# Soluciones Positivas para las Familias Libro de Ejercicios





The Center on the Social and Emotional Foundations tor &tty Learning







# Sesión 1 - Actividad 1



# Actividad de Relación

(1)	Piense en alguien quien fue muy especial para usted cuando
	estaba creciendo. Escriba el nombre de esta persona a
	continuación. ¿Cuál es/fue su relación con esta persona?

(2) ¿Qué lo hizo pensar en esta persona?

(3) ¿Qué <u>hizo</u> esta persona que la hizo tan importante o especial para usted? ¿Qué conductas recuerda?

# Sesión 1 - Actividad 2 ¡Cosas para Intentar en Casa! **Actividad Haciendo Depósitos**



Escriba 5 cosas que intentará hacer la próxima semana para realizar depósitos en la alcancía de relaciones de su hijo/a - - ¡cosas que lo/a harán

sentirse realmente especial! (1)

(2)

(3)

(4)

(5)

### Algunas ideas para intentar...



Leer un libro juntos una caminata juntos Cantar las canciones favoritas juntos decir "te quiero" preguntarle cómo estuvo su día Cenar juntos abrazos, chocar los cinco, besos, guiños, felicitaciones jugar juntos

Dejar que su niño/a sea su ayudante especial (ayude con la cena, ropa sucia, etc.)

# Sesión 1 - Folleto 3 Transición del Elogio al Reconocimiento: Brindando Apoyo Auténtico a los Niños

"Las únicas motivaciones fiables y duraderas son aquellas que provienen desde adentro, y una de las más fuertes de esas es la alegría y orgullo de saber que acabas de realizar algo tan bien como lo puedes hacer."

-- Llovd Dobens and Clare Crawford-Mason

Los eestudios han revelado que cuando los adultos hablan con los niños por lo general es para darles instrucciones o para corregir conductas inapropiadas. Cuando nos enfocamos en buscar la conducta que deseamos y ofrecemos **Reconocimiento Positivo y Descriptivo (PDA** por sus siglas en inglés), los niños saben qué hacer y lo harán con más frecuencia. Estos comentarios son los que tienen más impacto cuando somos más específicos sobre lo que observamos y lo relacionamos con las expectativas o características que queremos ver (ej., "¡Te subiste a tu silla del coche tan rápido! Eso fue muy útil." "Estas esperando tan paciente justo a mi lado." "Tu hermana y tú están tomando turnos con los juguetes y compartiendo. Eso es tan amigable.").

Cuando su niño/a realice algo impresionante, en vez de decir, "Buen trabajo," intente algo de lo siguiente:

### Relate lo que ve (narrando).

Una declaración corta y objetiva, como "Colocaste tus platos en el lavamanos" o "encontraste una solución a tu problema," reconoce los esfuerzos de los niños y les permite juzgar por sí solos los meritos de sus logros. Puntualiza sobre los detalles de sus acciones para brindar una retroalimentación más específica. Por ejemplo, "Parece que utilizaste azul y verde para hacer un océano."

### Conéctalo con un rasgo de personalidad, valor o expectativa (PDA: Reconocimiento Positivo y Descriptivo).

Cuando el niño haga algo que sea ejemplo de su rasgo de personalidad, valor o expectativa, agregue el lenguaje de expectativas al comentario. Por ejemplo, si el niño levantó sus juguetes del piso diga, "Levantaste tus bloques. Mantienes el área segura." O si le ayuda a un hermano usted podría decir, "Le diste a tu hermana su muñeca. Eso es ser amigable." El lenguaje de las expectativas brinda definiciones para las palabras de carácter, edifica la auto-eficacia (creencia que tienes la habilidad para triunfar en una tarea), y ayuda al niño a interiorizar las conductas.

#### • Enfatiza el impacto sobre los demás.

Si el niño realiza algo atento o que beneficie a la comunidad, reconozca el impacto positivo. Por ejemplo, si el niño levantó sus juguetes del piso diga, "Levantaste los juguetes. Ahora puedo utilizar esta parte de la habitación." O si le ayuda a un hermano usted podría decir, "Le diste a tu hermano el carro de bomberos. Se ve muy feliz de tenerlo." Tal lenguaje construye el sentido de acción (capacidad de realizar cosas de manera intencional a través de las acciones) llamando la atención del niño hacia el impacto de sus acciones sobre los demás.

