

Ayudando a su hijo a desarrollar habilidades socioemocionales

Las habilidades socioemocionales ayudan a su hijo(a) a entender sus propios pensamientos y sentimientos para estar más consiente de sí mismo/a y desarrollar más empatía por otros. Estas habilidades son esenciales para hacer amigos, enfrentar retos, hacer elecciones positivas y estar bien en la escuela.

¿Qué puede hacer para ayudar al Desarrollo socioemocional de su hijo?

- **Sea un buen modelo.** Enseñe a su hijo cómo identificar sus sentimientos en usted y otros. Demuestre cómo manejar bien los sentimientos fuertes, como la decepción, la ira y la emoción y a disculparse y hacer las paces cuando no lo haga.
- **Ayude a su hijo a nombrar sus sentimientos.** Al ofrecer a su hijo palabras para describir cómo se sienten, con el tiempo, ellos podrán hablar acerca de sus sentimientos en lugar de actuar en ellos. Usted puede comenzar conversaciones al nombrar el sentimiento antes de hablar sobre el comportamiento. Parece que estás muy enojado por eso. Vamos a tomar un minuto para calmarnos. Me di cuenta que parecía que estabas triste porque no podías jugar con ellos. ¿Quieres un abrazo?
- **Apoye el Desarrollo de sus habilidades.** Los niños aprenden mejor cuando los dejan jugar, explorar y perseguir sus propios intereses. Usted puede ayudarle a desarrollar nuevas habilidades al ofrecer solo la ayuda suficiente para que su hijo pueda lograr su objetivo sin que se sientan demasiado desanimados o frustrados, pero no brinde demasiada ayuda para que no se sientan desafiados y puedan aprender. Ofrezca ideas y apoyos, pero también déjelos descubrir sus propias soluciones.
- **Juegue con ellos.** Los juegos le brindan a su hijo oportunidades para aprender y practicar las habilidades de autoconciencia y autocontrol tales como la paciencia, tomar turnos, seguir las reglas, ganar y perder, compartir, y resolver un conflicto de manera pacífica. Hasta los juegos sencillos como el “peek-a-boo” ayudan a su bebé a aprender estas habilidades.
- **Haga preguntas.** Para ayudar a desarrollar las habilidades de resolución de problemas de su hijo, pregúnteles qué es lo que necesitan o cómo resolverían un problema antes de ayudarles.
- **Lean libros juntos.** Usted puede ayudar a su hijo a practicar el poder identificar cómo se sienten otros al hacerle preguntas mientras que leen libros juntos. Señale al personaje y pregunte, ¿Cómo crees que se sienten ellos en esta imagen? ¿Por qué? Si su hijo está teniendo dificultades con sentimientos fuertes o habilidades nuevas, trate de leer libros con personajes que están en la misma situación. Usted puede usar la historia para ayudar a su hijo a aprender cómo manejar sus propios sentimientos. Wow, parece muy emocionado. ¿Qué piensas que hará él? Está nerviosa acerca de eso ¿Cuándo se siente así?





Porque los niños no vienen con instrucciones

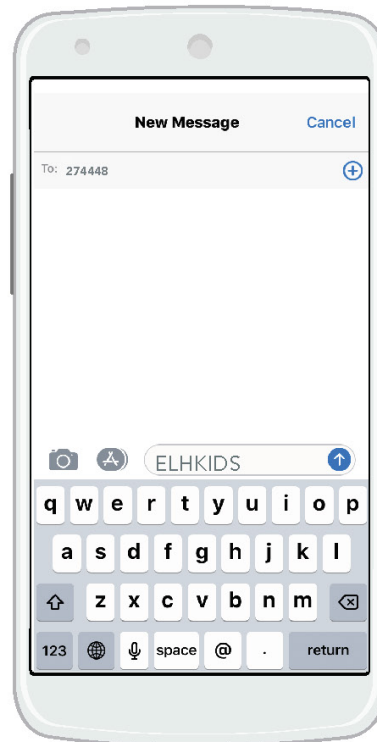
¡Inscribirse es fácil!

