

Session 4—Actividad 13

**Palabras de encomio para
los padres y comentarios positivos**



Apunte algunas palabras de encomio o comentario positivo para usted mismo acerca de algo que hizo con su hijo durante la última semana, sobre lo que se siente orgulloso.



Sesión 4 – Actividad 14

Palabras de sentimientos



El vocabulario emocional es la capacidad para reconocer, identificar y comprender los sentimientos propios y los de otras personas.

Para mejorar el vocabulario emocional:

- Converse acerca de sus sentimientos.
- Diga a su hijo: “Cuéntame cómo eso te hace sentir”.
- Enséñele palabras nuevas de sentimientos (por ej., frustrado, confuso, ansioso, emocionado, preocupado, desilusionado).
- Converse sobre cómo pueden sentirse los personajes de un libro, un vídeo o la televisión.
- Reflexione sobre las situaciones y discuta los sentimientos.
- Acepte y apoye los sentimientos que su hijo expresa.
- Use libros y actividades de arte para hablar sobre los sentimientos.
- Hable en voz alta sobre sus propios sentimientos en situaciones variadas.
- Describa cómo se ve la cara de su hijo o imágenes de personas en revistas y libros.
- Haga juegos imaginarios con muñecas, animales de peluche o títeres y haga de cuenta que usan “palabras de sentimientos”.

Palabras de sentimientos que típicamente son comprendidas por niños de entre 3 y 5 años de edad que están desarrollando la lengua materna: (Joseph 2001; Ridge, Walters y Kuejaz, 1985)

Abatido	Confuso	Excluido	Orgullosa
Abrumado	Considerado	Extasiado	Pacífico
Aburrido	Contento	Fantástico	Perdido
Agradable	Cooperativo	Fascinado	Relajado
Alegre	Creativo	Fastidioso	Satisfecho
Aliviado	Cruel	Feliz	Seguro
Altruista	Culpable	Frustrado	Sensible
Amado	Curioso	Fuerte	Serio
Amistoso	Deprimido	Generoso	Solitario
Ansioso	Desilusionado	Gozoso	Tenso
Asustado	Disgustado	Harto	Terco
Avergonzado	Educado	Impaciente	Terrible
Bravo	Emocionado	Importante	Tierno
Cansado	Enfermo	Jubiloso	Tímido
Capaz	Enojado	Libre	Torpe
Cariñoso	Entusiasmo	Miedoso	Tranquilo
Celoso	Estresado	Molesto	Triste
Cómodo	Estupendo	Nervioso	Valiente



Avergonzado



Frustrado



Alegre



Solitario



Amado



Enojado



Nervioso



Orgullosa



Relajado



Triste

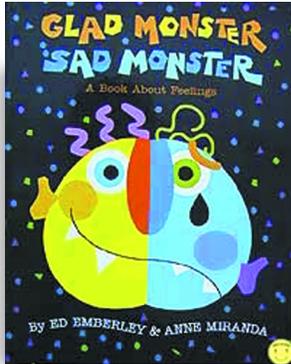


Asustado

Book Nook

Sesión 4 – Hoja 15

El uso de libros para apoyar el desarrollo social-emocional

**Glad Monster Sad Monster**

Por Ed Emberley y Anne Miranda

Little Brown and Company, 1997

Glad Monster Sad Monster es un libro sobre los sentimientos, con máscaras divertidas que los niños pueden usar mientras platican sobre momentos cuando se sintieron alegres, tristes, cariñosos, preocupados, juguetones, enojados y asustados, al igual que los monstruos. Cada monstruo tiene un color diferente para representar sentimientos específicos. Por ejemplo, el monstruo amarillo se siente alegre cuando puede abrir sus regalos, jugar a pelota, chupar un helado o bailar con su amigo.

Ejemplos de actividades que se pueden realizar a la vez que se lee *Glad Monster Sad Monster* en varios momentos del día para fomentar el desarrollo social-emocional:

- Mientras está leyendo el cuento, haga una pausa y pregunte a su hijo o hija si alguna vez se sintió igual que los monstruos. Por ejemplo, ¿te sientes alegre cuando puedes jugar a pelota como el monstruo amarillo? Pregúntele qué otras cosas lo hacen sentirse alegre. ¿Piensas que las mismas cosas que te hacen sentir alegre, también harían sentir alegre al monstruo amarillo?
- Muestre a su hijo las máscaras de monstruos a la vez que lee acerca de cada monstruo, y pida que su hijo identifique cómo se siente el monstruo al mirar su cara. Por ejemplo, el Monstruo Azul tiene el ceño fruncido, por lo que parece que tal vez se siente triste.
- Después de leer acerca de cada monstruo, deje que su hijo o hija se ponga las máscaras de los monstruos (y/o haga sus propias máscaras de monstruos), y platique sobre momentos cuando se sintió alegre, triste, juguetón, etc.)
- Ayude a su hijo a hacer títeres de monstruos alegres y tristes. Dé a su hijo 2 círculos de papel, uno amarillo y el otro azul. Pídale dibujar la cara de un monstruo alegre en el círculo amarillo y la cara del monstruo triste en el círculo azul. Ayúdele a fijar las caras con pegamento a un palito, con una cara a un lado y la otra al otro lado. Converse sobre varias situaciones o actúe los papeles, y pida a su hijo que muestre la cara del monstruo alegre o triste según cómo piensa que el monstruo se sentiría. Por ejemplo, explique que el Monstruo Morado estaba jugando con su camioneta favorita cuando el Monstruo Rojo vino y se la sacó porque quería jugar con ella. Pregunte a su hijo cómo piensa que esto haría sentirse al Monstruo Morado. ¿Por qué? Ayude a su hijo a pensar en otras cosas que el Monstruo Rojo podría hacer si quisiera jugar con la camioneta del Monstruo Morado.
- Haga una tabla que presente a cada monstruo coloreado del libro y su sentimiento correspondiente (amarillo/alegre, azul/triste, rosado/cariñoso, anaranjado/preocupado, morado/juguetón, rojo/enojado, verde/asustado). Anime a su hijo o hija (con su propio ejemplo) a hacer una marca, apuntar su nombre o colocar una pegatina al lado del monstruo que represente cómo se siente en ese día. Pregúntele por qué se siente así. Hable sobre maneras de resolver los problemas y lo que su hijo puede hacer para cambiar sus sentimientos si hubiera indicado que se siente preocupado o enojado.

Leer el mismo libro durante varios días seguidos es una manera maravillosa de dar más oportunidades para que los niños se sientan confiados y aptos, y esto es importante para su desarrollo social y emocional. Los niños aprenden a hablar sobre el cuento, hacer predicciones sobre lo que pasará luego, aprender vocablos nuevos, platicar sobre las experiencias propias en relación con el cuento y hasta idear su propio cuento. Sugerimos que se lea *Glad Monster Sad Monster* durante varios días seguidos y se utilice algunas de las ideas, actividades y oportunidades instructivas que se describen a continuación para mejorar las habilidades sociales y emocionales de niños.



Tema: Monstruos

Hable sobre los monstruos del libro. Pregunte a su hijo o hija si recuerda haber visto una película o leído otro libro sobre los monstruos. ¿Cómo lo hacían sentirse esos monstruos? Refiérase a algún libro que Ud. le haya leído a su hijo que trataba sobre un monstruo. Pregúntele si recuerda algunos sentimientos de los monstruos del libro. ¿Qué hacía que los monstruos se sintieran así?

Música/movimiento: Ayude a su hijo a idear los nombres de 2 ó 3 monstruos, usando palabras de sentimientos (Conrado el Contento, Elena la Enfadada, Soledad la Solitaria, etc.). Apunten los nombres en una tabla que todos pueden ver. Conversen juntos sobre la manera en que cada monstruo se movería. Por ejemplo, Conrado el Contento podría dar brincos y saltar de gozo, mientras que Elena la Enfadada podría moverse pisoteando el suelo y agitando los brazos sobre su cabeza. Cree un juego y diga a los niños que cuando Ud. dice el nombre de un monstruo, todos se muevan como lo haría ese monstruo. Usted tal vez quisiera poner música de fondo “para monstruos” mientras todos ¡se están moviendo como los monstruos!