### Realice preguntas abiertas.

El ser curioso incentiva a que el niño reflexione. "¿Qué es lo que más te gusta de tu torre?" o "¿Cómo supiste que esa pieza del rompe cabeza iba allí? El hacer preguntas abiertas fortalece el lenguaje e involucra a los niños en el pensamiento abstracto.

#### No diga nada.

Cuando los niños están jugando, a menudo sentimos la necesidad de comentar continuamente sobre sus acciones. Esto puede ser perturbador y puede crear una motivación circunstancial para explorar. Deje que los niños disfruten de su propio aprendizaje y permítales que experimenten el orgullo de sus propios logros.

Adaptado por WestEd CA CSEFEL en agosto de 2012 de "Hooked on Praise: Quit saying "Good Job!" por Alfie Kohn.

#### Respetuosa **Amistosa**





# Sesión 1 - Actividad 4 ¡Cosas para Intentar en Casa! Registro de Reconocimientos **Positivos y Descriptivos**



Consejo 1 Obtenga la atención de su niño. ¡Sea específico! Diga lo que ve. Consejo 2 Agregue la característica que se relaciona con la conducta Consejo 3 Simplifíquelo (evite combinar el reconocimiento con la crítica). Consejo 4

Consejo 5 ¡Anime a su niño con entusiasmo! Consejo 6 Duplique el impacto con afecto físico.

Utilice el Reconocimiento y estímulo Positivo y Descriptivo con su hijo Consejo 7 frente a los demás.

¡Intente alentar a su niño por lo menos 5 veces a la semana!

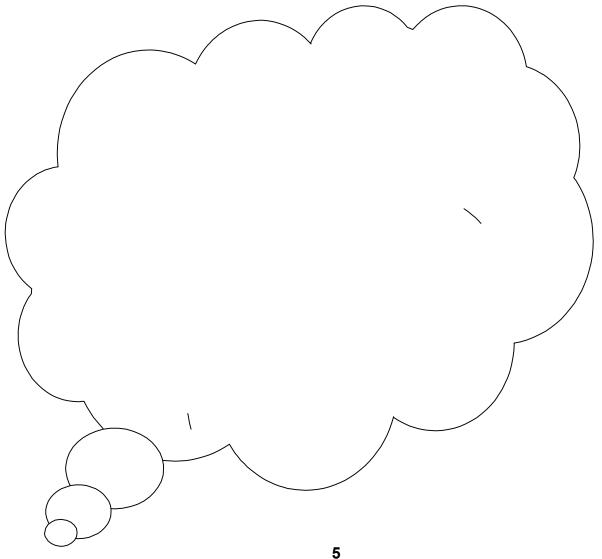
Utilice Reconocimientos Positivos y Descriptivos cuando	¿Qué sucedió? ¿Cómo respondió el niño? ¿Cómo cree que se sintió el niño? ¿Cómo se sintió usted?

# Sesión 2 - Actividad 5 ¡Reconocimiento y Comentarios Positivos de los Padres!

# **Orgulloso**



¡Escriba una nota alentadora o comentario positivo para usted mismo sobre algo que usted hizo con su niño esta semana pasada de lo que se sienta realmente orgulloso/a!



# Sesión 2 – Actividad 6 ¡Cosas para Intentar en Casa! El Juego como Práctica Poderosa de Crianza

### **Consejos Poderosos de Prácticas de Crianza:**

Consejo 1: Sigua a su hijo.

Espere, observe y después únase al juego de su niño

Consejo 2: ¡Platique, platique, platique! Platique y

describa lo que hace su niño mientras juegan

juntos.

Consejo 3: Estimule la creatividad e imaginación de su niño.

Consejo 4: Esté al pendiente por pistas que su niño pueda

estar perdiendo el interés.

Consejo 5: Evite estragos de poder.

