

TU HIJO/A:

Nombre del niño/a _____

Cuando está un poco molesto, ¿se tranquiliza solo/a?

- Con frecuencia A veces Todavía no

¿Usa palabras o lenguaje corporal para expresar sentimientos? (por ejemplo, pisa fuerte o dice «¡Estoy enojado!»)

- Con frecuencia A veces Todavía no

¿Dice mucho «Yo» o «Mío»?

- Con frecuencia A veces Todavía no

¿Busca tu apoyo o consuelo cuando explora nuevos entornos?

- Con frecuencia A veces Todavía no

¿Juega con otros/as niños/as con los mismos objetos durante un corto período de tiempo?

- Con frecuencia A veces Todavía no

Cortar y entregar a la escuela.



Cortar y guardar.

Involucra a tu hijo/a en lo que haces

Puede ser difícil encontrar tiempo para hacer todo. Involucrar a tu hijo/a en las cosas que haces en la casa sirve para entablar vínculos sólidos y para que tu hijo/a aprenda. Habla con él/ella sobre lo que estás haciendo. Invítalo a cumplir un rol específico o a realizar una actividad que esté relacionada con lo que estás haciendo. Si estás cocinando, pídele que añada los ingredientes, que te entregue las cosas que necesitas o que cuente contigo mientras revuelves. También puedes entregarle algunos artículos de cocina seguros para que juegue mientras tú cocinas. Incluso darle papel y crayones a tu hijo/a para que dibuje mientras tú trabajas lo/a mantendrá ocupado mientras tú puedes seguir haciendo cosas.

Usa palabras que expresen sentimientos

Habla sobre las expresiones de la cara (por ejemplo, las sonrisas, los ceños fruncidos) y sobre los sentimientos (por ejemplo, la alegría, la tristeza). Explícale a tu hijo/a que puedes darte cuenta cuando se siente enojado/a o frustrado/a. Ayúdalo/a a aprender maneras de mostrar estos sentimientos que sean seguras y adecuadas para tu hogar y la cultura (por ejemplo, puedes decirle: «Tienes cara de enojado/a. Puedes pisar fuerte y decir "Estoy enojado/a"»). Señala e identifica los sentimientos de las personas que vean en los libros, en los carteles o en la comunidad.

Permite que tu hijo/a resuelva los conflictos con sus pares

Cuando surge un conflicto entre los niños/as, los adultos tienden a querer resolver el problema para evitar malos entendidos. Los/as niños/as aprenden a manejar los conflictos cuando reciben ayuda en el proceso. Comparte una estrategia para calmarse (por ejemplo, puedes decir: «Respiremos hondo y hablemos de esto») y, luego, ayuda a los/as niños/as a expresar sus pensamientos y sentimientos. Esto ayuda a que se expresen con calma y tengan en cuenta los sentimientos de los demás. Trabajar juntos para encontrar una solución favorece la resolución de problemas y los acuerdos (por ejemplo, puedes proponer lo siguiente: «Ambos quieren usar este mismo juguete. ¿Qué podemos hacer? ¿Pueden usarlo juntos o turnarse?»).

