



## Serie de Conexión Mochila

### Sobre esta serie

La *Serie de Conexión Mochila* fue instaurada por TACSEI (por sus siglas en inglés) para brindarles a los maestros y padres/proveedores una vía para trabajar en conjunto para ayudar a los niños a desarrollar sus aptitudes socioemocionales y reducir las conductas desafiantes. Los maestros podrían elegir enviar un volante a casa dentro de la mochila de cada niño cada vez que sea introducida una nueva estrategia o aptitud dentro de la clase. Cada volante de la *Conexión de Mochila* proporciona información que ayudará a los padres a estar informados sobre lo que su niño está aprendiendo en la escuela y las ideas específicas sobre cómo utilizar las estrategias o aptitudes en casa.

### El Modelo de la Pirámide

El Modelo de la Pirámide es un marco que proporciona a los programas orientación en como promover la capacidad socioemocional en todos los niños y diseñar intervenciones efectivas que apoyen a los niños que puedan contar con conductas desafiantes persistentes. También proporciona prácticas para asegurarse de que los niños con retrasos socioemocionales reciban educación intencional. Los programas que implementan el Modelo de la Pirámide están entusiasmados de trabajar en sociedad con las familias para satisfacer las necesidades individuales de aprendizaje y apoyo que cada niño necesita. Para conocer más del Modelo de la Pirámide, por favor visite [challengingbehavior.org](http://challengingbehavior.org).

### Más información

Más información y recursos sobre este y otros temas están disponibles en nuestro sitio web, [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org).



[ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org)

# Cómo ayudar a su niño a comprender y nombrar los sentimientos

Brooke Brogle, Alyson Jiron & Jill Giacomini

Usted puede ayudar a su niño a expandir su vocabulario emocional enseñándole las diferentes palabras para describir diferentes sentimientos. Una vez que conozca y comprenda estas palabras usted le puede ayudar a nombrar sus propios sentimientos y los sentimientos de los demás. Por ejemplo, ¿Recuerda usted alguna vez cuando su hijo tuvo una crisis en el supermercado u otro lugar público? Quizás usted intentó calmarlo diciéndole “tranquilízate” y se sintió confundido e inseguro de qué hacer después si continuaba con su berrinche. La próxima vez usted puede ayudar de mejor manera enseñándole a su niño a comprender y afrontar las emociones que está sintiendo diciéndole, “Te vez triste y decepcionado. A veces yo también me siento así. ¿Me pregunto que podríamos hacer para sentirnos mejor?” Enseñarle a su hijo sobre sus sentimientos puede ser una experiencia divertida y gratificante y puede prevenir que se presente la conducta desafiante en primer lugar.



### Pruebe esto en casa

- Simplemente declare lo que su niño está sintiendo. “¿Te ves realmente emocionado!” “Veo que tus ojos están muy grandes y tu boca esta abierta.”
- Declare cómo se sienten los demás, “Guau, ese pequeñín realmente está enojado. Veo que está llorando y empujando sus manos. ¿Me pregunto por qué?”
- Describa cómo se está sintiendo usted. “Me siento muy frustrado porque la cortadora de grama está rota. Creo que me voy a tomar un descanso para ver si encuentro una solución para este problema.”
- Utilice libros como herramientas de enseñanza. Existe una gran selección de libros infantiles que se enfocan en la alfabetización emocional. Visite el sitio, <http://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/Implementation/family.html>, donde usted encontrará una lista de libros, actividades y otros recursos para la enseñanza de la alfabetización emocional.

### Practique en la escuela

Hable con el maestro de su niño para ver cómo le están enseñando a su niño sobre los sentimientos en la escuela. Muchos sentimientos son vistos y experimentados en la escuela. Con la ayuda de los adultos, se les enseña a los niños cómo se ven y se

sienten los sentimientos en sus cuerpos. A través de los libros y experiencias de la vida, los maestros indican que un niño está triste porque está llorando o enojado porque sus manos están empuñadas. A medida que los niños inician a reconocer cómo se ven las emociones, ellos pueden comenzar a manejar sus propios sentimientos y mostrar comprensión hacia los demás.

### La conclusión

Los niños con un vocabulario emocional firme:

- Toleran mejor la frustración
- Se involucran en menos peleas
- Se inmiscuyen menos en conductas destructivas
- Son más saludables
- Son menos solitarios
- Son menos impulsivos
- Se enfocan más
- Tienen un mejor desempeño académico



UNIVERSITY OF  
SOUTH FLORIDA

Se recomienda la reproducción de este documento. No se requiere permiso para copiar.

Esta publicación fue producida por el Centro de Asistencia Técnica sobre Intervención Social y Emocional (TACSEI) por sus siglas en inglés para niños pequeños financiado por la Oficina de Programas de Educación Especial (OSEP por sus siglas en inglés), Departamento de Educación de los Estados Unidos (H3268070002) y actualizado por el Centro Nacional para Innovaciones del Modelo de la Pirámide también financiado por OSEP (H3268170003). Las opiniones expresadas no representan necesariamente las posiciones o políticas del Departamento de Educación, julio 2013 / enero, 2018.