Consejo 6: ¡Diviértanse juntos!

### Su meta de juego para la semana:

¿Qué hicieron juntos?	¿Cómo reaccionó su niño?	Comentario positivo o estímulo que utilizó

# Sesión 2 – Folleto 7 Apoyando el Desarrollo de las Aptitudes de Amistad



Las sugerencias a continuación son dirigidas hacia niños en edad de pre-escolar. Es necesario tomar en cuenta lo que sabe sobre la personalidad, intereses y habilidades de su niño.

### Antes de jugar

- Organice para que su niño juegue con 1 ó 2 otros niños.
- Elija una hora cuando usted esté disponible para que "entrene" si es necesario.
- Intente elegir una pareja de juego que cuente con buenas aptitudes de juego.
- Proporcione suficientes juguetes o materiales para prevenir la posibilidad de problemas para compartir.
- Si su niño cuenta con juguetes que son especiales, anímelo para que los alce y explíquele que esos no necesitan ser compartidos (y que esos no deben salir mientras su amigo esté en casa).
- Prepare a su hijo para la hora de juego hablándole de cómo ser un "súper amigo." Existe un libro de "Súper Amigo" disponible a través de la Pirámide de la Enseñanza\* del CA CSEFEL para compartir con su niño que explica como los súper amigos comparten y "se dejan llevar" (son flexibles).
- Para hacerlo divertido, pueden jugar, juegos de "Que harían si..." con su niño para hablar de cosas que podrían pasar cuando sus amigos los visiten y que puede hacer su niño. Estos juegos pueden ayudar a su niño a ver la perspectiva de los demás niños.

### **Durante el juego**

- Quédese cerca para que ayude a los niños a interactuar o presentar idea de juegos.
- Cuando sea apropiado, utilice reconocimientos positivos y descriptivos cuando vea a cualquiera de los niños exhibiendo aptitudes de amistad.
- Recuérdele a los niños de utilizar sus palabras cuando estén negociando.
- Conserve los tiempos de juego cortos sólo hasta que su niño sea capaz de jugar sin supervisión.

### Después del juego

- Asegúrese de que su niño sepa qué hizo bien durante la hora de juego (depósitos/comentarios positivos/estímulos). Hágale saber cómo fue un "súper amigo." Sea específico. Por ejemplo, diga, "Fuiste amistoso cuando le ofreciste a tu amigo ayuda para completar el rompe cabeza."
- Pregúntele a su niño si disfrutó el jugar y sígalo mientras describe lo que sucedió durante la hora de juego.
- Si la hora de juego salió bien, establezca otra hora para que se vuelvan a juntar a jugar.
- Si la hora de juego no salió bien, hable con su niño sobre algunas de las cosas que puede hacer para que sea mejor la vez siguiente y repase estas antes de la siguiente sesión de juego.
- \* Para descargar vaya a www.CAinclusion.org/teachingpyramid/materials

# Sesión 2 - Folleto 8 ¡Dime qué hacer en su lugar!

### La comunicación es la clave

- 1. Dígale a su niño qué hacer en vez de qué no hacer.
- 2. Muéstrele a su niño demostrándole, modelando o utilizando la imagen de la acción.
- 3. Clara y simplemente dígale al niño lo que espera que haga.
- 4. Recuerde que los niños utilizan conductas inapropiadas debido a que quizá aun no comprenden las reglas sociales.
- 5. Háblele a sus niños utilizando palabras que comprendan, ya que ellos quizá no comprendan lo que significa la "negación" de una palabra.
- 6. Estimule a su niño de una manera que sepa que está exhibiendo la conducta deseada. Utilice reconocimientos positivos y descriptivos cuando el niño exhiba la conducta deseada.
- 7. Sea entusiasta y generoso con los reconocimientos. ¡Para los niños nada es suficiente!

