



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Auto control

Se refiere a la capacidad para retrasar la gratificación, el control de impulsos, atención directa y focalizada, para manejar emociones y regular comportamientos.

#### ¿Cómo se desarrolla el autocontrol?

- » Tomar turnos no es una habilidad innata. Tomar turnos es una habilidad valiosa para hacer amigos, esperar, ser paciente, negociar y resolver problemas. Esperar solo unos minutos es útil para apoyar la autorregulación, la atención y el escuchar.
- » Obtener una " mala tirada de los dados " puede parecer injusto. Las personas responden automáticamente como si fuera una amenaza y entran en modo de "lucha o huida". Se controla tomando un respiro antes de decir o hacer algo.
- » Hacer frente a los obstáculos se puede superar más fácilmente cuando se da cuenta de que existen diferentes alternativas para hacerlo. Ayuda a pensar fuera de lo común. Te hace flexible.
- » Los juegos implican cambios constantes realizados por otros jugadores y se necesitan nuevos pensamientos para perseverar. Estar bien con los cambios y "rodar con los golpes" brindan múltiples oportunidades para la práctica positiva de la resiliencia.
- » Los juegos de mesa son un terreno perfecto para desarrollar la paciencia. Se necesita paciencia para concentrarse en el juego, prestar atención a otros jugadores, superar desafíos y lograr objetivos a largo plazo.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Auto control

Se refiere a la capacidad para retrasar la gratificación, el control de impulsos, atención directa y focalizada, para manejar emociones y regular comportamientos.

#### ¿Cómo se desarrolla el autocontrol?

- » Tomar turnos no es una habilidad innata. Tomar turnos es una habilidad valiosa para hacer amigos, esperar, ser paciente, negociar y resolver problemas. Esperar solo unos minutos es útil para apoyar la autorregulación, la atención y el escuchar.
- » Obtener una " mala tirada de los dados " puede parecer injusto. Las personas responden automáticamente como si fuera una amenaza y entran en modo de "lucha o huida". Se controla tomando un respiro antes de decir o hacer algo.
- » Hacer frente a los obstáculos se puede superar más fácilmente cuando se da cuenta de que existen diferentes alternativas para hacerlo. Ayuda a pensar fuera de lo común. Te hace flexible.
- » Los juegos implican cambios constantes realizados por otros jugadores y se necesitan nuevos pensamientos para perseverar. Estar bien con los cambios y "rodar con los golpes" brindan múltiples oportunidades para la práctica positiva de la resiliencia.
- » Los juegos de mesa son un terreno perfecto para desarrollar la paciencia. Se necesita paciencia para concentrarse en el juego, prestar atención a otros jugadores, superar desafíos y lograr objetivos a largo plazo.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

- 1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.**
- a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
  - b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick

7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

- 1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.**
- a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
  - b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick

7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Auto-concepto positivo

Autoconfianza, autoestima, autovalor, orgullo, motivación, resiliencia.

#### ¿Cómo se desarrolla el auto-concepto positivo?

- » Los jugadores empiezan al mismo nivel al comienzo del juego y se proporcionan caminos para que los jugadores adquieran y desarrollen habilidades adicionales de su elección.
- » La auto-motivación es un componente clave para lograr metas y sentir una sensación de logro. Es tener el impulso y el entusiasmo para lograr lo que pide el juego. Tomas el asunto en tus propias manos, completando las tareas del juego.
- » ¡Eres capaz de grandes cosas! Los jugadores deben poner esfuerzo, perseverancia y determinación para alcanzar la meta.
- » Incluso cuando hacen un gran esfuerzo pero aún no alcanzan, los jugadores se concentran en el trabajo duro, no en ganar o perder.
- » Sigue intentándolo hasta que lo domine. ¡Pisotea esos pensamientos negativos automáticos! Superar el fracaso con éxito genera empatía y la capacidad de recuperarse de la adversidad.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489): <https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Auto-concepto positivo

Autoconfianza, autoestima, autovalor, orgullo, motivación, resiliencia.

