



Familia-Psikologia Unibertsitate-Zentroa  
Centro Universitario de Psicología de la Familia



# APRENDER A PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO

# Algunos datos interesantes...

¿Qué es la capacidad de ponerse  
en el lugar del otro?  
("Teoría de la Mente")

- Es la capacidad para darse cuenta de que otras personas pueden tener creencias, deseos, emociones o intenciones distintas a las propias, y actuar teniéndolas en cuenta.
- Desde el año y medio se puede estimular con sencillas actividades que podemos realizar con niños y niñas en la vida cotidiana de la familia.



# ¿Por qué es importante la capacidad de ponerse en el lugar del otro?



- Porque el niño/a aprende a tener en cuenta los deseos y las emociones del otro/a antes de actuar y esto favorece las relaciones sociales positivas y su adaptación a situaciones nuevas (Ej.: adaptación a la guardería o al centro de educación infantil).
- Porque su comprensión de las normas de convivencia será mayor y le será más fácil aplicarlas en la vida diaria con sus padres y madres, hermanos/as y compañeros/as.

# Criterios educativos para favorecer la capacidad de ponerse en el lugar del otro

## *1.- Fomentar la sociabilidad del niño/a.*

- Estar al tanto de las relaciones del niño/a con los iguales y mostrar interés en su desarrollo social.
- Favorecer las relaciones del niño/a con sus iguales.
- Fomentar la participación del niño/a en actividades extraescolares, campamentos, etc.





# Criterios educativos para favorecer la capacidad de ponerse en el lugar del otro



## *2. - Fomentar la expresividad emocional.*

- Favorecer la expresión de emociones positivas y negativas.
- Promover conversaciones y explicaciones sobre las emociones.
- Ayudar al niño/a a expresar sus emociones de forma controlada.
- Expresar las emociones al recordar o explicar los propios estados emocionales.

# Criterios educativos para favorecer la capacidad de ponerse en el lugar del otro

## 3. - *Fomentar la toma de conciencia de estados mentales, intenciones y deseos de otros.*

- Fomentar el juego simbólico del niño/a. (Juegos de simulación de la realidad)
- Dedicar un tiempo diario a contarle cuentos al niño/a.
- Emplear palabras que hagan referencia a estados mentales propios o de otras personas cuando se lee con el niño/a algún cuento. Por ejemplo, referirse a las emociones del protagonista (*el niño estaba feliz con su amigo*), o a sus deseos (*quería salir a jugar*).



# Criterios educativos para favorecer la capacidad de ponerse en el lugar del otro



## 4. - *Practicar las estrategias de distanciamiento.*

- Practicar estrategias de distanciamiento (bajo, medio): hacer alusiones a hechos, objetos o circunstancias no presentes durante el proceso de realización de una tarea conjunta.
- *Distanciamiento bajo:* realizar actividades sobre lo directamente observable: describir, nombrar... objetos, personas o situaciones que estén presentes.
- *Distanciamiento medio:* pedirle al niño/a que relacione lo que está viendo con algo que no está presente, por ejemplo, si ve un león en la TV, decirle: "mira, es un león, ¿te acuerdas cuando fuimos al zoo el año pasado y viste leones allí?".