### **Ejemplos:**

Evite	Diga/Modele	Reconocimientos Positivos Descriptivos
¡No corras!	<ul> <li>Camina</li> <li>Utiliza pies que caminan</li> <li>Quédate conmigo</li> <li>Sostén mi mano</li> </ul>	<ul> <li>Estás sosteniendo mi mano. Eso es muy respetuoso.</li> <li>Caminaste a lo largo del salón. Tomaste una elección segura.</li> </ul>
¡Deja de trepar!	<ul> <li>Mantén tus pies sobre el piso</li> <li>¿Necesitas algo de lo alto?</li> <li>Busquemos una manera segura de alcanzarlo.</li> </ul>	<ul> <li>¡Wow! ¡Tienes ambos pies sobre el piso! Estás siendo seguro.</li> <li>Pediste ayuda para obtener algo, estás siendo cuidadoso.</li> <li>¡Realmente te gusta trepar! Me alegra que hayamos venido al parque.</li> </ul>
¡No lo toques!	Observa con tus ojos     Mantén las manos a tus costados	<ul> <li>¡Realmente estabas escuchando; estás observando con tus ojos!</li> <li>Mantuviste las manos a tus costados. Eso es muy respetuoso.</li> </ul>
¡No grites!	<ul><li>Usa tu voz calmada</li><li>Usa una voz de interiores</li><li>Baja el volumen</li></ul>	<ul> <li>¡Estás usando una voz calmada! Te vez feliz.</li> <li>Estás usando una voz suave dentro de la casa. Eso le ayudará a papi mientras toma su siesta.</li> </ul>
¡Deja de gimotear!	<ul> <li>Usa una voz calmada</li> <li>Habla para poder comprenderte</li> <li>Habla como niño/a grande</li> </ul>	<ul> <li>¡Estás hablando claramente! Eso tan servicial.</li> <li>Me dijiste con tus palabras lo que estaba mal. Eso es muy respetuoso.</li> <li>Utilizaste tus palabras. ¡Qué respetuoso!</li> </ul>
¡No te pares sobre la silla!	<ul> <li>Siéntate en la silla</li> <li>Las sillas son para sentarse</li> <li>¿Necesitas algo de lo alto?</li> <li>Busquemos una manera segura de alcanzarlo.</li> </ul>	<ul> <li>Estás sentada en la silla. ¡Qué niña tan cuidadosa!</li> <li>Fuiste responsable cuando te sentaste en la silla.</li> <li>Te paraste sobre la escalera. Elegiste estar seguro.</li> </ul>
¡No golpees!	<ul><li>Manos gentiles</li><li>Las manos son para jugar, comer y abrazar</li></ul>	<ul> <li>Cuando utilizaste manos gentiles fuiste respetuoso.</li> <li>¡Utilizaste tus manos para aplaudir! Te gusta ser seguro.</li> <li>La estás abrazando. ¡Qué niña tan amigable!</li> </ul>
¡No pintes la pared!	<ul><li>Colorea el papel</li><li>Coloca el papel en el caballete si quieres colorear de pie</li></ul>	<ul> <li>Clocaste el papel en el caballete. Eso es ser responsable.</li> <li>Wow. Estás coloreando tan cuidadoso. Estás concentrado.</li> <li>Realmente pareces artista parado ante el caballete.</li> </ul>
¡No arrojes tus juguetes!	<ul> <li>Juega con tus juguetes en el piso.</li> <li>Mantén los juguetes cerca al piso</li> <li>Por favor mantén los juguetes sobre la mesa</li> <li>Si terminaste, por favor alza tus juguetes.</li> </ul>	<ul> <li>Estás jugando con los juguetes en el piso. Muy seguro.</li> <li>Decidiste mantener los juguetes sobre la mesa. Eso los mantendrá lejos de la aspiradora.</li> <li>¡Recogiste los juguetes tú solo! Parece que terminaste con esos. ¿Qué harás ahora?</li> </ul>
¡Deja de jugar con tu comida!	<ul> <li>La comida va en las cucharas y después a la boca.</li> <li>Di "terminé" cuando termines de comer</li> </ul>	<ul> <li>Estás utilizando la cuchara. Estás siendo cuidadoso.</li> <li>Dijiste "terminé." Eso es muy servicial</li> <li>¡Eres muy bueno para utilizar el tenedor para comer!</li> </ul>
¡No juegues con el agua/en el lavado!	<ul> <li>Lávate las manos</li> <li>Si terminaste de lavarte las manos, por favor sécatelas</li> </ul>	<ul> <li>Te lavaste las manos. ¡Qué tipo tan sano!</li> <li>Seguiste los pasos para lavarte las manos. Te esforzaste.</li> </ul>