#### ¿Cómo se desarrolla el auto-concepto positivo?

- » Los jugadores empiezan al mismo nivel al comienzo del juego y se proporcionan caminos para que los jugadores adquieran y desarrollen habilidades adicionales de su elección.
- » La auto-motivación es un componente clave para lograr metas y sentir una sensación de logro. Es tener el impulso y el entusiasmo para lograr lo que pide el juego. Tomas el asunto en tus propias manos, completando las tareas del juego.
- » ¡Eres capaz de grandes cosas! Los jugadores deben poner esfuerzo, perseverancia y determinación para alcanzar la meta.
- » Incluso cuando hacen un gran esfuerzo pero aún no alcanzan, los jugadores se concentran en el trabajo duro, no en ganar o perder.
- » Sigue intentándolo hasta que lo domine. ¡Pisotea esos pensamientos negativos automáticos! Superar el fracaso con éxito genera empatía y la capacidad de recuperarse de la adversidad.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489): <https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. **a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.**
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF35305 Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. **a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.**
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF35305 Agosto 2020



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Autoconcepto positivo — Salud mental

Bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades "suaves" son destrezas para enfrentar la situación mental.

#### ¿Cómo se desarrolla la salud mental?

- » Los juegos de mesa ayudan a reducir el aislamiento. Ayudará a evitar la soledad y a construir relaciones positivas con los demás.
- » Los juegos de mesa ofrecen una forma estructurada de conocer a otros. Tener un juego como actividad que permite que las amistades se formen lentamente de una manera menos formal disminuyendo la presión.
- » Los juegos de mesa ayudan a la familia o los amigos a desarrollar cohesión. La interacción cara a cara es un componente importante de los juegos de mesa y apoya la buena salud mental.
- » Promueve buenas conexiones sociales a la Antigua, o sea, en persona. Crea un vínculo emocional para la familia o los amigos y fomenta una mayor probabilidad de supervivencia, así como la comunicación.
- » Jugar juegos de mesa elimina el estrés al jugador entrar en un estado de flujo, aleja el cerebro de los factores estresantes diarios y lo convierte en un campeón de todo lo que esté haciendo.
- » Los jugadores aprenden a mantener la calma cuando cae la inevitable (por ejemplo) la torre Jenga. La risa destruye el estrés de la naturaleza, reduce la frecuencia cardíaca y la presión arterial a corto plazo y aumenta su bienestar a largo plazo.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Autoconcepto positivo — Salud mental

Bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades "suaves" son destrezas para enfrentar la situación mental.

#### ¿Cómo se desarrolla la salud mental?

- » Los juegos de mesa ayudan a reducir el aislamiento. Ayudará a evitar la soledad y a construir relaciones positivas con los demás.
- » Los juegos de mesa ofrecen una forma estructurada de conocer a otros. Tener un juego como actividad que permite que las amistades se formen lentamente de una manera menos formal disminuyendo la presión.
- » Los juegos de mesa ayudan a la familia o los amigos a desarrollar cohesión. La interacción cara a cara es un componente importante de los juegos de mesa y apoya la buena salud mental.
- » Promueve buenas conexiones sociales a la Antigua, o sea, en persona. Crea un vínculo emocional para la familia o los amigos y fomenta una mayor probabilidad de supervivencia, así como la comunicación.
- » Jugar juegos de mesa elimina el estrés al jugador entrar en un estado de flujo, aleja el cerebro de los factores estresantes diarios y lo convierte en un campeón de todo lo que esté haciendo.
- » Los jugadores aprenden a mantener la calma cuando cae la inevitable (por ejemplo) la torre Jenga. La risa destruye el estrés de la naturaleza, reduce la frecuencia cardíaca y la presión arterial a corto plazo y aumenta su bienestar a largo plazo.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. **b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.**
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos

Investigación y Extensión de la Universidad

del estado de Kansas - Condado de Sedgwick

7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759

(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Déanos “like” en Facebook: [Bonding thru Board Games](#)

# K-STATE

Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF35305 Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. **b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.**
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos

Investigación y Extensión de la Universidad

del estado de Kansas - Condado de Sedgwick

7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759

(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Déanos “like” en Facebook: [Bonding thru Board Games](#)

# K-STATE

Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF35305 Agosto 2020



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Habilidades sociales

Habilidad para llevarse bien, respeto por los demás, comportamiento apropiado y práctica para resolver conflictos. Crear y mantener relaciones satisfactorias.

#### ¿Cómo se desarrollan las habilidades sociales?

- » Los juegos de mesa reúnen a todo tipo de personas y brindan oportunidades para agudizar las interacciones con los demás. Establecerá una situación "simulada" en la que su hijo experimentará una amplia variedad de emociones. Los adultos pueden ayudar al niño a superar todos y cada uno de ellos.
- » Jugar requiere paciencia, poder esperar y tomar turno, negociar sobre quién va primero, estar de acuerdo y apegarse a las reglas, y ser un buen jugador, gane o pierda.
- » Los jugadores aprenden gestos sociales, el discernir lo que se habla y el practicar la empatía.
- » Los jugadores aprenden a considerar y comprender que los sentimientos de los demás pueden ser diferentes a los suyos. Los juegos ayudan a las personas a volverse emocionalmente conscientes de sí mismas.
- » En los juegos cooperativos, los jugadores trabajan en equipo y deben estar dispuestos a aceptar aportaciones y ayuda de los demás, los equipos comienzan a reconocer conjuntos de habilidades específicas y juntos toman decisiones que hacen avanzar llegar la meta.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Habilidades sociales

Habilidad para llevarse bien, respeto por los demás, comportamiento apropiado y práctica para resolver conflictos. Crear y mantener relaciones satisfactorias.

#### ¿Cómo se desarrollan las habilidades sociales?

- » Los juegos de mesa reúnen a todo tipo de personas y brindan oportunidades para agudizar las interacciones con los demás. Establecerá una situación "simulada" en la que su hijo experimentará una amplia variedad de emociones. Los adultos pueden ayudar al niño a superar todos y cada uno de ellos.
- » Jugar requiere paciencia, poder esperar y tomar turno, negociar sobre quién va primero, estar de acuerdo y apegarse a las reglas, y ser un buen jugador, gane o pierda.
- » Los jugadores aprenden gestos sociales, el discernir lo que se habla y el practicar la empatía.
- » Los jugadores aprenden a considerar y comprender que los sentimientos de los demás pueden ser diferentes a los suyos. Los juegos ayudan a las personas a volverse emocionalmente conscientes de sí mismas.
- » En los juegos cooperativos, los jugadores trabajan en equipo y deben estar dispuestos a aceptar aportaciones y ayuda de los demás, los equipos comienzan a reconocer conjuntos de habilidades específicas y juntos toman decisiones que hacen avanzar llegar la meta.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. **Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.**
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

**Elizabeth Brunscheen-Cartagena**

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. **Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.**
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

**Elizabeth Brunscheen-Cartagena**

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Desarrollo de habilidades interpersonales

La comunicación contribuye a las habilidades sociales e impacta la profundidad de las relaciones. Estas habilidades incluyen habilidades verbales, no-verbales, escritas y el escuchar activamente.