Artes: Ayude a su hijo a hacer un ‘monstruo de sentimientos’ usando un vaso de papel o un tubo de cartón de papel higiénico o toallas de papel, fijándole cosas como hilo de tejer, botones, limpia-pipas, pompones, cintas de tela, etc. Su hijo podría hacer ‘caras de sentimientos’ en su monstruo y ponerle un nombre que esté relacionado con los sentimientos. Converse con su hijo acerca de su monstruo; ¿cómo se siente el monstruo? ¿Por qué el monstruo se siente así? ¿Qué pasó? Con su ayuda, su hijo también podría escribir un cuento sobre su monstruo y hacer un libro.

Alfabetización/escritura: Pida que los niños creen sus propios libros como *Glad Monster Sad Monster*. Disponga una copia del libro en el centro de alfabetización o escritura. Recuerde a los niños cómo cada monstruo del libro habló sobre actividades o eventos que lo hicieron sentirse de cierta manera. Los niños pueden escoger los sentimientos que quieren tratar en sus libros y luego dibujar al monstruo, así como cosas que los hacen sentirse así. Por ejemplo, los niños podrían escoger el monstruo rosado (cariñoso), dibujarlo y luego dibujar cosas que los hacen sentirse amados como ser abrazados por mamá y papá, hornear galletas con abuelita, jugar a la pelota con papá, leer un libro con mamá, jugar un juego con la maestra, jugar con un amigo, etc. Los adultos pueden ayudar a los niños a apuntar las palabras en su libro para describir los dibujos.

Lista de libros para niños

16

Sesión 4 – Hoja 16

La amistad

- ¿Cómo juegan los dinosaurios con sus amigos? / *How Do Dinosaurs Play with Their Friends* por Jane Yolen y Mark Teague (3–5 años)
- ¿Cómo me siento? / *How Do I Feel?* por Houghton Mifflin (0–4 años)
- Hacer amigos / *Making Friends* por Janine Amos (4–8 años)
- Lo siento / *I'm Sorry* por Sam McBratney (4–7 años)
- Mateo y Mati / *Matthew and Tilly* por Rebecca C. Jones (4–8 años)
- Perro grande...perro pequeño / *Big Dog...Little Dog* por P. D. Eastman (4–8 años)
- El pez arco iris / *The Rainbow Fish* por Marcus Pfister (3–8 años)
- El ratoncito, la fresa roja y madura y el gran oso hambriento / *The Little Mouse, The Red Ripe Strawberry, and The Big Hungry Bear* por Don y Audrey Wood (2–5 años)
- Sam y su primer día de escuela / *Sam's First Day* por David Mills y Lizzie Finlay (3–7 años)
- Sílbale a Willie / *Whistle for Willie* por Ezra Jack Keats (4–7 años)
- ¡Sólo mío! Un cuento del bebé de la mochila / *Mine! A Backpack Baby Story* por Miriam Cohen (0–2 años)
- El zorro hace amigos / *Fox Makes Friends* por Adam Relf (3–5 años)
- A Rainbow of Friends* por P.K. Hallinan (4–8 años)
- Best Friends* por Charlotte Labaronne (3–5 años)
- Can You Be a Friend?* por Nita Everly (3–6 años)
- Can You Talk to Your Friends?* por Nita Everly (3–6 años)
- Care Bears Caring Contest* por Nancy Parent (3–6 años)
- Care Bears The Day Nobody Shared* por Nancy Parent (3–6 años)
- Gigi and Lulu's Gigantic Fight* por Pamela Edwards (3–7 años)
- Heartprints* por P.K. Hallinan (3–6 años)
- How to be a Friend* por Laurie Krasny Brown y Marc Brown (4–8 años)
- Hunter's Best Friend at School* por Laura Malone Elliot (4–7 años)
- I'm a Good Friend!* por David Parker (3–5 años)
- I Can Share* por Karen Katz (0–5 años)
- I Can Cooperate!* por David Parker (3–5 años)
- I am Generous!* por David Parker (2–5 años)
- It's Hard to Share My Teacher* por Joan Singleton Prestine (5–6 años)
- Jamberry* por Bruce Degan (2–5 años)
- Join In and Play* por Cheri Meiners (3–6 años)
- Making Friends* por Fred Rogers (3–5 años)
- Mine! Mine! Mine!* por Shelly Becker (3–5 años)
- My Friend Bear* por Jez Alborough (3–8 años)
- My Friend and I* por Lisa John-Clough (4–8 años)
- One Lonely Sea Horse* por Saxton Freymann y Joost Elffers (4–8 años)
- Share and Take Turns* por Cheri Meiners (5–8 años)
- Sharing How Kindness Grows* por Fran Shaw (3–5 años)
- The Selfish Crocodile* por Faustin Charles y Michael Terry (4–7 años)
- Simon and Molly plus Hester* por Lisa Jahn-Clough (5–8 años)

Sometimes I Share por Carol Nicklaus (4–6 años)
Strawberry Shortcake and the Friendship Party por Monique Z. Stephens (2–5 años)
Sunshine and Storm por Elisabeth Jones (3–5 años)
Talk and Work it Out por Cheri Meiners (3–6 años)
That's What a Friend Is por P.K. Hallinan (3–8 años)
We Are Best Friends por Alikei (4–7 años)

La aceptación de diferencias en los amigos

Crisántemo / Chrysanthemum por Kevin Henkes (4–8 años)
Está bien ser diferente / It's Okay to Be Different por Todd Parr (3–8 años)
Margarita y Margaret / Margaret and Margarita por Lynn Reiser (5–8 años)
El nuevo amigo de Franklin / Franklin's New Friend por Paulette Bourgeois (5–8 años)
And Here's to You por David Elliott (4–8 años)
Big Al por Andrew Clements (4–8 años)
The Brand New Kid por Katie Couric (3–8 años)
Chester's Way por Kevin Henkes (5–7 años)
Horace and Morris But Mostly Dolores por James Howe (4–8 años)
I Accept You as You Are! por David Parker (3–5 años)

Sentimientos generales

Así me siento yo / The Way I Feel por Janan Cain (4–8 años)
Cómo me siento / See How I Feel por Julie Aigner-Clark (0–4 años)
Cómo me veo cuando estoy confundido / What I Look Like When I am Confused
 (Serie Let's Look at Feeling) por Joanne Randolph (5–8 años)
Hoy me siento tonta y otros estados de ánimo / Today I Feel Silly & Other Moods That Make
Vegetal cómo eres: Alimentos con sentimientos / How Are You Peeling: Foods with Moods por Saxton Freymann (5–8 años)
My Day por Jamie Lee Curtis (3–8 años)
ABC Look at Me por Roberta Grobel Intrater (0–4 años)
 Libros de la serie "Baby Faces" (la mayoría escritos por Roberta Grobel Intrater) (0–4 años)
Baby Faces por Margaret Miller (0–3 años)
Baby Senses Sight por Dr. S. Beaumont (0–3 años)
Can You Tell How Someone Feels? (Early Social Behavior Book Series) por Nita Everly (3–6 años)
Double Dip Feelings por Barbara Cain (5–8 años)
The Feelings Book por Todd Parr (3–8 años)
Feeling Happy por Ellen Weiss (0–3 años)
Glad Monster, Sad Monster por Ed Emberley y Anne Miranda (0–5 años)
The Grouchy Ladybug por Eric Carle (1–6 años)
The Pout Pout Fish por Deborah Diesen (3–5 años)
The Three Grumpies por Tamra Wight (4–8 años)
Happy and Sad, Grouchy and Glad por Constance Allen (4–7 años)
How Do I Feel? por Norma Simon (2–7 años)
How I Feel Proud por Marcia Leonard (2–6 años)