Versión Familiar adaptado en el 2013 por Laura Fish & Linda Brault of WestEd from Lentini, R., Vaughn, B. J., & Fox, L. (2005). *Creating Teaching Tools for Young Children with Challenging Behavior.* (Early Intervention Positive Behavior Support, The Division of Applied Research and Educational Support 13301 Bruce B. Downs Tampa, FL 33612)

# Sesión 2 – Actividad 9 Fomentando la Conducta Positiva

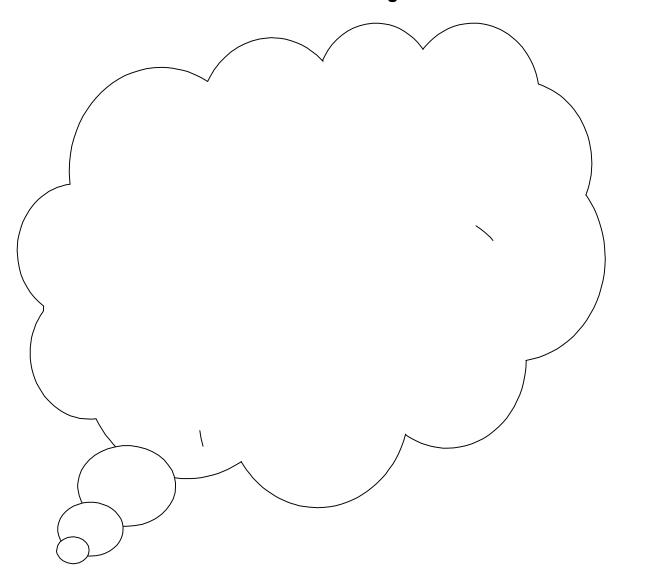
Lista de conducta que le gustaría ver <b>MENOS</b> de:	Piense en conductas que le gustaría ver <b>MÁS</b> de. Escriba cómo brindaría reconocimiento positivo descriptivo para esa	
gustaria vei <b>MENOS</b> de.	conducta:	

# Sesión 3 – Actividad 10 ¡Reconocimiento y Comentarios Positivos de los Padres!

# **Orgulloso**



¡Escriba una nota alentadora o comentario positivo <u>para usted mismo</u> sobre algo que usted hizo con su niño esta semana pasada de lo que se sienta realmente orgulloso/a!





# Sesión 3 – Actividad 11 ¡Cosas para Intentar en Casa! Determinado el Significado de la Conducta

(Formulario) Como lo ve la cámara	Numero de veces que sucedió la conducta	¿Cuanto duro la conducta?	
<b>(</b>			
¿Qué sucedió antes?  Le pedí que hiciera algo Cambié o terminé su actividad Le quité un objeto No alcanzaba algo Estaba haciendo algo que no le gusta Me pidió algo	Estaba jugando solo Hizo la transición de una acti Le dije "No", "Detente" Les estaba poniendo atenció La actividad/tarea era difícil p	n a otros niños para él/ella	
Lo saqué de la actividad/àrea Lo ignoré	<b>nó?</b> Lo castigué o reprendíRetiré mi petición o demanda Lo abracé Lo ayudé Otro (especifique)		
¿Por qué cree que su niño está utilizando esta conducta (Función/Significado)? Para expresar emociones (¿Qué emociones?)			
Para que alguien interactúe con él/ella (¿Quién?)			
Para obtener a alguien o lago (¿Qué persona, actividad u objeto?)			
Para evitar o escapar de algo o alguien (¿Qué persona, actividad u objeto?)			