Textea **ELHKIDS** al **274448**, después sigue los pasos:

Recibe mensajes de texto para ayudarte en el camino como padre.

Lo cubrimos todo: berrinches, nutrición, actividades para desarrollar el cerebro, eventos locales para la familia.

Los mensajes se adaptan a la edad de tu hijo, desde el embarazo hasta los 8 años.



Lo que dicen los Padres sobre Bright by Text

“Me encanta recibir mensajes cortos y **apropiados para la edad** de mi niño que sean confiables y respaldados por **ciencia**”.

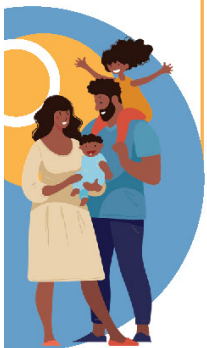
“Me encanta que estos mensajes no interrumpen mi vida y que puedo buscarlos cuando quiero y **contienen de una manera sencilla** las mejores prácticas y actividades para hacer con tu hijo”.

“Me interesa que los mensajes incluyan información local de eventos gratis para la familia o programas cerca de mí”.

“Lo que más me gusta es que **no te sientes solo** en el **vía de la paternidad**”.

Aprenda más sobre nuestro programa aquí: brightbytext.org

Bright by Text es una ONG sin fines de lucro. Nunca vendemos ni compartimos información. Aplican tarifas de mensajes y datos. Textea STOP al 274448 para parar. Textea HELP al 274448 para recibir ayuda.



Educación para la crianza de los hijos

Le ayuda a aprender acerca de las etapas del desarrollo de su hijo, construir un sentido de comunidad y recibir actividades apropiadas a su desarrollo para que usted y su hijo disfruten juntos, y más.



Programa de [LBCC Live and Learn Program](#) está ofreciendo una variedad de clases en línea y en persona. Clases para padres y sus:

- Recién nacidos hasta los niños que empiezan a gatear
- Niños que empiezan a gatear hasta los que apenas empiezan a caminar
- Niños de 1 año hasta 23 meses de edad
- Niños de 2 años de edad
- Niños de 2 años y medio hasta 5 años de edad
- Niños de preescolar, edades de 3 hasta 5 años de edad.

[Mire nuestro horario de clases](#) para más información y para registrarse.

Para más información o ayuda para registrarse por email connect@linnbenton.edu o llame a Pollywog 541-917-4884.



Clases y talleres del programa de Parenting Success Network para el invierno del 2022.

- Abriendo Puertas - 0-12 años de edad; virtuales; clase en español para los condados de Linn, Benton, and Lincoln (1/6-3/10/22). Enlace para registrarse: <https://forms.gle/Fjobw4ypmAoKX3Y87>
- Crianza amorosa: padres con hijos con necesidades especiales y desafíos de salud, (en inglés) 0-12 años de edad; la clase es en persona/híbrido en el "Family Promise" del condado de Lincoln para los condados de Linn, Benton, y Lincoln (1/8-3/26/22). Enlace para registrarse: <https://forms.gle/DeDZnyM8ZNskKKQe7>
- Apoyando las habilidades para la crianza de los hijos - 0-8 años de edad (en inglés). En persona/híbrido en el centro de lectoescritura de Seashore "Family Literacy Center" para los condados de Linn, Benton, y Lincoln (1/10-3/28/22). Enlace para registrarse: <https://forms.gle/JSVhbHAUqP2aX3hK7>
- ¡Berrinches! (en inglés) Empoderando a los niños de edad preescolar para poder manejar sus berrinches. Taller virtual para padres y proveedores al cuidado de niños de edad preescolar (2/15/22).

Para más información o ayuda para registrarse envíe un correo electrónico a Sommer al smcleish@samhealth.org o llame a Pollywog al 541-917-4884.

[Pollywog Facebook](#)

[Pollywog Website](#)

[Pollywog YouTube](#)

Pollywog Family
6500 Pacific Blvd. SW, LM-132
Albany, OR 97321

541-917-4884, pollywog@linnbenton.edu