How I Feel Silly por Marcia Leonard (2–6 años)
How Kind por Mary Murphy (2–5 años)
I Am Happy por Steve Light (3–6 años)
If You're Happy and You Know it! por Jane Cabrera (3–6 años)
Little Teddy Bear's Happy Face Sad Face por Lynn Offerman (un primer libro sobre los sentimientos)
Lizzy's Ups and Downs por Jessica Harper (3–9 años)
My Many Colored Days por Dr. Seuss (3–8 años)
On Monday When It Rained por Cherryl Kachenmeister (3–8 años)
Proud of Our Feelings por Lindsay Leghorn (4–8 años)
Sometimes I Feel Like a Storm Cloud por Lezlie Evans (4–8 años)
Smudge's Grumpy Day por Miriam Moss (3–8 años)
What Makes Me Happy? por Catherine y Laurence Anholt (3–6 años)
When I Feel Frustrated por Marcia Leonard (2–6 años)
When I Feel Jealous por Marcia Leonard (2–6 años)

Sentimientos alegres

Amadeus está feliz / Amadeus is Happy por Eli Cantillon (2–5 años)
Feeling Happy por Ellen Weiss (2–5 años)
If You're Happy and You Know it! por David Carter (2–6 años)
If You're Happy and You Know It por Scholastic/Taggies book (0–2 años)
The Feel Good Book por Todd Parr (3–6 años)
Peekaboo Morning por Rachel Isadora (2–5 años)
When I Feel Happy por Marcia Leonard (2–6 años)

Sentimientos tristes

El conejito Knuffle. Un cuento aleccionador / *Knuffle Bunny* por Mo Willems (3–6 años)
 Cuando estoy triste / *When I'm Feeling Sad* por Trace Moroney (2–5 años)
 Franklin tiene un mal día / *Franklin's Bad Day* por Paulette Bourgeois y Brenda Clark (5–8 años)
Let's Talk About Feeling Sad por Joy Wilt Berry (3–5 años)
How I Feel Sad por Marcia Leonard (2–6 años)
Hurty Feelings por Helen Lester (5–8 años)
Sometimes I Feel Awful por Joan Singleton Prestine (5–8 años)
The Very Lonely Firefly por Eric Carle (4–7 años)

Sentimientos de enojo o enfado

Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso / *Alexander and the Terrible, Horrible, No Good, Very Bad Day* por Judith Viorst (4–8 años)
 Cuando estoy enfadado / *When I'm Feeling Angry* por Trace Moroney (2–5 años)
 Lily y el bolso de plástico morado / *Lily's Purple Plastic Purse* por Kevin Henkes (4–8 años)
Andrew's Angry Words por Dorothea Lackner (4–8 años)
Bootsie Barker Bites por Barbara Bottner (4–8 años)
The Chocolate Covered Cookie Tantrum por Deborah Blumenthal (5–8 años)
How I Feel Frustrated por Marcia Leonard (3–8 años)
How I Feel Angry por Marcia Leonard (2–6 años)
Llama Llama Mad at Mama por Anna Dewdney (2–5 años)
Sometimes I'm Bombaloo por Rachel Vail (3–8 años)
That Makes Me Mad! por Steven Kroll (4–8 años)
The Rain Came Down por David Shannon (4–8 años)
When I'm Angry por Jane Aaron (3–7 años)
When I Feel Angry por Cornelia Maude Spelman (5–7 años)
When Sophie Gets Angry – Really, Really Angry por Molly Garrett (3–7 años)

Sentimientos de miedo o preocupación

Cuando tengo miedo / *When I'm Feeling Scared* por Trace Moroney (2–5 años)
 Franklin en la oscuridad / *Franklin in The Dark* por Paulette Bourgeois y Brenda Clark (5–8 años)
 Prudencia se preocupa / *Wemberly Worried* por Kevin Henkes (5–8 años)
Creepy Things are Scaring Me por Jerome y Jarrett Pumphrey (4–8 años)
How I Feel Scared por Marcia Leonard (2–6 años)
I Am Not Going to School Today por Robie H. Harris (4–8 años)
No Such Thing por Jackie French Koller (5–8 años)
Sheila Rae, the Brave por Kevin Henkes (5–8 años)
When I Feel Scared por Cornelia Maude Spelman (5–7 años)

Sentimientos de empatía y altruismo

Bear Feels Sick por Karma Wilson y Jane Chapman (3–5 años)
Can You Tell How Someone Feels por Nita Everly (3–6 años)
Understand and Care por Cheri Meiners (3–6 años)
When I Care about Others por Cornelia Maude Spelman (5–7 años)

La resolución de problemas

¡No dejes que la paloma conduzca el autobús! / *Don't Let the Pigeon Drive the Bus* por Mo Willems (2–7 años)
Don't Let the Pigeon Stay Up Late! por Mo Willems (2–7 años)
I Did It, I'm Sorry por Caralyn Buehner (5–8 años)
It Wasn't My Fault por Helen Lester (4–7 años)
Talk and Work it Out por Cheri Meiners (4–8 años)

La confianza en uno mismo

La asombrosa Graciela / *Amazing Grace* por Mary Hoffman (4–8 años)
 Me gusto como soy / *ABC I like Me* por Nancy Carlson (4–6 años)
 La pequeña locomotora que sí pudo / *The Little Engine that Could* por Watty Piper (3–7 años)
 Tú puedes hacerlo, Sam / *You Can Do It, Sam* por Amy Hest (2–6 años)
Arthur's Nose por Marc Brown (3–8 años)
The Blue Ribbon Day por Katie Couric (4–8 años)
Can You Keep Trying por Nita Everly (3–6 años)
I Can Do It Myself (Serie de Sesame Street) por Emily Perl Kingsley (2–4 años)
I'm in Charge of Me! por David Parker (3–5 años)
I am Responsible! por David Parker (3–5 años)
Susan Laughs por Jeanne Willis (4–7 años)
Too Loud Lilly por Sophia Laguna (4–7 años)
Try and Stick With It por Cheri Meiners (4–8 años)
26 Big Things Little Hands Can Do por Coleen Paratore (1–6 años)
The Very Clumsy Click Beetle por Eric Carle (3–7 años)

Expectativas para el buen comportamiento

David se mete en líos / *David Gets in Trouble* por David Shannon (3–8 años)
 David va al colegio / *David Goes to School* por David Shannon (3–8 años)
 ¡No, David! / *No David* por David Shannon (3–8 años)
 Las manos no son para pegar / *Hands are Not for Hitting* (disponible como libro de cartón) por Martine Agassi (2–8 años)
 Las palabras no son para lastimar / *Words Are Not for Hurting* por Elizabeth Verdick (3–6 años)
 Silencio ruido / *Quiet and Loud* por Leslie Patricelli (1–3 años)
Can You Listen with Your Eyes? por Nita Everly (3–6 años)
Can You Use a Good Voice? por Nita Everly (3–6 años)
Excuse Me!: A Little Book of Manners por Karen Katz (0–5 años)
Feet Are Not for Kicking (disponible como libro de cartón) por Elizabeth Verdick (2–4 años)
Hands Can por Cheryl Willis Hudson (1–5 años)
I Tell the Truth! por David Parker (3–5 años)
I Show Respect! por David Parker (3–5 años)
Know and Follow Rules por Cheri Meiners (3–6 años)
Listen and Learn por Cheri Meiners (3–6 años)
No Biting por Karen Katz (0–5 años)
No Hitting por Karen Katz (0–5 años)
Please Play Safe! Penguin's Guide to Playground Safety por Margery Cuyler (2–5 años)
26 Big Things Small Hands Can Do por Coleen Paratore (3–5 años)