# Sesión 3 – Actividad 11 ¡Cosas para Intentar en Casa! Determinado el Significado de la Conducta

Describa la Conducta Desafiante	Número de veces que	¿Cuánto duró la	
(Formulario) Como lo ve la cámara	sucedió la conducta	conducta?	
¿Qué sucedió antes?  Le pedí que hiciera algo Cambié o terminé su actividad Le quité un objeto No alcanzaba algo Estaba haciendo algo que no le gusta Me pidió algo	Estaba jugando solo Hizo la transición de una acti Le dije "No", "Detente" Les estaba poniendo atenció La actividad/tarea era difícil p Otro (especifique)	n a otros niños para él/ella	
¿Qué sucedió después? ¿Cómo terminum.  Le presté atención  Le di un objeto/actividad/comida  Lo saqué de la actividad/área  Lo ignoré  Le recordé mis expectativas	<b>nó?</b> Lo castigué o reprendíRetiré mi petición o demandaLo abracéLo ayudéOtro (especifique)		
¿Por qué cree que su niño está utilizando esta conducta (Función/Significado)?			
Para expresar emociones (¿Qué emociones?)			
Para que alguien interactúe con él/ella (¿Quién?)			
Para obtener a alguien o lago (que persona, actividad u objeto)			
Para evitar o escapar de algo o alguien (¿Qué persona, actividad u objeto?)			

¿Qué cree que le quería decir? ¿Cuál era la idea detrás de la conducta del niño?



# Sesión 3 – Actividad 11 ¡Cosas para Intentar en Casa! Determinado el Significado de la Conducta

Describa la Conducta Desafiante (Formulario) Como lo ve la cámara	Número de veces que sucedió la conducta	¿Cuánto duró la conducta?	
(i officiallo) como lo ve la camara	Sucedio la Collucta	conducta	
¿Qué sucedió antes?  Le pedí que hiciera algo Cambié o terminé su actividad Le quité un objeto No alcanzaba algo Estaba haciendo algo que no le gusta Me pidió algo	Estaba jugando solo Hizo la transición de una acti Le dije "No", "Detente" Les estaba poniendo atenció La actividad/tarea era difícil p	n a otros niños para él/ella	
¿Qué sucedió después? ¿Cómo termil Le presté atención Le di un objeto/actividad/comida Lo saqué de la actividad/área Lo ignoré Le recordé mis expectativas	<b>nó?</b> Lo castigué o reprendíRetiré mi petición o demanda Lo abracé Lo ayudé Otro (especifique)		
¿Por qué cree que su niño está utilizando esta conducta (Función/Significado)?			
Para expresar emociones (¿Qué emociones?)			
Para que alguien interactúe con él/ella (¿Quién?)			
Para obtener a alguien o lago (¿Qué persona, actividad u objeto?)			
Para evitar o escapar de algo o alguien (¿Qué persona, actividad u objeto?)			

¿Qué cree que le quería decir? ¿Cuál era la idea detrás de la conducta del niño?



# Sesión 3 – Actividad 11 ¡Cosas para Intentar en Casa! Determinado el Significado de la Conducta

Describa la Conducta Desafiante	Número de veces que	Cuánto duró la	
(Formulario) Como lo ve la cámara	sucedió la conducta	conducta?	
¿Qué sucedió antes?  Le pedí que hiciera algo Cambié o termine su actividad Le quité un objeto No alcanzaba algo Estaba haciendo algo que no le gusta Me pidió algo	Estaba jugando solo Hizo la transición de una acti Le dije "No", "Detente" Les estaba poniendo la atenda actividad/tarea era difícil p	ción a otros niños para él/ella	
¿Qué sucedió después? ¿Cómo terminum	nó?Lo castigué o reprendíRetiré mi petición o demanda _Lo abracé _Lo ayudé _Otro (especifique)		
¿Por qué cree que su niño está utilizando esta conducta (Función/Significado)?			
Para expresar emociones (¿Qué emociones?)			
Para que alguien interactúe con él/ella (¿Quién?)			
Para obtener a alguien o lago (¿Qué persona, actividad u objeto?)			
Para evitar o escapar de algo o alguien (¿Que	é persona, actividad u objeto?) _		

¿Qué cree que le quería decir? ¿Cuál era la idea detrás de la conducta del niño?

