseñar al niño a negociar soluciones frente a los problemas y a relacionarse con sus compañeros de manera constructiva. **Cómo hacerlo:**

1. Aprovechen los momentos en que su hijo les cuente sobre un problema en el colegio o con un hermano (por ejemplo, "un niño no me dejó jugar").
2. En lugar de darle la solución de inmediato o intervenir por él, alienten a su hijo a que exprese sus sentimientos de forma abierta y ayúdenle a pensar en alternativas. Pregunten: "*¿Qué crees que podrías decirle mañana si pasa lo mismo?*" o "*¿Cómo podríamos resolver esto para que ambos estén contentos?*".
3. Modelen la conducta apropiada a través de un juego de roles. Ustedes pueden hacerse pasar por el compañero y practicar juntos cómo pedir un juguete, cómo preguntar si puede unirse a un juego o cómo decir "no" respetuosamente.
4. Ofrezcan siempre cumplidos específicos cuando noten que su hijo es cooperativo, comparte con otros o respeta las reglas acordadas.



ACTIVIDAD 2: EL DETECTIVE DE LAS EMOCIONES

Objetivo: Fomentar la empatía y la capacidad de identificar y comprender los estados mentales y emocionales de los demás. **Cómo hacerlo:**

1. Al momento de leer un cuento o ver una película juntos, aprovechen la historia para reflexionar. Sabemos que los adultos enriquecen enormemente la imaginación de los niños al interactuar mediante los relatos.
2. Deténganse en los momentos donde un personaje enfrente una situación difícil o un conflicto.
3. Jueguen a ser "detectives de emociones". Formulen preguntas que los inviten a ponerse en el lugar del otro: "*¿Por qué crees que este personaje reaccionó así?*", "*¿Cómo crees que se siente el amigo que perdió su turno?*" o "*¿Qué harías tú para ayudarlo a sentirse mejor?*".
4. Conecten estas reflexiones con el entorno real del niño, estimulando su capacidad para demostrar empatía ante situaciones que viven sus propios compañeros.

Al guiar a sus hijos en el manejo de estas interacciones, no solo mejoran su comportamiento, sino que los ayudan a construir un ambiente de aprendizaje mucho más positivo y enriquecedor, sentando las bases para un futuro lleno de éxito escolar y bienestar.

¡HASTA LA PRÓXIMA!