



Convertirse en un Co-Regulador Externo - Puntos Claves

- Todo comportamiento es un intento de regulación, incluyendo la agresión.
- La regulación ocurre en un momento de conciencia plena. Regulación no significa necesariamente calma. Regulación significa "conectado".
- Los niños(as) toman prestada la capacidad regulatoria del adulto mientras intentan integrar sus desafiantes estados internos.
- La integración de la intensidad comienza con el adulto convirtiéndose en el regulador externo.
- Calmarse no es el objetivo de facilitar; el objetivo es ayudar a los niños(as) a mantenerse conectados consigo mismos en medio de su desregulación para que puedan aprender a sentirla sin ser consumidos por ella.
- Una de las principales formas en que los niños(as) aprenden es a través de la observación, a través del sistema de neuronas espejo. El sistema de neurona espejo permite a los niños copiar las estrategias reguladoras utilizadas por el adulto.
- Los adultos deben regularse primero antes de que puedan ayudar a los niños(as) a regular.
- A medida que los niños(as) involucran al adulto, el adulto sentirá los estados desregulados del sistema nervioso de los niños(as), a través de un proceso llamado resonancia.
- La respiración, el movimiento y el nombramiento de su experiencia son elementos clave en el proceso de regulación y se pueden utilizar para apoyar la integración de la agresión y la desregulación.
- Tomar conciencia consciente es el primer paso hacia la regulación y la integración.

Dion, L. (2018). *Aggression in Play Therapy: A Neurobiological Approach for Integrating Intensity*. Norton Publishing.