

## Guía de Padres para Ayudar al Desarrollo Socio-Emocional de sus Hijos

### Serie *Learning At Home and On the Go* (Aprender en casa y sobre la marcha)

*Es esencial dar a los sentimientos de los niños el mismo nivel de atención que al razonamiento de ellos.*

Los programas de pre-jardín de infantes utilizan la **Introducción a los Estándares Básicos Comunes para Pre-Jardín de Infantes del Estado de Nueva York**, para fomentar el desarrollo socio-emocional significativo en los niños pequeños. Lo anterior quiere decir que el plan de estudio de las escuelas de sus hijos se basa en desarrollar la aptitud y destreza de sus hijos en las áreas que figuran a continuación:



- ❖ **Concepto y consciencia de sí mismo** – El niño se reconoce a sí mismo como una persona única, con sus propias habilidades, características, sentimientos e intereses.
- ❖ **Auto regulación** – El niño regula sus respuestas a sus necesidades, sentimientos y eventos.
- ❖ **Relación con los demás** – El niño demuestra y continúa desarrollando relaciones con compañeros importantes y con adultos, y demuestra la capacidad pro-social de resolver problemas en interacciones sociales.
- ❖ **Responsabilidad** – Su hijo comprende y cumple con las rutinas y las reglas.
- ❖ **Adaptación** – El niño se adapta a los cambios.

#### Importancia del desarrollo socio-emocional en niños pequeños

La investigación pone de manifiesto que:

- ❖ "Los alumnos que desarrollan una relación cálida y positiva con sus maestros de jardín de infantes se entusiasman más por aprender, son más positivos con respecto a asistir a la escuela, tienen más confianza en sí mismos y se desempeñan mejor en el aula." (*Los niños pequeños se desarrollan en un ambiente de relaciones*, 2004)
- ❖ "Hacia el final de los años de preescolar, los niños que han adquirido una base emocional sólida, tienen la capacidad de anticipar, de hablar sobre y de utilizar el conocimiento que poseen de los sentimientos propios y de los ajenos, para manejar mejor sus interacciones sociales diarias." (*El desarrollo emocional de los niños se construye en la arquitectura del cerebro*, 2004)

#### A continuación figura cómo las familias pueden fomentar el desarrollo socio emocional "*En casa y sobre la marcha*"

Pueden apuntalar el desarrollo socio emocional todos los días al:

- ❖ Instar a sus hijos a **tomar decisiones**. Por ejemplo:
  - *Permitan que sus hijos elijan entre dos conjuntos de ropa distintos para ir a la escuela, o que escojan un refrigerio para la tarde de una selección de opciones saludables.*
- ❖ Establecer y cumplir una **rutina diaria predecible**. Por ejemplo:
  - *Hablen con sus hijos del programa para el día siguiente cuando se van a la cama por la noche, así saben qué esperar el próximo día. Sus hijos pueden disfrutar de colocar un calendario diario en el refrigerador, que incluya caminar, desayunar, horario escolar, y tiempo para jugar, bañarse y cenar. Remítanse al calendario al realizar con sus hijos la transición de una actividad a otra, para ayudarlos a prepararse para los cambios a lo largo del día.*

- ❖ **Responder con curiosidad y elogios específicos** cuando sus hijos demuestran orgullo de algo que hayan logrado. Por ejemplo:
  - *Curiosidad: Veo que has dibujado muchísimos círculos rojos y azules en tu papel. Cuéntame de ello.*
  - *Elogios específicos: Has limpiado lo que derramaste tú solo. Cuando no funcionó bien la toalla de papel, encontraste una solución diferente, utilizar la esponja. Gracias por limpiar lo que derramaste, así nadie va a resbalarse.*
- ❖ **Identificar y nombrar sentimientos** con sus hijos para que puedan practicar verbalizar palabras para identificar emociones. Ayudar a sus hijos a reconocer cómo sienten sus propios sentimientos y a identificarlos en los demás. Por ejemplo:
  - *Jueguen a "adivinar un sentimiento"*
    - *Tomen turnos representando y tratando de adivinar un sentimiento.*
    - *Hagan gestos con la cara que demuestren sentimientos.*
    - *Representen sentimientos con el cuerpo.*
    - *Actúen algo que pudiera pasar para hacerlos sentir de esa forma*
- ❖ Enseñar a **sus hijos estrategias para calmarse cuando** están enojados o disgustados. Por ejemplo:
  - *Canten con sus hijos "If You're Happy and You Know It" (Si están contentos y lo saben).*
    - *Elijan un sentimiento nuevo (tal como el disgusto) y pregunten a sus hijos sobre algo que hacen ellos cuando se sienten de ese modo.*
    - *Si sus hijos no pueden pensar en algo, sugieran del siguiente modo: "me dí cuenta que cuando estabas enojado con tu hermano, respiraste profundamente".*
    - *Demuestren el movimiento debido al disgusto en la canción: "Si estás enojado y lo sabes, respira profundamente." Hablen de cosas que está bien hacer y de cosas que no está bien hacer.*
  - *Establezcan una esquina acogedora en el hogar, con libros que sus hijos puedan seleccionar para leer.*
    - *Elaboren un cuadro simple con actividades que sus hijos puedan llevar a cabo para calmarse, tales como contar hasta 10, canturrear una canción, realizar un ejercicio simple o una pose de yoga.*

Se encuentran a disposición más recursos útiles en el Centro de Pilares Socio Emocionales para el Aprendizaje Temprano (The Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning) <http://csefel.vanderbilt.edu/resources/family.html> y en el Fondo de Salud Pública de Nueva York (The Fund for Public Health NY) <http://www.fphny.org/programs/promoting-social-and-emotional-development-in-young-children>. Libros socio-emocionales para leer a sus hijos se encuentran en <http://www.flashlightworthybooks.com/Picture-Books-for-Developing-Social-Emotional-Growth/459>

Child, N. S. (2008). *Problemas de Salud Mental en la Primera Infancia Pueden Perjudicar el Aprendizaje y la Conducta de por Vida: Working Paper #6*. Se obtuvo en <http://www.developingchild.net>  
 Department, N. Y. (2011). Se obtuvo en [www.nysed.gov](http://www.nysed.gov):  
[http://www.p12.nysed.gov/ciai/common\\_core\\_standards/pdfdocs/nyslsprek.pdf](http://www.p12.nysed.gov/ciai/common_core_standards/pdfdocs/nyslsprek.pdf)  
 Prevention, C. f. (n.d.). CDC. Se obtuvo en <http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>

Proporcionada por la Oficina de Educación para la Primera Infancia

[www.nyc.gov/schools/earlychildhood](http://www.nyc.gov/schools/earlychildhood)

Tel: 212-374-0351

Correo electrónico: [earlychildhood@schools.nyc.gov](mailto:earlychildhood@schools.nyc.gov)

Puede encontrar información adicional acerca los programas de pre-jardín de infantes en nuestro sitio web <http://schools.nyc.gov/ChoicesEnrollment/PreK>