Las relaciones con familiares

- Adivino cuánto te quiero / *Guess How Much I Love You* por Sam McBratney (0–5 años)
- Un beso en mi mano / *The Kissing Hand* por Audrey Penn (3–8 años)
- ¿Eres tú mi mamá? / *Are You My Mother?* por P. D. Eastman y Carlos Rivera (0–5 años)
- Guji Guji* por Chih-Yuan Chen (5–8 años)
- Las lechucitas / *Owl Babies* por Martin Waddell (3–7 años)
- ¿Me quieres, mamá? / *Mama, Do You Love Me?* por Barbara Joose (3–6 años)
- ¡Porque te quiero tanto! / *Because I Love You So Much* por Guido van Genechten (2–5 años)
- Siempre te querré / *No Matter What* por Debi Gliori (2–5 años)
- Te amo bebé / *Little One* por Lisa Wheeler (0–3 años)
- Todos son mis favoritos / *You're All My Favorites* por Sam McBratney (5–7 años)
- Baby Dance* por Ann Taylor (0–4 años)
- Counting Kisses* por Karen Katz (0–5 años)
- Full, Full, Full of Love* por Trish Cooke (4–6 años)
- Don't Forget I Love You* por Miriam Moss (2–7 años)
- How Do I Love You?* por P.K. Hallinan (0–5 años)
- I Love it When You Smile* por Sam McBratney (3–5 años)
- I Love You All Day Long* por Francesca Rusackas (3–5 años)
- I Love You: A Rebus Poem* por Jean Marzollo (1–6 años)
- I Love You the Purplest* por Barbara M. Joose (4–8 años)
- I Love You Through and Through* por Bernadette Rossetti-Shustak (1–5 años)
- Koala Lou* por Mem Fox (4–7 años)
- More, More, More, Said the Baby: Three Love Stories* por Vera B. Williams Morrow (0–3 años)
- Please, Baby, Please* por Spike Lee (0–5 años)

La intimidación y las burlas

- A Weekend with Wendell* por Kevin Henkes (4–8 años)
- The Berenstain Bears and the Bully* por Stan y Jan Berenstain (4–7 años)
- Big Bad Bruce* por Bill Peet (4–8 años)
- Chester's Way* por Kevin Henkes (5–7 años)
- Coyote Raid in Cactus Canyon* por J. Arnosky (4–8 años)
- Gobbles!* por Ezra Jack Keats (4–8 años)
- Hats* por Kevin Luthardt (3–6 años)
- Hooway for Wodney Wat!* por Helen Lester (5–8 años)
- Hugo and the Bully Frogs* por Francesca Simon (3–7 años)

La pena y la pérdida de un ser querido

- El otoño de Freddy la hoja / *The Fall of Freddie the Leaf* por Leo Buscaglia (5 años a la edad adulta)
- Goodbye Mousie* por Robert Harris (3–8 años)
- I Miss You* por Pat Thomas (4–8 años)
- The Next Place* por Warren Hanson (5 años a la edad adulta)
- Sad Isn't Bad: Grief Guidebook for Kids Dealing with Loss Series* por Michaelene Mundy (5–8 años)

Sesión 4 – Actividad 17
Actividad de libros para niños

El uso de libros para niños
para fomentar el desarrollo social-emocional
de su hijo



Lea el libro con su compañero.

¿Le gustó el libro? ¿Por qué?

¿Qué tipo de palabras de sentimientos se hallan en el libro?

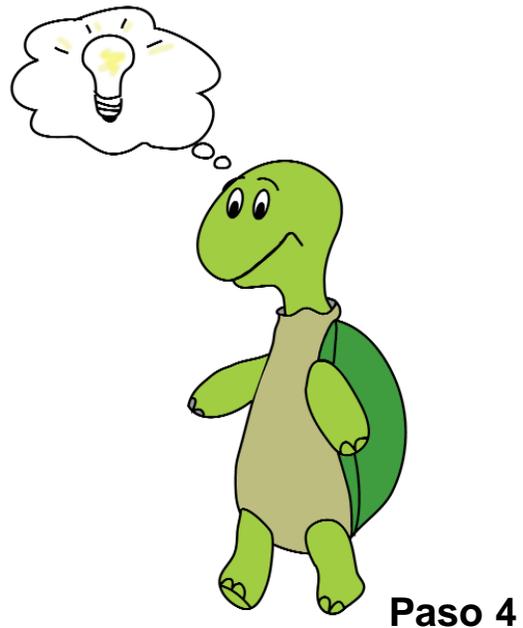
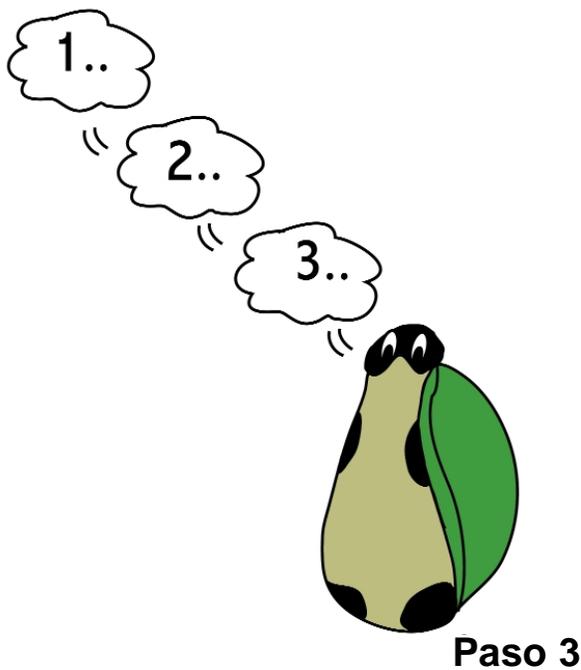
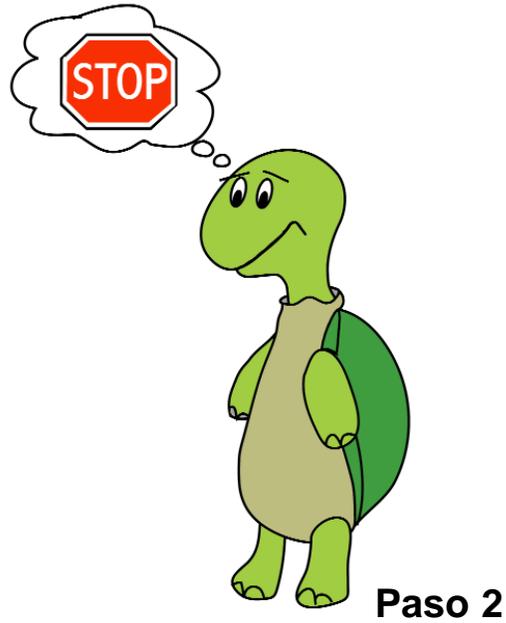
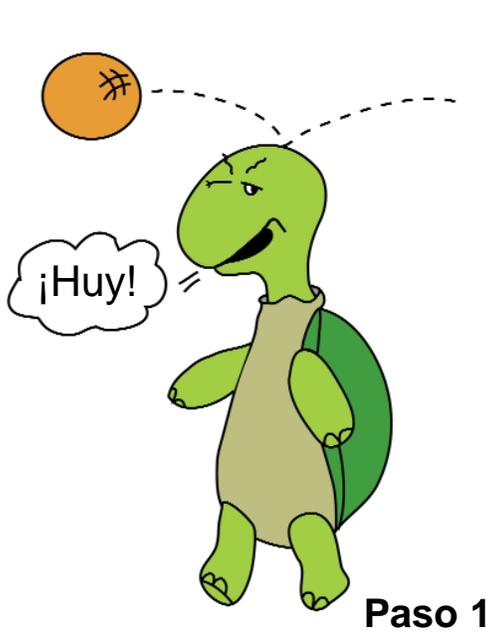
¿Qué actividades divertidas podría Ud. hacer con su hijo que estén relacionadas con el libro?

