

## **PROMOTING YOUR CHILD'S SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT-SPANISH**

### **PROMOVIENDO EL DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL SE SU NIÑO**

**El Desarrollo Positivo del Bienestar Emocional y Competencia Social de los Niños** provee el fundamento de capacidad para toda la vida, para que con éxito poder jugar, amar, aprender, y trabajar dentro del hogar, escuela, y comunidad.

#### **COMPETENCIA SOCIAL Y EMOCIONAL Y ÉXITO ESCOLAR**

Para que el traslado al kindergarten sea un éxito es crítico estar preparado socialmente y emocionalmente para la escuela, y aun en los logros en el lugar de trabajo. Los niños que no tienen éxito en los primeros años de escuela con frecuencia se retrasan desde el principio y puede haber molestias después de comportamiento, emocional, académico, y problemas de desarrollo social. El niño que está preparado socialmente y emocionalmente para la escuela y listo para aprender tiene muchos, aunque, no todas, de las siguientes características: El o ella están seguros de sí mismos, amigables, ha desarrollado o podrá desarrollar buenas relaciones con los compañeros, y se puede concentrar en y persistir en las tareas desafiantes. El niño también debe poder comunicar efectivamente las frustraciones, enojo, y gusto y poder escuchar las instrucciones y estar atento.

Los niños no “llegan a estar” socialmente y emocionalmente listos para la escuela en un solo día. Las raíces de la competencia social y emocional están en las relaciones que los niños experimentan en los primeros años de su vida. Durante la infancia, el acontecimiento mayor social y emocional es el desarrollo de un acercamiento seguro con su madre, padre, o principal proveedor de cuidado. Los niños pequeños comienzan a dominar los conceptos de conciencia-propia, independencia, y control-propio. Durante los años preescolares, los niños aprenden las palabras que explican sentimientos y como expresarlos en formas que son aceptables. Ellos están aprendiendo como resolver problemas y permanecer en tareas desafiantes. Ellos están desarrollando las habilidades sociales necesarias para desarrollar y mantener amistades.

Los niños que alcanzan el acontecimiento social y emocional durante la infancia, edad de niño pequeño, y años preescolares, harán la transición a la escuela con éxito.

#### **CONSTRUIR EL AUTO-ESTIMA DE SU NIÑO**

El sentido de valor-propio del niño es un factor mayor para decidir el futuro del niño. Como se sienten de sí-mismos afectara como escoger a sus amigos, como se llevan con otros, y como desarrollan su potencial. Su auto-estima hace influencia en todos los aspectos de sus vidas.

El auto-estima del niño es una cosa preciosa y se debe manejar con mucho cuidado. Es crucial para el desarrollo saludable de su niño y bienestar en el futuro. Además, también es algo importante que tiene que ver como se comporta su niño ahora y después.

Aquí hay algunos consejos saludables para alentar el sentido de auto-estima mientras se protege el auto-estima del niño:

- No llame a los niños sobrenombres o hablarles con palabras derogatorias.
- No use sarcasmo.
- Evitar hablar de los niños cuando ellos pueden oír. Aunque la historia sea chistosa, puede ser vergonzosa para su niño.
- Cuando las cosas van mal, enfoque en el comportamiento inaceptable, no en el niño.
- De complemento, alabo y animo.
- De alabo sin palabras. Sonrisas y abrazos siempre son bien recibidos por niños jóvenes.
- Evitar los complementos con algo mas, por ejemplo, "Hiciste esto bien pero..." o "Bien, ahora si solo arias..."
- Use alabo que permite a los niños saber que ellos le han ayudado.

Aquí hay algunos consejos para ayudarle a construir confianza en su niño:

- Apreciar la individualidad del niño.
- Evitar comparar al niño con otros niños.
- No haga cosas que los niños pueden hacer por ellos mismos.
- Permita que los niños contesten algunas de sus propias preguntas.
- Pase tiempo con ellos y deje que ellos miren que usted goza de estar con ellos.

(Derechos de reproducción 2000, Child Welfare League of America. Reimpresión con permiso especial de Child Welfare League of America, Washington, DC (<http://www.cwla.org>.)

### **DESARROLLANDO CONTROL-PROPIO**

El crecimiento de las propias-reglas es la piedra principal del desarrollo de niñez temprana que corta por todos los dominios de comportamiento. Control-propio y la capacidad para regular emociones son habilidades importantes que los niños comienzan a desarrollar durante los primeros cinco años de vida. Control-propio es la capacidad del niño para cumplir con los pedidos, adaptar su comportamiento a una situación, posponer la acción, y comportarse en forma social aceptable. Al desarrollar los niños el control-propio, pueden hacer decisiones, resolver problemas, cooperar con otros, y seguir reglas simples.