# Sesión 3 – Actividad Expectativas del Hogar

Utilizando las mismas expectativas que utilizamos en el grupo, propongamos algunos ejemplos para utilizar en casa. Recuerde las "directrices" para los ejemplos de expectativas:

- Ayude a conectar la conducta positiva con la expectativa.
- Declare los ejemplos positivamente como "sí" (no como "no") dígale a sus niños lo que "quiere que hagan."
- Elija ejemplos que apliquen en varias situaciones.





### Sesión 3 – Actividad Sesión 3 – Folleto 13

# ¡Cosas para Intentar en Casa! Enseñe sus expectativas del hogar

- 1. Haga un cuadro con las *Expectativas* (imágenes de ejemplos pueden ser útil) con su niño.
- 2. *Discuta y demuestre* las expectativas hasta que se asegure de que su niño las comprende.
- 3. ¡Repase las expectativas todos los días! Puede seguir anexando buenos ejemplos. ¡Puede inventar canciones acerca de las expectativas!
- 4. Recuérdele a su niño sobre las expectativas ante de que se presente la conducta desafiante.
- 5. Proporcione Reconocimiento Positivo y Descriptivo cuando su niño siga las expectativas.
- \* No se preocupe de cómo responder si su niño no sigue las expectativas. ¡En este momento, sólo queremos enfocarnos en **enseñarles** las expectativas!

### Cómo ENSEÑAR las expectativas:

- Paso a Paso enfóquese en enseñarle a su niño las nuevas aptitudes y expectativas
  - Los niños necesitarán que las tareas se simplifiquen. A menudo necesitamos ayudarles a que aprendan cómo hacer la aptitud antes de poder esperar que ellos la hagan por sí solos. Eso puede involucrar que les mostremos como hacer parte de la tarea y hacer que ellos la terminen, o pedirles que ellos sólo hagan una parte de la tarea.
- ¡Repasar, Repasar, Repasar! ¡repase las nuevas expectativas varias, varias veces!
  - Puede que su niño necesite repasar en repetidas ocasiones la información nueva antes de que realmente la comprenda. Si le muestra el cuadro de expectativas a su niño solamente 1 vez y después se le olvida repasarlo de nuevo, se le va a olvidar lo que contenía.
- Practique, Practique dele a su niño varias oportunidades para que sigua las expectativas
  - o Los niños necesitan de mucha práctica para aprender nuevas aptitudes.
  - Apoye, No critique mientras su niño esté practicando las expectativas, ayúdele o dígale lo bien que está haciendo al intentarlo
    - Cuando aprendemos algo nuevo, necesitamos que las personas nos animen y nos alienten.
- ¡Celebre su éxito!
  - Dele a su niño ánimo. ¡Hágale saber lo orgulloso que está!

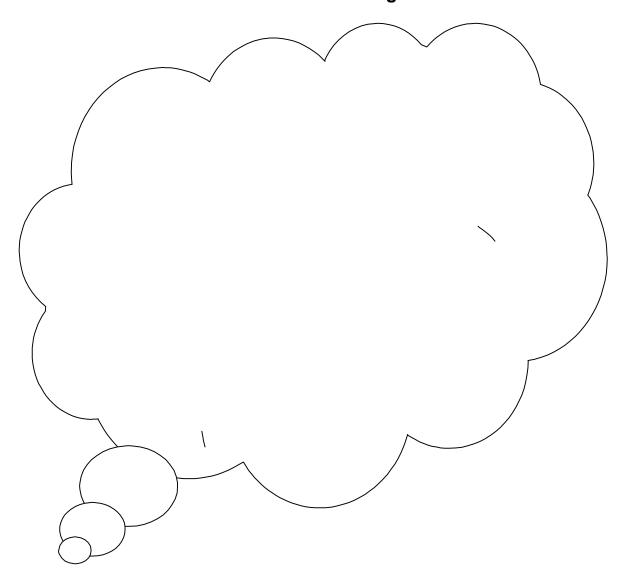
# Palabras de Sabiduría Está criando adultos, no niños. El trabajo que realice ahora les hará la vida más fácil a medida que crezcan...