Sesión 4 – Hoja 18

Técnica de la tortuga

18

(Incluye indicios pictóricos, cuento de Teodora la Tortuga, consejos instructivos y patrón de títere)



Teodora la tortuga se aparta un rato para retirarse y pensar

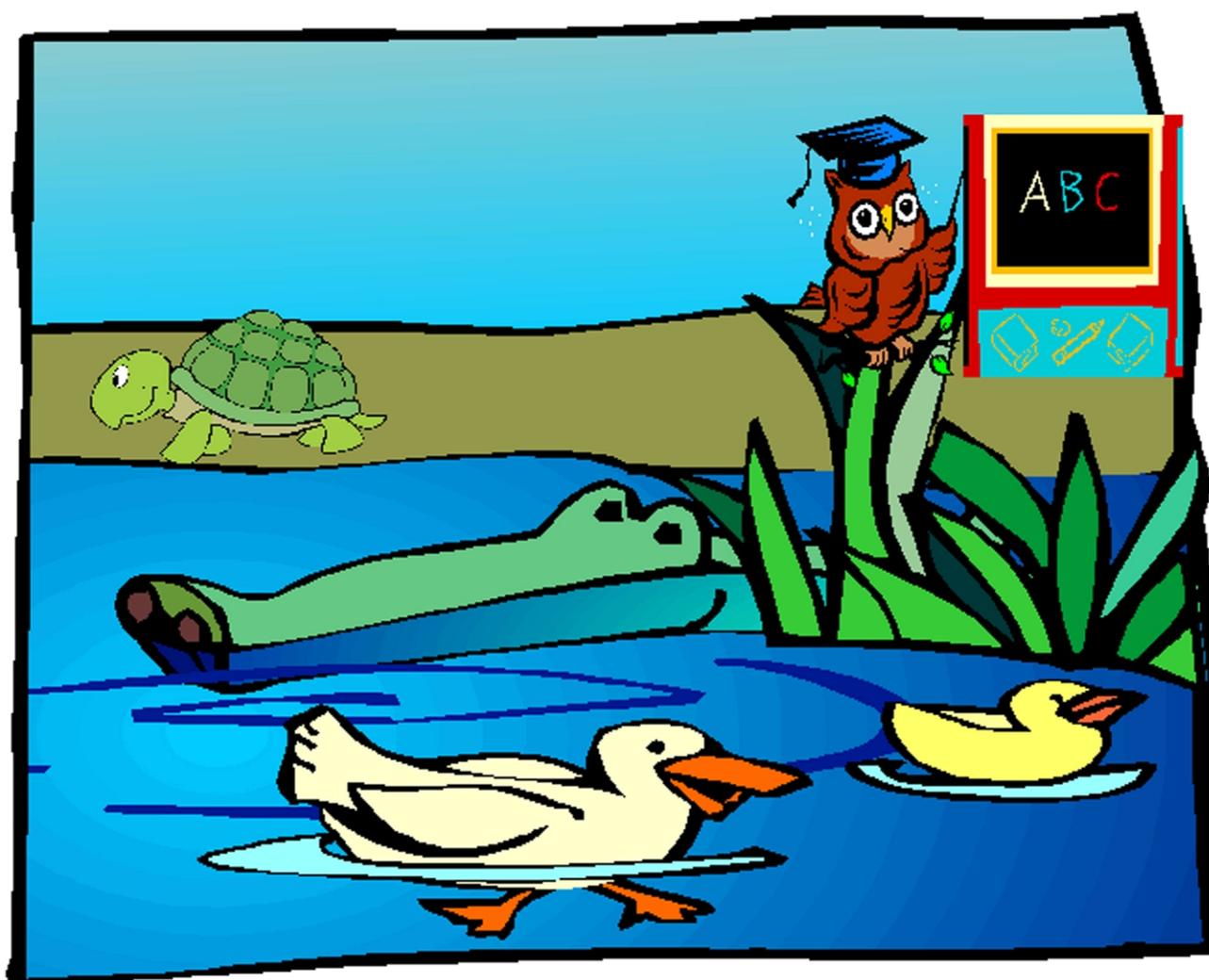


Un cuento con guión para ayudar a las familias con la instrucción
de “La Técnica de la Tortuga”

Por Rochelle Lentini

Adaptado para las familias en septiembre de 2006

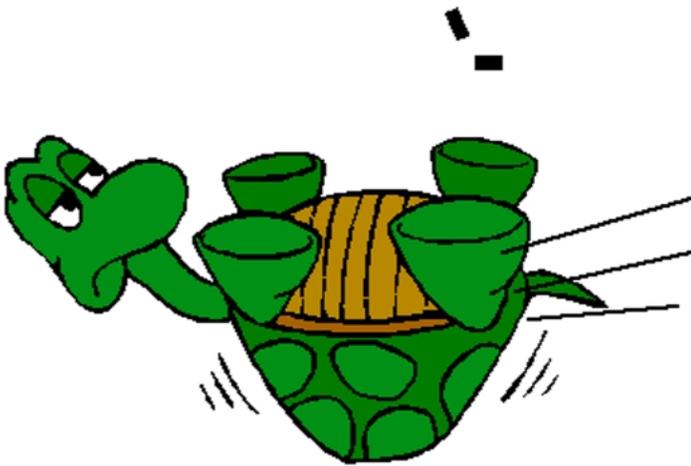
Teodora la Tortuga es una tortuguita muy guapa.
Le gusta jugar con sus amigos en el parque y en su patio.



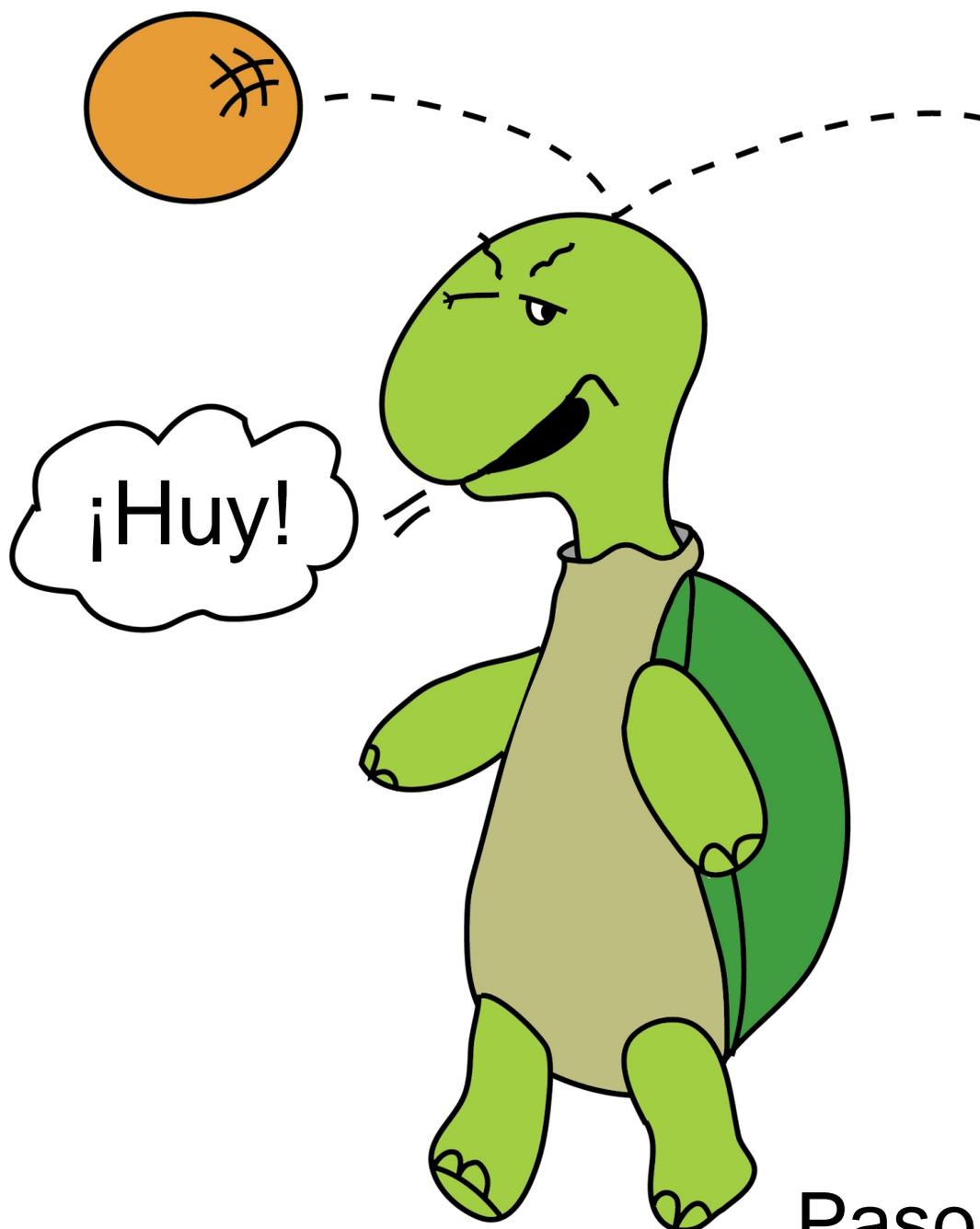
Pero a veces suceden cosas que enojan mucho a Teodora.