El fundamento de control-propio comienza en la infancia. El medio-ambiente es importante al calmar al infante a través de la cesación de hambre o molestia y a través de estímulo eterno, por ejemplo, abrazarlo y mecerlo o el olor del proveedor de cuidado principal. Ellos gradualmente comienzan a desarrollar la capacidad para comenzar a calmarse y estimularse por ellos mismos. La capacidad para la regulación de uno-mismo aumenta durante los años de niño pequeño. Al aumentar su entendimiento del medio-ambiente ellos pueden experimentar mas emociones complejas. Ellos están comenzando a poder evaluar y responder a eventos en contexto y evaluar su propio comportamiento con relación a reglas externas (que se prohíbe y que se permite) y sus propios sentimientos. Ellos comienzan a sentir orgullo en sus acontecimientos y vergüenza por lo que hacen mal.

Durante los años preescolares los niños llegan a poder controlar más su comportamiento y a regular sus emociones. Ellos llegan a poder aumentar a usar las reglas, estrategias, y planes para guiar su comportamiento. La capacidad para regular las emociones y controlar el comportamiento llega a aumentar lo importante que es para los niños establecer relaciones con éxito con sus compañeros. La capacidad para regular sus emociones y controlar el comportamiento es importante para el éxito al entrar el preescolar a la escuela pública.

### **RECONOCIENDO Y EXPRESANDO LOS SENTIMIENTOS**

Un componente importante del control-propio es el aprendizaje de los niños para reconocer sentimientos en ellos mismos y en otros.

- Hable con los niños de ambos sentimientos, positivos y negativos.
- Déle a su niño nombres para sus sentimientos. Los niños deben aprender a nombrar sus sentimientos antes de que puedan expresarlos apropiadamente.
- Hable con sus niños acerca de que los hace felices, tristes, miedosos, etc.
- Ayude a los niños a nombrar sentimientos cuando les lee. ¿Cómo te haría sentir eso?
- Ayude a su niño a identificar los sentimientos de otros basándose en su comportamiento. “Al ayudar a tu hermana haces que se sienta feliz.”
- Ayude a sus niños a encontrar formas para calmarse solos. “Te miras excitado. Te ayudara si respires profundo.”

## **ENSEÑAR A LOS NIÑOS LOS PASOS PARA RESOLVER PROBLEMAS**

Identificar formas para resolver problemas inter-personales es un componente importante en el control-propio. Usted puede enseñar habilidades para resolver problemas a niños preescolares. Los niños necesitan las siguientes habilidades para poder aprender a resolver problemas efectivamente.

1. Capacidad para poner atención y escuchar.
2. Poder comprender los conceptos de “algo/todo,” “no,” “o,” “y,” y “igual/diferente.”
3. Identificar sus y los sentimientos de otros y reconocer la diferencia entre los sentimientos y comportamiento.

Resolver problemas les enseña a su niño como pensar, no que pensar. Los pasos en enseñar a su niño a resolver problemas son:

1. Ayudar a los niños a definir el problema. “Sam y yo queremos jugar con el mismo juguete.”
2. Hablando acerca de los sentimientos.
3. Pensar en ideas para posibles soluciones al problema.
4. Pensando en las consecuencias para cada una de las soluciones.
5. Decidiendo que hacer.

Usted puede modelar resolver problemas para sus niños diciéndoles varios pasos al resolver un simple problema. Encuentre libros en los que los caracteres resuelven problemas y discuta los pasos con sus niños. Pida que los niños usen títeres para actuar resolviendo un problema, por ejemplo, que libros leer.

Recuerde, lo crucial es el proceso de aprender como pensar acerca del conflicto y de resolver problemas, en lugar de conseguir respuestas correctas.

## **RECURSOS PARA PADRES PARA AYUDAR EN LA ENSEÑANZA PARA RESOLVER PROBLEMAS**

*For Now and Forever: A Guide for Families on Promoting Social and Emotional Development.* (Para Hoy y Para Siempre: Un Guía para Familias para Promover el Desarrollo Social y Emocional). The Devereux Foundation.

Myrna B. Shure, *Raising a Thinking Child: Help Your Young Child to Resolve Conflicts and Get along with Others* (Simon & Schuster Paperback, March 1996) and *Raising A Thinking Child Workbook* (Research Press)

El libro y cuaderno se puede usar por los padres para ayudar a sus niños jóvenes a aprender a resolver problemas. Se basa en el éxito de “Puedo Resolver Problemas” modelo que se ha usado en lugares de preescola.

Myrna B. Shure, *Raising a Thinking Preteen: The “I Can Problem Solve” Program for 8- to 12-year-olds.* (Henry Holt, 2000)

Este Nuevo libro fue escrito para ayudar a padres de niños de 8- a 12-años de edad para enseñar habilidades para resolver problemas a sus niños.