

Cómo cambiar nuestra percepción del mundo

La toma de perspectiva es pensar cómo se puede sentir y qué puede pensar otra persona cuando algo está sucediendo. Esto también se llama su punto de vista.

Lo que sabemos:

Los niños con mejores habilidades de tomar perspectiva de los demás tienen menos probabilidades de involucrarse en conflictos con otros niños. Les ayuda saber cómo comportarse en situaciones sociales, preocuparse por los demás, comunicarse de manera efectiva, solucionar problemas y colaborar. Comprender lo que otros piensan también ayuda a los niños a sentirse más cómodos en situaciones nuevas.

La toma de perspectiva requiere que se ponga en la posición de otra persona. Imagine lo que usted sentiría, pensaría o haría si estuviera en esa situación.

La toma de perspectiva ayuda a los niños a ser más exitosos como adultos porque estarán mejor preparados para reclamarse con otras personas. Ver y entender el mundo desde el punto de vista de otra persona es una habilidad importante que puede enseñar a los niños para que construyan relaciones sanas y satisfactorias.



Cuando cambias la manera de ver las cosas, las cosas que miras cambian - Wayne Dyer.

Intente esto:

Tómese el tiempo para escuchar a su hija(o). Cuando usted escucha y se preocupa por lo que piensan y se sienten, demuestra cómo preocuparse por el punto de vista de otra persona. Con el tiempo, los niños aprenden a preocuparse por el punto de vista de otra persona porque lo han sentido ellos mismos. Como padres, ustedes pueden:

- dar el ejemplo de cómo buscar y escuchar la perspectiva de otra persona,
- explicar sus propios puntos de vista y hablar sobre sus pensamientos y sentimientos,
- hablar con sus hijas(os) sobre los posibles sentimientos y pensamientos de otra persona.

Revise esta [fuente de recurso](#) de Michigan State Extension para aprender más sobre otras maneras de ayudar a desarrollar la perspectiva.

Para divertirse:

Considere leer con sus hijos algunos de estos [libros sobre el punto de vista](#) en la lista de Adrienne Gear para ayudarlos a comprender mejor la perspectiva de otra persona.