# Sesión 4 – Actividad 14 ¡Reconocimiento y Comentarios Positivos de los Padres!

Orgulloso



¡Escriba una nota alentadora o comentario positivo <u>para usted mismo</u> sobre algo que usted hizo con su niño esta semana pasada de lo que se sienta realmente orgulloso/a!!



### **Feliz**



# Sesión 4 – Actividad 15 Palabras de Sentimientos

### **Frustrada**



La alfabetización emocional es la capacidad para reconocer, clasificar y comprender los sentimientos propios y de los demás.

#### Para mejorar el vocablo emocional:

- Platique acerca de sus sentimientos.
- Pregúntele a su niño, "¿Cómo te sientes?" Usted puede ofrecerle algunas ideas como, "Te vez frustrado. Me parece que realmente querías ese vaso especial."
- Enséñele palabras de sentimientos nuevas (e.g., frustrado, confundido, ansioso, emocionado, preocupado, decepcionado).
- Platique sobre cómo se pueden estar sintiendo los personajes de un libro, video o en un programa de televisión.
- Reflexione sobre situaciones específicas y discuta los sentimientos.
- Acepte y apoye las expresiones y sentimientos de su niño.
- Utilice los libros y actividades de arte para hablar sobre los sentimientos.
- Hable en voz alta sobre sus propios sentimientos en una variedad de situaciones.
- Describa como se ve el rostro de su niño o de fotografías de gente en revistas y libros.
- Simule juegos con muñecos, peluches o marionetas y hágalos que utilicen "palabras de sentimientos."
- Utilice los "rostros de sentimientos" para demostrar cómo se muestran los sentimientos. Utilice los suyos o
  descargue algunos de <a href="http://www.cainclusion.org/teachingpyramid/materials-classroom.html">http://www.cainclusion.org/teachingpyramid/materials-classroom.html</a>

Palabras de sentimientos que los niños de 3-5 años quienes están desarrollando su lenguaje típicamente comprenden: (Joseph 2001; Ridge, Walters, & Kuejaz, 1985).

Afectuoso	Deprimido	Feliz	Triste
Aburrido	Disfrutando	Celoso	Serio
Agradable	Decepcionado	Ignorado	Seguro
Alegre	Libre	Furioso	Terco
Calmado	Fantástico	Solitario	Estresado
Capaz	Temeroso	Perdido	Fuerte
Cariñoso	Harto	Amado	Enfermo
Cómodo	Gentil	Pacífico	Considerad
Confundido	Frustrado	Abrumado	Estupendo
Cooperativo	Generoso	Placentero	Encantado
Creativo	Contento	Orgulloso	Cansado
Cruel	Melancólico	Relajado	Preocupado
Curioso	Culpable	Aliviado	Sin temor
Enojado	Asqueado	Impaciente	Satisfecho
Fastidiado	Extático	Importante	Asustado
Horroroso	Avergonzado	Interesado	Sensible
Torpe	Amigable	Nervioso	Tenso
Valiente	Emocionado	Jubiloso	Tímido

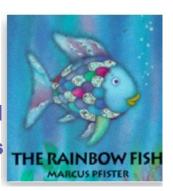
# Sesión 4 – Actividad 16 Actividad del Libro de Niños

# Utilizando libros infantiles para promover el desarrollo socio emocional de su niño

1.	Lea el libro con su compañero.
2.	¿Qué le gusto del libro?
3.	¿Hubo algo que le sorprendió?
4.	¿Qué tipo de palabras de sentimientos o emociones encontró en el libro?
5.	¿Qué tipo de actividades divertidas podría realizar con su niño basándose en este libro?



# Sesión 4 – Actividad 17 Aptitudes de Alfabetización Emocional Manejando las Emociones Fuertes. Solución de Problemas



¿En cuáles aptitudes socio-emocionales de 3-5 se quiere enfocar con su niño?

¿Qué intentó?	¿Qué sucedió?
-	