

Construir competencias sociales y emocionales en el hogar



Nuestro salón de clase es un lugar activo donde los preescolares aprenden todo tipo de cosas, incluso competencias sociales y emocionales tales como formas de expresar los sentimientos y de trabajar en conjunto con los demás en un proyecto. Durante la mayor parte del tiempo, la clase es un lugar alegre donde los niños disfrutan de jugar y aprender juntos. Sin embargo, a veces, los maestros necesitan intervenir para ayudar a los niños a resolver conflictos. Con frecuencia, usamos títeres para conversar con los niños sobre estos conflictos u otros problemas, y ayudarlos a encontrar soluciones. De acuerdo con nuestra experiencia, los niños siempre están dispuestos a contarle sus miedos y sus sentimientos a alguno de los títeres.

Usted también puede usar títeres en su casa. Son un excelente medio para presentar a los niños palabras que expresan sentimientos, tales como *feliz*, *triste*, *enojado* y *entusiasmado*. Los títeres también pueden ayudar en los debates sobre temas difíciles, como acostarse temprano. A continuación se incluyen algunas otras sugerencias para ayudar a su hijo a desarrollar competencias sociales y emocionales.

Piense en voz alta. Si usted permite que su hijo escuche el proceso de su razonamiento, le ayuda a comprender cómo superar las frustraciones y resolver los problemas: “¡Ay! Mi bolsa de compras preferida está rota. Mejor llevo otra a la tienda”.

Lea cuentos a la hora de acostarse. Esta rutina para el final del día tiene algo mágico que hace que sea la hora ideal para hablar sobre los sentimientos. Converse con su hijo sobre los personajes y los acontecimientos del cuento. Invítelo a compartir sus pensamientos y sentimientos a través de preguntas tales como: “¿Qué crees que debería hacer? ¿Cómo te parece que se siente? ¿Qué harías tú si fueras este personaje?”

Haga un trabajo junto con su hijo. En lugar de pedirle a su hijo que haga una tarea solo, hágala junto con él. Los dos podrían doblar la ropa limpia, poner la mesa, rastrillar hojas o pintar una pared juntos. Ayude a su hijo a participar cortando el palo de la escoba para que tenga un tamaño más apropiado o dándole un pincel o rodillo pequeños.

Juegue juegos. Los juegos de cartas o de mesa y los juegos al aire libre como la mancha o la rayuela ofrecen oportunidades ideales para ayudar a los niños a aprender a tomar turnos, cooperar, manejar las frustraciones, etc. Mientras juegan juntos, piense en divertirse, más que en quién gana o pierde.

Evite posibles problemas. Antes de que llegue un amigo a jugar, ayude a su hijo a guardar los juguetes que no le gusta compartir. Antes de tomar el autobús para ir al zoológico, explíquelo al niño paso a paso qué es lo que van a hacer: “Vamos a esperar el autobús durante 5 minutos; luego nos subimos y nos sentamos juntos; y vamos a ver muchas cosas durante aproximadamente 30 minutos [explíquelo que es el mismo tiempo que dura un episodio de uno de sus programas de televisión favoritos]. Después vamos a caminar tres cuadras para llegar al zoológico ¡y lo primero que vamos a hacer es visitar al león!” En el viaje, recuérdelo al niño qué es lo que va a pasar después.

Un mensaje del maestro de su hijo