Hace tiempo, cuando Teodora se enojaba, pegaba, daba patadas o les gritaba a sus amigos, quienes se sentían perturbados cuando ella les pegaba, daba patadas o gritaba.

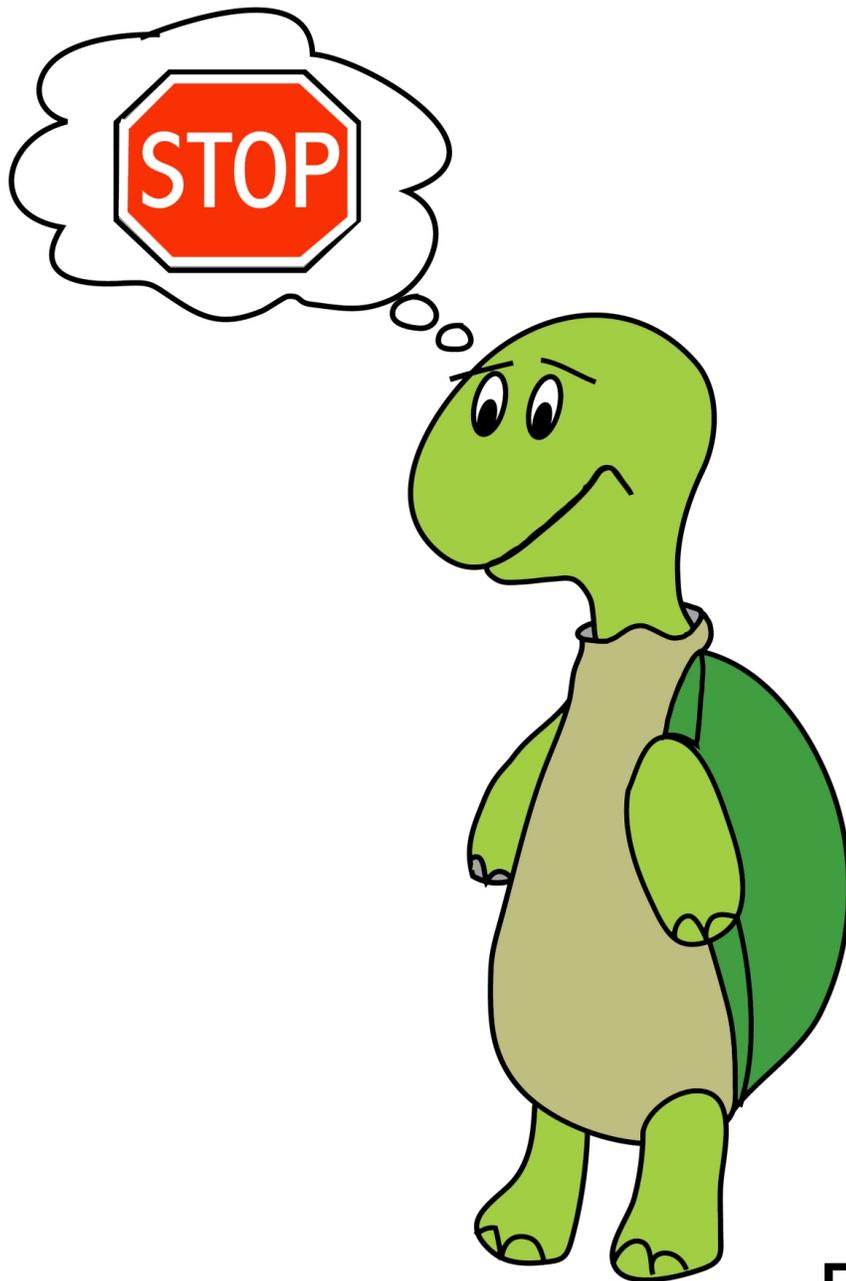


Ahora Teodora ha aprendido una manera nueva de “pensar como una tortuga” cuando se enoja.



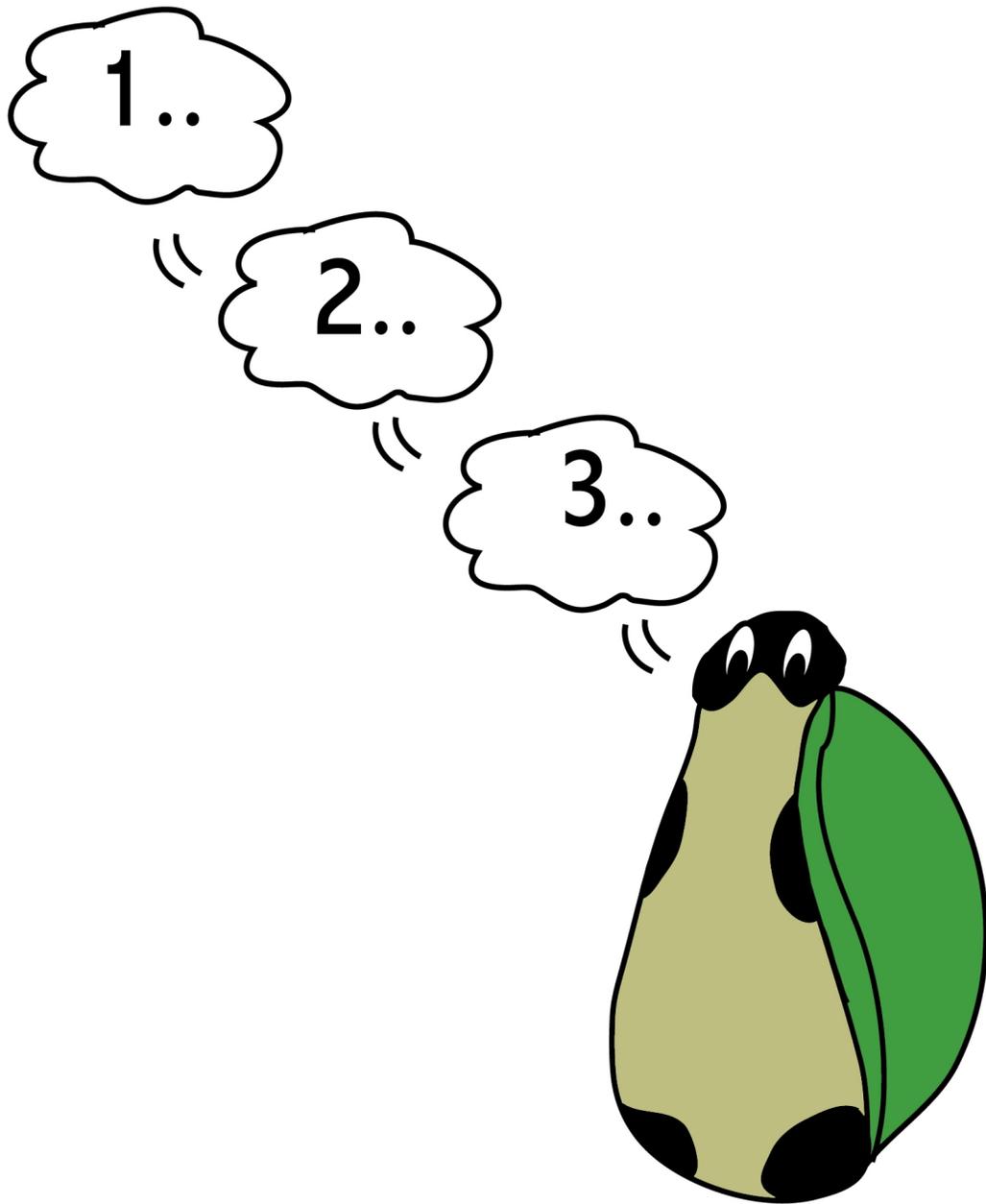
Paso 1

Puede controlarse de modo que ¡ya no pega, ni da patadas ni grita!



