



TÍTULO
TRANQUI, POR FAVOR: El niño impaciente



AUDIOVISUAL
<https://smarturl.it/p0w7lc> (Hasta el minuto 2:40)

VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR
Autocontrol

ÁREA CURRICULAR
Lengua Castellana y Literatura.

EDAD RECOMENDADA
De 8 a 10 años

SINOPSIS
El protagonista se comporta de manera muy impaciente con una tendencia a ser altamente exigente con los demás. El niño grita, se enfada y busca la atención inmediata. El audiovisual invita a identificar estos comportamientos, conocer los efectos inapropiados de la impaciencia y reconducirlos a través de la relajación y otras estrategias de regulación emocional.

REFERENTE TEÓRICO: Conceptos como “esperar unos años”; “perseverar aunque no se vean resultados visibles”; “tener paciencia” o “practicar durante meses” son asumidos con dificultad por los niños. Sin embargo, es una misión importante del educador hacer entender a los alumnos que la constancia, la paciencia y el esfuerzo son la base del éxito personal y social.

Cuando un niño entiende que hay metas a corto plazo y otras a largo plazo, acaba por calmar de forma espontánea su inicial ansiedad por obtener de forma inmediata la recompensa a sus esfuerzos.

RAZÓN DE SER: A partir de un estímulo audiovisual, el educador promueve una reflexión colectiva centrada en la impaciencia y sus negativos resultados.

Se puede provocar un coloquio posterior mediante diversos tipos de preguntas, centradas en las emociones que se experimentan durante tiempos de espera, y las reacciones que suelen acompañar a la impaciencia.

DESARROLLO

1ª Fase

El educador comenta con los alumnos que muchas veces desean hacer lo que más les apetece “ya”.

Cuesta trabajo saber esperar al momento oportuno, sobre todo cuando no depende de ellos disfrutar de las cosas cuando más lo desean. Si no se aprende a contenerse y mantener la calma, se corre el riesgo de tener problemas con los padres, los amigos, los educadores, los compañeros de clase, etc.

Se pondrán algunos ejemplos: “abrir ya los regalos de Reyes”; “tirarse al agua nada más llegar a la piscina”; “exigir ir en ese mismo momento a una hamburguesería”; “gastar la paga semanal el mismo día que te la dan”, etc.

Se proyecta el audiovisual, formulando a continuación preguntas para asegurar la comprensión por parte de los alumnos del mensaje que se transmite:

- *¿Qué le pasa al personaje? ¿en qué situaciones se pone nervioso e impaciente?*
- *¿Ocasiona algún problema a los demás su falta de paciencia?*
- *¿Cómo acaban todos los personajes?*
- *¿Cómo aprende a ser más paciente?*

2ª Fase

Preguntas para estimular el diálogo colectivo:

- *¿Qué nos dicen los adultos cuando estamos impacientes?*
- *¿Os soléis enfadar cuando tardan en servirlos la comida en un restaurante?*
- *Si queréis que os compren hoy mismo un juego y os dicen que os esperéis al fin de semana ¿qué respondéis? ¿os enfadáis? ¿qué pasa después?*
- *Si queréis intervenir en clase para responder una pregunta del educador y levantáis la mano pero el educador no os hace caso ¿qué hacéis? ¿qué pasa si interrumpís sin permiso?*
- *¿Cuándo os hacen más caso los amigos a la hora*

de decidir qué hacer una tarde, cuando os enfadáis o cuando razonáis?; ¿por qué?

- *Es la hora de comer. Os sirven la ensalada en el plato, pero tenéis mucha sed, así que bebéis de golpe tres vasos de agua. ¿Qué pasa a continuación?; ¿qué hubierais podido hacer?*
- *Si tenéis algo urgente de verdad que decir a un adulto pero no os hace caso ¿es mejor esperar a que os quiera escuchar o debéis hacer otra cosa?*

[El educador plantea esta pregunta para que los niños discriminen caprichos o situaciones triviales de verdadero riesgo, en los que la ayuda adulta debe producirse de inmediato. Se pueden poner ejemplos: "tu hermano pequeño se ha caído por las escaleras y tu padre está hablando por teléfono"; "huele a quemado en la cocina; tu madre se ha echado la siesta y te ha pedido que no la molestes en la próxima media hora"].

PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Una vez finalizada esta actividad se sugiere trabajar con la actividad "Nos relajamos" (Variable Autocontrol) con el objetivo de profundizar en técnicas de relajación basadas en la respiración y la visualización guiada. Estas técnicas ayudan a promover una sensación de control positiva ante circunstancias de impaciencia y falta de control.