



Serie de Conexión Mochila

Sobre esta serie

La *Serie de Conexión Mochila* fue instaurada por TACSEI (por sus siglas en inglés) para brindarle 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 cómo 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.

Más información

Para más información sobre este tema, visite la página web de TACSEI en el www.challengingbehavior.org e ingrese "label emotions" en el Cuadro de Búsqueda en la esquina superior derecha de la pantalla.



Esta publicación fue realizada por el Centro de Asistencia Técnica para la Intervención Socio-Emocional (TACSEI por sus siglas en inglés) para Niños patrocinado por la Oficina de Programas de Educación Especial del Departamento de Educación de los Estados Unidos (H326B070002). Las opiniones manifestadas no necesariamente representan las posiciones o políticas del Departamento de Educación, mayo de 2012.

Como ayudarle a su niño a reconocer y comprender la tristeza

Alyson Jiron, Brooke Brogle y Jill Giacomini

La tristeza es uno de los sentimientos más fáciles de comprender por parte de los niños y uno de los primeros sentimientos que ellos pueden reconocer en los demás. Todos nos sentimos tristes en un momento u otro por un sin número de razones. Como padres, nosotros queremos permitir a nuestros hijos que reconozcan cuando se sientan tristes, y si es necesario, tomar las medidas para ayudarlos a sentirse mejor o pedirle a alguien más ayuda. Cuando le ayuda a su hijo a reconocer las características físicas que acompañan el sentimiento de tristeza y comprender los motivos del por qué alguien pueda sentirse triste, usted le está ayudando a su niño a crear una estructura básica necesaria para que él afronte sus sentimientos y relaciones. En ocasiones el simplemente reconocer la tristeza de su hijo es todo lo que se necesita. "Estás tan triste que es hora de irnos del parque."



Intente esto en casa

- Dese cuenta y describa cuándo usted, su niño o los demás estén tristes. Usted puede decir:
 - » Acerca de usted, "Me siento muy triste porque la abuela tuvo que irse a casa. Quizá la llame."
 - » Acerca de su hijo: "Parece que estás triste. Tienes lagrimas en los ojos y estás cabizbajo."
 - » Acerca de los demás: "Ese pequeñín se ve muy triste. ¿Me pregunto que podrá hacerlo sentirse mejor?"
- Lea libros sobre el estar triste. Hable con su niño de lo que está sintiendo y experimentando el personaje y busquen ideas que puedan ayudar. Usted puede encontrar una variedad de libros y actividades correspondientes para ayudar a su hijo aprender sobre los sentimientos, visitando la página <http://csefel.vanderbilt.edu/resources/strategies.html#list>.
- Comparta con su hijo las ocasiones en las que usted se sintió triste. ¿Qué sucedió? ¿Qué hizo? ¿Se quedó triste por siempre? Es muy importante que los niños aprendan que las emociones pueden cambiar (¡y lo hacen!).
- Utilice los juegos de su niño como un método para simular situaciones tristes. Por ejemplo, podrias decir, "O no, este tren está super triste. Todos los demás trenes están jugando juntos y él se siente solo."



Práctica en la escuela

Ya sea que el niño esté triste porque uno de sus padres se fue, se le quebró un juguete o porque se cayó, existen muchas oportunidades para que aprenda que hacer cuando alguien se siente triste. Los maestros nombran el sentimiento por el niño, (ej. diciendo "Te vez triste") y después permiten que el niño busque algunas soluciones que le ayuden a sentirse mejor. Esto puede ser un abrazo, un cuento u objeto especial. A medida que los niños son más capaces, ellos mismos aprenden a ofrecer consuelo a los demás.



En conclusión

La manera en que un niño se siente o se comporta está relacionada íntimamente. Los niños que pueden manejar sus propios sentimientos están mejor preparados para controlar su conducta. Los niños que pueden reconocer sus propios sentimientos pueden mantener mejor la calma y utilizar palabras, en vez de una conducta desafiante para comunicarse.



Backpack Connection Series

About this Series

The *Backpack Connection Series* was created by TACSEI to provide a way for teachers and parents/caregivers to work together to help young children develop social emotional skills and reduce challenging behavior. Teachers may choose to send a handout home in each child's backpack when a new strategy or skill is introduced to the class. Each *Backpack Connection* handout provides information that helps parents stay informed about what their child is learning at school and specific ideas on how to use the strategy or skill at home.

The Pyramid Model



The Pyramid Model is a framework that provides programs with guidance on how to promote social emotional competence in all children and design effective interventions that support young children who might have persistent challenging behavior. It also provides practices to ensure that children with social emotional delays receive intentional teaching. Programs that implement the Pyramid Model are eager to work together with families to meet every child's individualized learning and support needs. To learn more about the Pyramid Model, please visit challengingbehavior.org.

More Information

For more information about this topic, visit TACSEI's website at challengingbehavior.org and type "label emotions" in the Search Box in the upper-right corner of the screen.



This publication was produced by the Technical Assistance Center on Social Emotional Intervention (TACSEI) for Young Children funded by the Office of Special Education Programs, U.S.

Department of Education (H326B070002). The views expressed do not necessarily represent the positions or policies of the Department of Education. May 2012.

How to Help Your Child Recognize & Understand Sadness

Alyson Jiron, Brooke Brogde & Jill Giacomini

Sadness is one of the easiest emotions for young children to understand, and one of the first emotions that they can learn to recognize in others. Everyone feels sad at one time or another for a variety of reasons. As parents, we want to empower our children to recognize when they are feeling sad and, if needed, take steps to help themselves feel better or ask someone else for help. When you help your child recognize the physical features that accompany feeling sad and understand the reasons why someone might feel sad, you are helping your child create the necessary building blocks for him to manage his own emotions and relationships. Sometimes simply acknowledging your child's sadness is all that is needed. For example, saying to your child "You are so sad that it is time to leave the park."



Try This at Home

- Notice and label when you, your child or others are sad. You might say:
 - » About yourself, "I'm feeling really sad that Grandma went home. Maybe I'll call her."
 - » About your child: "It looks like you are sad. You have tears in your eyes and your head is down."
 - » About others: "That little boy looks really sad. I wonder what might make him feel better?"
- Read books about being sad. Talk with your child about what the character is feeling and experiencing and come up with ideas that might help. You can find many books and corresponding activities to help your child learn about emotions at: <http://csefel.vanderbilt.edu/resources/strategies.html#list>
- Share with your child times when you felt sad. What happened? What did you do? Did you stay sad forever? It is important for children to learn that emotions can (and do!) change.
- Use your child's play as a way to act out sad situations. For example, you could say, "Oh no, this train is super sad. All the other trains are playing together and he feels sad and lonely."



Practice at School

Whether a child is sad because a parent left, a toy broke or they fell down, there are many opportunities for him to learn what to do when someone feels sad. Teachers label the emotion for the child, (i.e. saying "You look sad") and then begin to let the child come up with a solution to help him feel better. This may be a hug, a story or a special object. As children become more capable, they themselves learn to offer comfort to their peers.



The Bottom Line

The way a child feels and behaves are closely related. Children who can manage their own emotions are better prepared to control their behavior. Children who can recognize their own feelings are better able to remain calm and use words, rather than challenging behavior, to communicate.



www.challengingbehavior.org

Reproduction of this document is encouraged. Permission to copy is not required.