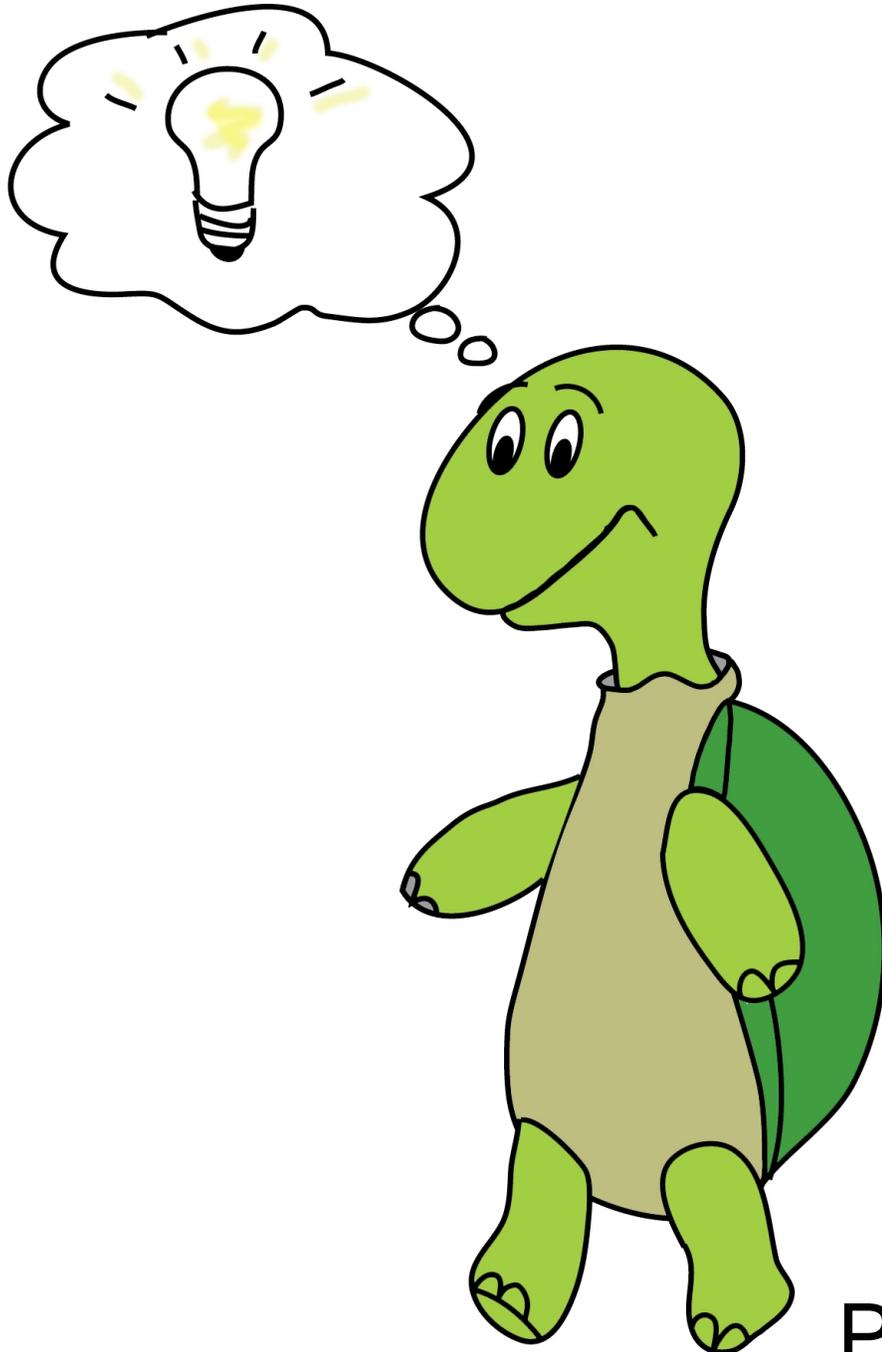
Paso 2

Se retira a su coraza y respira profundamente 3 veces para tranquilizarse.



Paso 3

Teodora entonces puede idear una solución o una manera de mejorar las cosas.



Paso 4

Los amigos de Teodora están contentos cuando ella juega con cortesía y no los pega ni les da patadas.

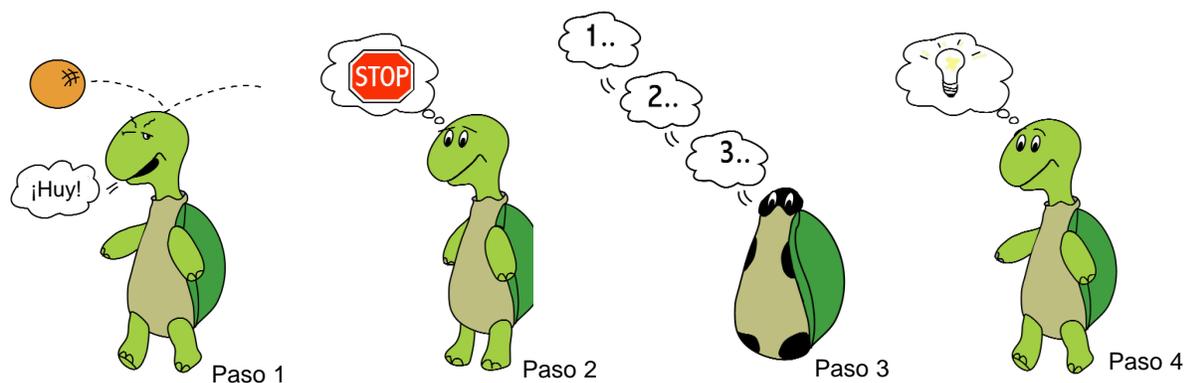
También les gusta cuando Teodora usa palabras agradables o pide la ayuda de una maestra cuando está perturbada.