#### ¿Cómo se desarrolla la comunicación?

- » Los juegos de mesa crean una estructura que permite a los jugadores salir de sus caparazones y entrar en un mundo de comunicación.
- » No verbal: comunicarse con los ojos y el cuerpo es un componente importante de los juegos de mesa. Las sonrisas astutas, el contacto visual cambiante, así como los gestos con las manos y la posición del cuerpo pueden comunicar un propósito o mantener a los jugadores adivinando.
- » Verbal: Los juegos de mesa son una plataforma para crear conversaciones. Los jugadores comienzan a compartir sus sentimientos cuando no están seguros de qué hacer cuando un oponente bloquea un movimiento, o de ser un buen jugador cuando pierde o gana. Los jugadores deben comunicarse bien para negociar de manera convincente.
- » Escrito: Los juegos de mesa ayudan al jugador a aprender a comprender las instrucciones escritas en las tarjetas para la siguiente pista. En algunos juegos, el jugador debe hacer dibujos locos para describir una palabra u oración, aprender a reconocer números en los dados o leer símbolos. Los jugadores están expuestos a la interpretación del significado a través de la gramática, la sintaxis, la puntuación, la elección de palabras y el estilo.
- » Escuchar activamente: muchos juegos implican estar pendientes de lo que quieren decir los demás o sus intenciones que pueden darle información adicional. En las negociaciones o el trabajo en equipo, el escuchar activamente es vital para analizar la situación y prever posibles resultados.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales: Desarrollo de habilidades interpersonales

La comunicación contribuye a las habilidades sociales e impacta la profundidad de las relaciones. Estas habilidades incluyen habilidades verbales, no-verbales, escritas y el escuchar activamente.

#### ¿Cómo se desarrolla la comunicación?

- » Los juegos de mesa crean una estructura que permite a los jugadores salir de sus caparazones y entrar en un mundo de comunicación.
- » No verbal: comunicarse con los ojos y el cuerpo es un componente importante de los juegos de mesa. Las sonrisas astutas, el contacto visual cambiante, así como los gestos con las manos y la posición del cuerpo pueden comunicar un propósito o mantener a los jugadores adivinando.
- » Verbal: Los juegos de mesa son una plataforma para crear conversaciones. Los jugadores comienzan a compartir sus sentimientos cuando no están seguros de qué hacer cuando un oponente bloquea un movimiento, o de ser un buen jugador cuando pierde o gana. Los jugadores deben comunicarse bien para negociar de manera convincente.
- » Escrito: Los juegos de mesa ayudan al jugador a aprender a comprender las instrucciones escritas en las tarjetas para la siguiente pista. En algunos juegos, el jugador debe hacer dibujos locos para describir una palabra u oración, aprender a reconocer números en los dados o leer símbolos. Los jugadores están expuestos a la interpretación del significado a través de la gramática, la sintaxis, la puntuación, la elección de palabras y el estilo.
- » Escuchar activamente: muchos juegos implican estar pendientes de lo que quieren decir los demás o sus intenciones que pueden darle información adicional. En las negociaciones o el trabajo en equipo, el escuchar activamente es vital para analizar la situación y prever posibles resultados.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489):  
<https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. **Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.**
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

**Elizabeth Brunscheen-Cartagena**

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. **Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.**
5. Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

**Elizabeth Brunscheen-Cartagena**

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales:

#### Pensamiento de orden superior

El pensamiento de orden superior (habilidad mental) y la función ejecutiva (capacidad mental) incluyen la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones. Capacidad para identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### ¿Cómo se desarrolla el pensamiento de orden superior?

**Memoria de trabajo:** la capacidad de retener y manipular distintas piezas de información durante períodos cortos. Atención a los detalles.

- » Los jugadores trabajan para retener las instrucciones, comprender el juego y planificar.
- » Los jugadores deben desarrollar la concentración y la visualización en el tablero, los movimientos del jugador y los movimientos de los oponentes.

**Flexibilidad mental:** la capacidad de mantener o cambiar la atención en respuesta a diferentes demandas o de aplicar diferentes reglas en diferentes entornos.

- » Los jugadores anticiparán lo que harán otros jugadores y lo usarán para sopesar el próximo movimiento.
- » Los jugadores aprenden a hacer malabares con múltiples tareas con éxito. Aprenden a pensar de diferentes maneras para abordar un problema, creando estrategias, pensando fuera de lo común, creando resiliencia y recuperando rápidamente cuando la adversidad golpea, diversificándose en caso de que una elección no resulte como se esperaba.
- » Los jugadores aprenden a tomar un concepto y lo aplican de forma creativa en diferentes escenarios. Se les anima a tomar decisiones creativas bajo presión.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489): <https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:



## "Bonding Thru Board Games"



### Desarrollo de habilidades interpersonales:

#### Pensamiento de orden superior

El pensamiento de orden superior (habilidad mental) y la función ejecutiva (capacidad mental) incluyen la resolución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones. Capacidad para identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.

#### ¿Cómo se desarrolla el pensamiento de orden superior?

**Memoria de trabajo:** la capacidad de retener y manipular distintas piezas de información durante períodos cortos. Atención a los detalles.

- » Los jugadores trabajan para retener las instrucciones, comprender el juego y planificar.
- » Los jugadores deben desarrollar la concentración y la visualización en el tablero, los movimientos del jugador y los movimientos de los oponentes.

**Flexibilidad mental:** la capacidad de mantener o cambiar la atención en respuesta a diferentes demandas o de aplicar diferentes reglas en diferentes entornos.

- » Los jugadores anticiparán lo que harán otros jugadores y lo usarán para sopesar el próximo movimiento.
- » Los jugadores aprenden a hacer malabares con múltiples tareas con éxito. Aprenden a pensar de diferentes maneras para abordar un problema, creando estrategias, pensando fuera de lo común, creando resiliencia y recuperando rápidamente cuando la adversidad golpea, diversificándose en caso de que una elección no resulte como se esperaba.
- » Los jugadores aprenden a tomar un concepto y lo aplican de forma creativa en diferentes escenarios. Se les anima a tomar decisiones creativas bajo presión.

Consulte la hoja de información, Conectándonos a Través de los Juegos de Mesa: Desarrollando Destrezas Interpersonales (MF3489): <https://bookstore.ksre.ksu.edu/pubs/MF3489.pdf>

Contact your local K-State Research and Extension office:

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. **Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.**

Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020

## Desarrollar habilidades interpersonales

### ¿Cómo pueden los juegos de mesa preparar a los niños para la escuela y el lugar de trabajo?

Los padres, tutores y maestros tienen una gran responsabilidad en esta crisis del desarrollo de nuestros hijos. Los juegos de mesa ofrecen el terreno perfecto para desarrollar habilidades sociales en un entorno práctico y protegido.

1. Auto-control: Se refiere a la capacidad de uno retrasar la gratificación, controlar los impulsos, dirigir y enfocar la atención y regular comportamientos.
2. a. Auto-concepto positivo: se refiere a tener confianza en uno mismo, autoestima, valor propio, orgullo, motivación y resistencia.
2. b. Salud mental: se refiere a una persona que muestra bienestar emocional, psicológico y social. Afecta su forma de pensar, sentir y actuar al afrontar la vida. Las habilidades “suaves” o interpersonales son destrezas para enfrentar la situación mental.
3. Destrezas sociales: La capacidad de llevarse bien, mostrar respeto por los demás, usar un comportamiento apropiado y practicar la resolución de conflictos.
4. Comunicación: una persona usa habilidades verbales, no verbales, escritas y de escuchar activamente.
5. **Pensamiento de orden superior (habilidad mental) o función ejecutiva (capacidad mental): se refiere a habilidades que incluyen resolución de problemas, pensamiento crítico y toma de decisiones. Es la capacidad de identificar un problema y tomar información de múltiples fuentes para evaluar opciones a fin de llegar a una conclusión razonable.**

Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Agente de Vida Familiar y Manejo de Recursos  
Investigación y Extensión de la Universidad  
del estado de Kansas - Condado de Sedgwick  
7001 W. 21st Street North Wichita, KS 67205-1759  
(316) 660-0100, (316) 660-0114 (direct line)

Démos “like” en Facebook: *Bonding thru Board Games*

**K-STATE**  
Research and Extension

Kansas State University Estación Experimental Agrícola y Servicio de Extensión Cooperativa

K-State Research and Extension es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades. Publicado en Cooperative Extension Work, Actas del 8 de mayo y 30 de junio del 1914, según enmendado en cooperación con el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, el Director de K-State Research and Extension, Kansas State University, Consejos de Extensión de Condado, Distritos de Extensión.  
MF3530S Agosto 2020