Fin

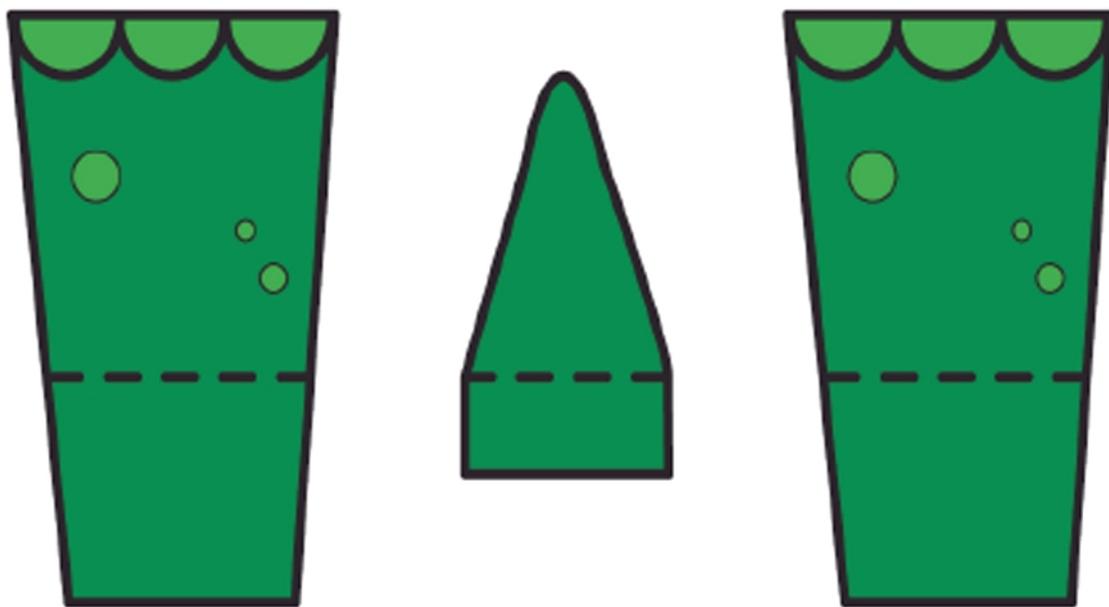


Consejos para enseñar la técnica de la tortuga

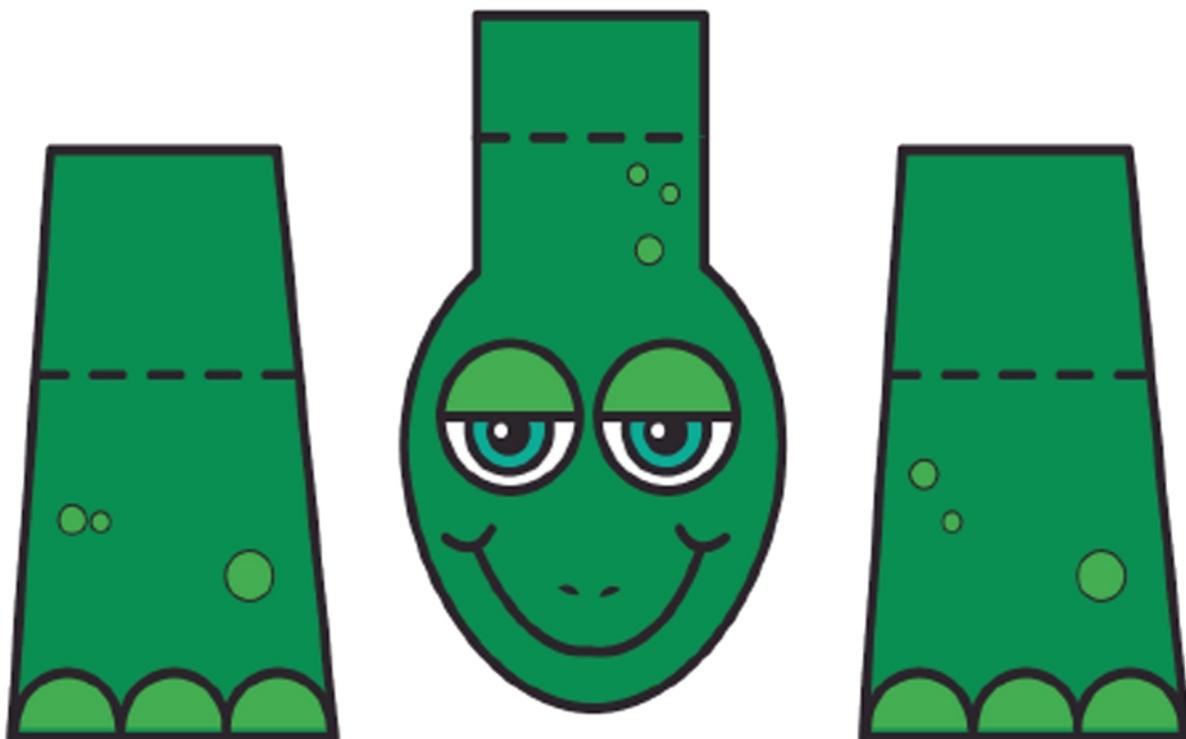


Los amigos de Teodora están contentos cuando ella juega con cortesía.

- Muestre cómo mantenerse tranquilo.
- Enseñe a su hijo los pasos para controlar los sentimientos y quedarse tranquilo (“pensar como una tortuga”).
 - Paso 1: Reconoce tus sentimientos.
 - Paso 2: Piensa “Alto”.
 - Paso 3: Retírate a tu ‘coraza’ y respira profundamente 3 veces.
 - Paso 4: Sal de tu coraza cuando estás tranquilo y piensa en una ‘solución’.
- Practique los pasos a menudo.
- Prepare a su hijo para las posibles desilusiones o cambios, ayúdele a manejarlos y a “pensar en una solución”.
- Reconozca y comente cuando su hijo se mantiene tranquilo.



TURTLE TECHNIQUE



Sesión 4 – Hoja 19

Resolución de problemas



Cree oportunidades para resolver problemas al describir situaciones

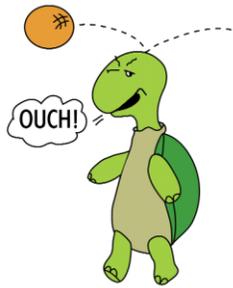
Por ejemplo, diga: “A veces deajo las llaves donde no puedo hallarlas y luego tenemos que buscarlas. Tengo un problema; ¿cuál piensas que sería una buena solución?”

Pregunte a su hijo qué solución podría usar cuando surgen problemas.

Mientras lee un cuento, haga una pausa y pida a su hijo que piense en una solución. Use títeres para discutir problemas imaginados que su hijo pudiera haber encontrado en algún momento.

Anime a su hijo a pensar en todas las soluciones diferentes que pueda. Este es un momento para hacer una lluvia de ideas con su hijo y ayudarlo a hallar soluciones. No lo critique, en cambio, pídale que piense sobre lo que pasaría. ¿Sería segura la solución? ¿Sería justa? ¿Todos la aceptarían?





Sesión 4 – Actividad 20
Habilidades de alfabetismo emocional



Ponga a prueba esta semana entre 3 y 5 ideas o estrategias de alfabetización emocional.

Ideas y estrategias	Lo que pasó luego



Sesión 4 – Actividad 21
Ideas para poner a prueba en casa
El comportamiento en casa



3ª Observación: Defina claramente el comportamiento difícil:

Comportamiento difícil	Cantidad de veces que el comportamiento ocurrió	Duración del comportamiento

¿Qué sucedió antes?

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Se le pidió u ordenó hacer algo | <input type="checkbox"/> Jugaba solo |
| <input type="checkbox"/> Se acabó una actividad o cambió a otra | <input type="checkbox"/> Se mudó de una actividad / lugar a otro |
| <input type="checkbox"/> Se le quitó un objeto | <input type="checkbox"/> Se le dijo “No”, “No hagas eso”, “Deja de hacer eso” |
| <input type="checkbox"/> Un objeto se hallaba fuera de su alcance | <input type="checkbox"/> Se prestaba atención a otras personas |
| <input type="checkbox"/> Actividad que el niño no prefería | <input type="checkbox"/> Actividad o tarea que se le hacía difícil |
| <input type="checkbox"/> El niño pidió algo | <input type="checkbox"/> Otro (especifíquelo) |

¿Qué sucedió después?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> El niño recibe atención de compañeros | <input type="checkbox"/> Se castiga o regaña al niño |
| <input type="checkbox"/> Recibe un objeto / actividad / alimento | <input type="checkbox"/> Se retira el pedido o mandato |
| <input type="checkbox"/> Se aparta al niño de la actividad / área | <input type="checkbox"/> Se demora el pedido o mandato |
| <input type="checkbox"/> Se pasa por alto al niño | <input type="checkbox"/> Se ayuda o asiste al niño |
| <input type="checkbox"/> Se pone al niño en “time-out” (descanso) | <input type="checkbox"/> Otro (especifíquelo) |

Propósito del comportamiento:

Obtener:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Actividad | <input type="checkbox"/> Atención |
| <input type="checkbox"/> Objeto | <input type="checkbox"/> Alimento |
| <input type="checkbox"/> Persona | <input type="checkbox"/> Lugar |
| <input type="checkbox"/> Ayuda | |
| <input type="checkbox"/> Otro (especifíquelo) | |

Apartarse o evitar:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Actividad | <input type="checkbox"/> Atención |
| <input type="checkbox"/> Objeto | <input type="checkbox"/> Alimento |
| <input type="checkbox"/> Persona | <input type="checkbox"/> Lugar |
| <input type="checkbox"/> Demanda / pedido | <input type="checkbox"/> Transición |
| <input type="checkbox"/> Otro (especifíquelo) | |

3ª Observación

Preguntas, preocupaciones, eventos insólitos: