



Desarrollo de la capacidad social y emocional



Objetivos del aprendizaje

- Resumir la relación existente entre la capacidad del bebé y del niño pequeño para regular sus estados emocionales, el desarrollo social y emocional de los niños, y su éxito posterior en la escuela.
- Describir **por qué** es importante enseñar de manera deliberada las habilidades sociales y emocionales, y **cuándo** enseñarlas.
- Identificar las estrategias sobre **cómo** enseñar las habilidades para hacer amigos, resolver problemas y controlar los impulsos y la ira.

Temario sugerido

I.	Introducción a la Sesión 5	5 minutos
II.	Repaso del modelo de la pirámide del CSEFEL	5 minutos
III.	Experimentar, expresar y regular las emociones	10 minutos
IV.	Identificar qué es importante en la Enseñanza de las habilidades sociales y emocionales	20 minutos
V.	Habilidades para la amistad	10 minutos
VI.	Promover el desarrollo de la empatía y la alfabetización emocional	10 minutos
VII.	La importancia de la resolución de problemas y del control de la ira y los impulsos	5 minutos
VIII.	Poniendo las cosas en su sitio: Desarrollo de estrategias prácticas	45 minutos
IX.	Síntesis y evaluación	10 minutos
	Tiempo total	120 minutos (2 horas)

Materiales necesarios

- Diapositivas en PowerPoint de la Sesión 5
- Guía para el presentador
- Rotafolio, un papel grande o una pizarra blanca y marcadores
- Videoclips
 - 5.1 Estrategias prácticas para enseñar habilidades sociales y emocionales
- Folletos

<ul style="list-style-type: none"> 5.1 Presentación de diapositivas en PowerPoint 5.2 El uso de libros para promover el desarrollo emocional 5.3 Caras de sentimientos 5.4 Reflexión sobre "Estrategias prácticas para enseñar habilidades sociales y emocionales" 5.5 La Técnica de la tortuga 	<ul style="list-style-type: none"> 5.6 Pasos para la resolución de problemas 5.7 Hoja de actividades: Incorporar oportunidades de amistad en las rutinas y actividades diarias 5.8 Práctica estructurada N°. 3 5.9 Ejemplos de Actividades que promueven el desarrollo de las habilidades para la amistad 5.10 Evaluación de la Sesión 5
--	---

Parte I: Introducción a la Sesión 5 (5 minutos)

1.

2.

3.

Parte II: El modelo de la pirámide del CSEFEL (5 minutos)

4.

5.

Parte I: Introducción a la Sesión 5 (5 minutos)

- A. Muestre la **Diapositiva 1**. Dé la bienvenida al grupo para trabajar en la Sesión 5 titulada, *Desarrollo de la capacidad social y emocional*.
- B. Muestre la **Diapositiva 2**. Repase el temario con los participantes.
- C. Muestre la **Diapositiva 3**. Repase los Objetivos del aprendizaje con los participantes.
- D. Dirija la atención del grupo a los materiales y folletos de la Sesión 5 que están en sus carpetas del curso.
- E. Aclare las cuestiones de logística (p. ej., descansos, servicios sanitarios, etc.).
- F. Pida a los participantes que hagan preguntas durante la sesión, o describa de qué otra manera usted manejará las preguntas (p. ej., reservarlas para momentos específicos de la presentación).
- G. Recoja la Práctica estructurada del grupo. Responda todas las preguntas que el grupo tenga sobre la tarea.

Parte II. El modelo de la pirámide del CSEFEL (5 minutos)

- A. Muestre la **Diapositiva 4**. Señale que ahora estamos en el tercer nivel de la pirámide: *Apoyos sociales y emocionales dirigidos*.
- B. Muestre la **Diapositiva 5**. En la Pirámide de enseñanza este nivel se centra en las *estrategias de enseñanza social y emocional*. Recuerde a los participantes que en las sesiones anteriores se ha hablado sobre la importancia del desarrollo de relaciones positivas y del diseño de ambientes estimulantes (con reglas, horarios y materiales) para promover el desarrollo social y emocional de los niños y prevenir conductas desafiantes. En la Sesión 5, continuaremos desarrollando estas ideas explicando el uso de estrategias, ideas y recursos eficaces para ayudar a enseñar a los niños las habilidades sociales y emocionales (habilidades para la amistad, alfabetización emocional, desarrollo de empatía, control de los impulsos y resolución de problemas).

Parte III: Experimentar, expresar y regular las emociones (10 minutos)

Estrategias para ayudar a los bebés a autorregularse

- Contener sus miembros envolviéndolos, mimándolos y poniéndolos contra el pecho para que sientan los latidos de su corazón
- Darles algo para succionar: un chupón (chupete), su propia mano, sus dedos
- Limitar la estimulación en el ambiente
- Ayudar al bebé a despertarse o a dormirse meciéndolo, mimándolo, dándole palmaditas rítmicas, o hablándole con voz suave, cantándolo o simplemente arrullándolo
- Tocarlos de manera firme pero suave

6.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 6

- C. Aliente a los participantes a que usen esta sesión para pensar en cómo podrían modificarse las estrategias de acuerdo a la edad para bebés y niños pequeños o para preescolares.
- D. Señale que esta sesión es una introducción a los materiales del CSEFEL sobre el desarrollo de la capacidad social y emocional. Condensa muchas horas de materiales de capacitación del CSEFEL en una sesión de dos horas. En el sitio web del CSEFEL se pueden encontrar otras estrategias, actividades, recursos e información sobre este tema.

Parte III: Experimentar, expresar y regular las emociones (10 minutos)

- A. Muestre la **Diapositiva 6**. Señale que los seres humanos no nacen con capacidad para regular sus emociones. Los adultos y cuidadores tienen que ayudar a los bebés a regular sus reacciones o “estados”. Durante los primeros meses, los adultos y los bebés van ajustando cada uno su reacción según la reacción del otro. Esto se llama *corregulación*. En general, a los adultos les resulta fácil consolar y ayudar a los bebés a regular sus reacciones. Señale que algunos bebés tienen más dificultad para regular sus reacciones y esto puede ser un reto para que los adultos desarrollen estrategias de *corregulación*.
- B. **Es importante recordar que la meta a corto plazo es que el bebé se sienta más cómodo y con menos estrés. La meta a largo plazo es que el bebé aprenda a “autorregularse” o que sea capaz de hacer las cosas que lo mantienen calmado.**

Los cuidadores pueden y deben usar una variedad de estrategias para ayudar a los bebés a dormirse o a calmarse. Con el tiempo, bebés y niños pequeños desarrollan la capacidad para manejar o regular sus reacciones o “estados” mediante las experiencias con sus cuidadores y gracias a su desarrollo corporal (del cerebro y del sistema nervioso central).

Pida comentarios y enfoques que hayan sido útiles para ayudar a los bebés en la experiencia de los participantes. Anote las respuestas en una hoja grande de papel.

- C. Destaque que ninguna estrategia funciona siempre, por eso tenemos que observar atentamente al bebé y, si es necesario, probar diferentes estrategias. Los bebés requieren mucha paciencia y apoyo.

Parte IV: Identificar qué es importante en la Enseñanza de las habilidades sociales y emocionales (20 minutos)

7.

Enseñanza de las habilidades sociales y emocionales

¿Por qué?
¿Cuándo?
¿Cuáles?
¿Cómo?

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 7

- D. Las relaciones cálidas y sensibles fomentan la regulación emocional. Como hemos comentado en la Sesión 2, las relaciones que los padres y los cuidadores desarrollan con los niños pequeños forman la base para cualquier otra cosa que hagan.
- E. Cuando transmitimos esta forma de pensar y este enfoque a los preescolares es importante recordar que los niños de esta edad todavía están en el proceso de aprender a regular sus emociones.

Es importante recordar que las habilidades de autorregulación siguen desarrollándose durante los años del preescolar y la escuela. Comprender qué es la autorregulación puede ayudarnos a crear ambientes apropiados para niños muy pequeños.

Tenemos que ver al niño en el ambiente donde tiene lugar su desarrollo social y emocional. Muchos niños que van al preescolar ya habrán desarrollado la capacidad para autorregular sus estados emocionales. Pero cuando estas habilidades no están bien desarrolladas debemos estar preparados para enseñarlas, independientemente de la edad del niño.

Parte IV. Identificar qué es importante en la Enseñanza de las habilidades sociales y emocionales (20 minutos)

- A. Se ha demostrado que contar con un *repertorio* o “caja de herramientas” con estrategias para fomentar el desarrollo de las habilidades sociales y emocionales promueve el desarrollo saludable de los niños y su éxito posterior en la escuela.
- B. Muestre la **Diapositiva 7**. Explique a los participantes que el enfoque del CSEFEL para enseñar habilidades sociales y emocionales puede entenderse al reflexionar sobre los siguientes puntos:

POR QUÉ es importante enseñar de manera deliberada las habilidades sociales y emocionales a los niños pequeños

CUÁNDO deberíamos enseñar de manera deliberada las habilidades sociales y emocionales

CUÁLES son las habilidades y las cualidades sociales y emocionales que buscamos promover

CÓMO enseñar las habilidades sociales y emocionales

- C. Pregunte a los participantes **POR QUÉ** creen que es tan importante para nosotros “enseñar” a los niños las



8.

habilidades sociales y emocionales. Complemente los comentarios del grupo indicando que éstas son algunas de las habilidades que sabemos que los niños necesitan para tener más éxito y prevenir conductas desafiantes, no sólo en ambientes de atención y educación temprana, sino también en los ambientes escolares futuros. Diga a los participantes que para enseñar habilidades sociales y emocionales debemos poner la misma atención e intención que cuando enseñamos a leer y escribir, a pensar y resolver, y otras habilidades necesarias para el éxito en la escuela.

Señale lo que ocurre cuando los niños no tienen un buen desarrollo de las habilidades sociales y emocionales (p. ej., un niño con conductas desafiantes específicas, desde conductas de exteriorización agresivas hasta estar silencioso y retraído). Pregunte a los participantes, “¿Cómo ayudamos a los niños a aprender estas habilidades sociales y emocionales?” Pida unas pocas respuestas breves. Luego añada, “¡Tenemos que enseñárselas!”

D. Muestre la **Diapositiva 8**. Ya hemos considerado la importancia de enseñar habilidades sociales y emocionales, y ahora vamos a hablar sobre **CUÁNDO** podría ser más efectivo enseñarlas.

1. Describa brevemente una situación típica que podría ocurrir en un aula o una guardería. Por ejemplo, Trey está construyendo un castillo en el área de bloques. Blair viene a jugar al área de bloques y decide que necesita el bloque que está justo en el centro del castillo de Trey. Blair agarra el bloque, y el castillo de Trey se derrumba. Trey golpea a Blair y le quita el bloque. Blair empieza a llorar (flecha roja).
2. Pida ideas sobre lo que los maestros o proveedores de cuidado infantil podrían decirle a Trey y Blair en este momento (p. ej., “Usa tus palabras.” “Pegar no está bien.” “Di que lo sientes.” “Si quieres algo, pídelo con buenas maneras.” “Si necesitas ayuda, busca a un adulto.” “Cálmate.”).
3. Señale que los maestros suelen tratar de enseñar nuevas habilidades sociales en momentos de crisis (flecha roja). Explique que aunque es un buen momento para enseñar, y puede ser una lección de habilidades sociales para Trey y Blair, tal vez no sea el momento más efectivo para enseñar porque:
 - El incidente ya ocurrió.
 - Los dos niños están enojados.

- Blair puede interpretar la intervención de la maestra como un refuerzo (“¡Vaya, podría hacerlo otra vez para llamar la atención de la maestra!”).

4. Hable sobre los **momentos eficaces para enseñar** (mostrando las flechas verdes de la izquierda). El punto principal aquí es que estos “momentos de crisis” ¡no sean los únicos en que “enseñamos” habilidades sociales! Las habilidades sociales se pueden enseñar en casi todas las actividades del horario, tanto en momentos intencionales y planificados como aprovechando situaciones que ocurren naturalmente durante el día.

E. Ahora que hemos discutido cuándo enseñar, volvamos a **CUÁLES** habilidades sociales y emocionales nos proponemos enseñar. Ya hemos hablado sobre el nivel más básico del desarrollo emocional, la autorregulación, pero ¿cómo podemos avanzar y respaldar la experiencia social?

Muestre la **Diapositiva 9**. Señale que los niños no pueden coordinar sus sentimientos con los de los demás si no son conscientes de los sentimientos ajenos y no les importa el efecto que tiene su comportamiento sobre los demás. Repase los puntos salientes de la diapositiva.

Señale las características de la *empatía* en la diapositiva. Pregunte a los participantes qué significa la palabra empatía para ellos. Muestre la **Diapositiva 10**. Pídale a alguien que lea la diapositiva: La empatía es identificarse con los sentimientos y la situación del otro y comprenderlos.

Señale que estas habilidades sientan la base de otras habilidades sociales y emocionales más complejas. Un poco más adelante en la sesión hablaremos de áreas más específicas del desarrollo de habilidades: habilidades para la amistad, alfabetización emocional, resolución de problemas y control de la ira y los impulsos.

F. Señale que un punto clave del enfoque del CSEFEL es **CÓMO** se enseñan las habilidades sociales mediante la comprensión de las *etapas del aprendizaje*. Muestre la **Diapositiva 11**. Al repasar la diapositiva, refiérase a las siguientes etapas:

Etapas de la enseñanza de las habilidades sociales

Etapas de la enseñanza de las habilidades sociales
Presente la nueva habilidad mediante una diversidad de métodos y herramientas.

Etapas de la enseñanza de las habilidades sociales
Etapas de la enseñanza de las habilidades sociales

Identificar los sentimientos en uno mismo y en los demás

- Aprender palabras para distinguir los sentimientos
- Educar para la empatía
- Aprender a reconocer cómo se siente el otro
 - Indicios faciales
 - Lenguaje corporal
 - Tono de voz
 - Factores de la situación
- Aprender a controlar la ira, a relajarse y a calmarse

9.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 9

Empatía

La empatía es identificarse con los sentimientos y la situación del otro y comprenderlos.

10.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 10

Etapas de la enseñanza de las habilidades sociales

- Paso 1: Demuestre con el ejemplo
- Paso 2: La práctica hace al maestro
- Paso 3: ¡Bien hecho!

11.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 11

Dé oportunidades mediante actividades, planificadas o improvisadas, para que los niños puedan dominar una nueva habilidad por medio de la práctica y los diversos niveles en que se promueve esa habilidad.

Etapa 3: ¡Bien hecho!

Elogie a los niños cuando ponen en práctica dicha habilidad por su cuenta. Asegúrese de elogiarlos cuando muestran que son capaces de usar esa habilidad en situaciones nuevas o cuando las circunstancias hacen especialmente difícil usarla.

Resuma explicando que cada etapa de aprendizaje requiere planificación de nuestra parte. Esto significa que debemos planificar *cuáles* son las nuevas habilidades que queremos enseñar y *cuándo* (durante el horario) las enseñaremos. ¡Pero no podemos detenernos en ese punto! También tenemos que seguir planificando oportunidades para que los niños practiquen sus nuevas habilidades, y alentarlos a practicarlas hasta que no necesiten nuestro apoyo. Así podrán demostrarnos que han aprendido a mantenerlas y usarlas en distintas situaciones.

Ahora usemos este enfoque para hablar sobre cómo enseñar y fomentar habilidades sociales concretas.

Parte V: Habilidades para la amistad (10 minutos)

Habilidades para la amistad




Piense en los niños que son muy apreciados y son simpáticos...

¿Qué nota usted sobre su comportamiento que hace que les resulte más fácil hacerse amigos?

12. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 12

Habilidades para la amistad



- Ofrecen sugerencias (son quienes organizan el juego)
- Comparten los juguetes y otros materiales
- Esperan su turno (reciprocidad)
- Son serviciales
- Elogian
- Entienden cómo y cuándo pedir disculpas
- Comienzan a sentir empatía

13. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 13

Parte V: Habilidades para la amistad (10 minutos)

- A. Muestre la Diapositiva 12.** Pida a los participantes que piensen en niños que tienen muchos amigos. ¿Qué han notado en estos niños que hace que les resulte más fácil hacerse amigos? Pida respuestas y anótelas en una hoja grande de papel.
- B. Muestre la Diapositiva 13.** Explique que los investigadores han comprobado que ciertas conductas de los niños pequeños cuando juegan con otros parecen relacionarse directamente con tener más amigos (Tremblay y cols., 1981). Repase los puntos salientes de la diapositiva y compárelos con la lista del grupo.

La progresión del desarrollo de las habilidades para la amistad

- Interactúa positivamente con los adultos
- Demuestra ser consciente de la presencia de otros niños:
 - Sonriendo a otros niños y haciendo gorgoritos
 - Observando a otros niños jugar
 - Acercándose a otros niños
 - Copiando lo que otros niños están haciendo
- Juega brevemente con otros niños
- Quiere lo que otros niños tienen
- Practica esperar su turno y compartir

14. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 14

Configuración del ambiente para el desarrollo de las habilidades para el juego y la amistad

- Examine el espacio físico para asegurarse de que hay suficiente espacio para que bebés y adultos participen en actividades sociales
- Evalúe el ambiente físico de los espacios para determinar si hay espacio para que dos o más niños disfruten de una actividad uno al lado del otro y que los adultos puedan estar suficientemente cerca para supervisarlos
- Compruebe si el horario da oportunidades para desarrollar las habilidades para el juego cada día
- Considere las alternativas de aparatos que promueven la interacción de dos niños
- Asegúrese de que hay suficientes materiales para que dos o más niños usen a la vez

15. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 15

Promover el desarrollo de las habilidades para la amistad



- Anime a los niños pequeños a ayudarse unos a otros y a que hagan las rutinas juntos
- Verbalice en forma positiva el juego entre los niños
- Lea libros sobre tener amigos, jugar juntos, ayudar a los demás, etc.
- Practique los turnos y compartir

16. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 16

C. Reconozca que estas habilidades se basan en un buen nivel de desarrollo emocional y social. Muestre la **Diapositiva 14**. Como se señaló cuando hablamos de la autorregulación, muchos niños avanzan en estos niveles de habilidades para la amistad durante los primeros años de vida, pero cada niño es diferente y podemos ver preescolares que todavía necesitan apoyo para dominar las habilidades que tratamos aquí.

D. Señale que para desarrollar cada una de estas habilidades, un niño puede necesitar tanto demostración como práctica. Paradójicamente, los niños que saben hacer amigos son los que tienen oportunidades para aprender y practicar muchas habilidades sociales como cooperar, compartir, esperar su turno, resolver problemas y conflictos.

Nuestra tarea es dar oportunidades para promover, alentar y practicar estas habilidades mediante actividades y rutinas cotidianas para que los niños aprendan a hacer amigos.

E. Muestre la **Diapositiva 15**. Repase los puntos salientes de la diapositiva. Estos puntos nos ayudan a pensar en cómo *preparar las condiciones* para otras estrategias de enseñanza de habilidades sociales. **[NOTA:** Si los participantes trabajan en una diversidad de ambientes y con niños de diferentes edades, pregúnteles cómo podrían considerarse estos puntos en cada ambiente (en un centro, en el hogar) y para diferentes edades]. Recuérdelos que la importancia del ambiente físico y cosas como horarios y rutinas son temas centrales de la Sesión 4.

F. Muestre la **Diapositiva 16**. Repase los puntos salientes. Pregunte al grupo en qué se diferencia el juego entre bebés o niños pequeños y el juego entre niños mayores. Explique que los niños muy pequeños participan en lo que se conoce como juego paralelo (pueden mostrar interés por el otro o relacionarse mediante el contacto visual y la verbalización pero no con la reciprocidad más compleja de los niños mayores). Alentar este interés hacia el otro y ofrecer un ambiente de participación grupal promueve las habilidades de amistad tempranamente.

Recuerde al grupo que los niños pueden necesitar apoyo para habilidades como esperar su turno y compartir, incluso durante el preescolar. Es importante responder a los niños de una manera apropiada a su nivel de desarrollo.

Estrategias para desarrollar las habilidades para la amistad

- Ejemplificar
- Ejemplificar con video
- Ejemplificar con títeres
- Preparar a los niños para las actividades de a dos o en grupo
- Sistema de a dos niños
- Aprontarse
- Ejemplos directos
- Refuerzo



17. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 17

Parte VI: Promover el desarrollo de la empatía y la alfabetización emocional (10 minutos)

Enseñar a empatizar

- Demostrar con conductas empáticas
- Actividades "igual a" y "diferente de"
- Dirigir la atención de los niños hacia cómo se sienten los demás
- Juegos de representación e inversión de papeles
- Reforzar las conductas de empatía

18. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 18

G. Muestre la **Diapositiva 17**. Repase los puntos salientes de la diapositiva. Señale que hay una variedad de opciones para dar el ejemplo. Esto refuerza la idea de que el cuidador o maestro tiene la oportunidad de enseñar y reforzar las habilidades sociales y emocionales en cada minuto del día. **En otras palabras, no sólo importa qué planificamos hacer con los niños, sino cómo nos comportamos en su presencia para transmitir un mensaje claro sobre la amistad.**

Parte VI: Promover el desarrollo de la empatía y la alfabetización emocional (10 minutos)

A. Muestre la **Diapositiva 18**. Como lo hemos comentado antes, la empatía es una habilidad emocional básica importante. Ahora vamos a hablar sobre maneras de enseñar la empatía. Repase los puntos salientes de la diapositiva, usando este material suplementario según sea necesario.

- **Dé ejemplos de empatía** a los niños. Esto nos lleva a la base del Modelo de la Pirámide: las relaciones. Experimentar la empatía mediante la relación con el cuidador es una de las maneras más eficaces de promover la comprensión.
- **Proponga actividades “igual a” y “diferente de”** para mostrar cómo todos somos parecidos y diferentes de distintas maneras, y que eso es lo que nos hace especiales. De esta forma, ayudamos a que los niños lleguen a comprender que cada persona tiene sus propios sentimientos y reacciones.
- **Dirija la atención de los niños a lo que siente el otro:**
 - *En situaciones reales de juego.* (“Mira la cara de Anna. ¿Te parece que está contenta de que le hayas quitado el bloque de la mano?”)
 - *En los libros infantiles.* (“En esta figura se ve que el hermano del niño le rompió su juguete. ¿Cómo se siente ahora el niño?”)
 - *En “relatos sociales” creados por el maestro para ilustrar una regla o situación del aula.* (“Cuando Blair le pidió a Trey que jugara con

ella en el área de bloques, ¿cómo se sintió Trey?”)

- Las situaciones de **juegos de representación e inversión de papeles** permiten que los niños usen su imaginación para pensar en cómo podrían responder a los sentimientos de otra persona. Por ejemplo, pregunte a los niños cómo se sentirían si estuvieran llorando y otro niño tratara de ayudarlos a sentirse mejor. ¿Cómo se sentirían si nadie les prestara atención cuando están llorando? Nuestra tarea es reforzar la conducta empática de los niños (“Joni se sintió mejor cuando Lilly le dio un tierno abrazo”).

Recuerde a los participantes que la capacidad de los niños para empatizar, o ponerse en el lugar del otro, empieza desde que aprenden a caminar. La investigación ha demostrado que los niños pequeños no son los seres egocéntricos que a muchos de nosotros nos enseñaron o que suponíamos. En cambio, la mayoría de los niños pequeños y muchos preescolares no tienen las habilidades del lenguaje necesarias para decirnos esto con palabras. Nuevamente, tenemos que ser observadores atentos y ofrecer a los niños pequeños diferentes maneras de decirnos lo que saben.

B. Muestre la **Diapositiva 19**. Hable sobre la definición de *alfabetización emocional*. Indique que algunos elementos de la empatía son parte de la alfabetización emocional.

C. Muestre la **Diapositiva 20**. Repase los puntos salientes que explican **por qué** el desarrollo de la alfabetización emocional es decisivo para el desarrollo infantil.

Señale que a los niños que no aprenden a usar el lenguaje emocional les cuesta nombrar y entender sus propios sentimientos e identificar con precisión los sentimientos de los demás.

Pida al grupo ejemplos de palabras que describen sentimientos y que nos gustaría que los niños sepan (p. ej., alegre, enojado, asustado).

D. Muestre la **Diapositiva 21**. Repase los puntos salientes que enumeran diferentes maneras en que los adultos pueden aumentar la alfabetización emocional de los niños, usando este material suplementario según sea necesario.

- La **enseñanza directa** consiste en planificar actividades y oportunidades específicas para que los niños aumenten su vocabulario emocional y empiecen a discriminar las expresiones faciales de

La alfabetización emocional

La alfabetización emocional es la capacidad de identificar, comprender y expresar las emociones de una manera saludable.

19. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 19

Los niños con una base sólida de alfabetización emocional



- Toleran mejor la frustración
- Participan en menos peleas
- Su comportamiento es menos destructivo
- Son más saludables
- Están menos solos
- Son menos impulsivos
- Se concentran más
- Tienen un mayor rendimiento académico

20. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 20

Formas de mejorar la alfabetización emocional

- Enseñanza directa
- Enseñanza indirecta
- Usar canciones y juegos
- ¿Te gustaría si...
- Hacer comprobaciones
- Usar literatura infantil y juvenil

21. Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 21

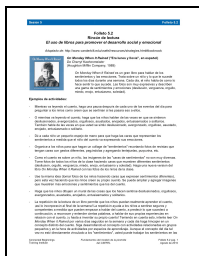
distintas emociones.

- La **enseñanza indirecta** es cuando un maestro brinda apoyo, orientación o “preparación” durante las interacciones espontáneas de los niños. Por ejemplo, mientras interactúa con un niño u observa una interacción entre niños, un maestro puede nombrar el sentimiento que observa (p. ej., “Cuando pones esa cara, pienso que te sientes frustrado”).
- El **uso de canciones y juegos** sería, por ejemplo, jugar al *Bingo de los sentimientos*, cantar la canción *Si estás feliz y lo sabes*, etc.
- **Registros:** los niños pueden “registrar” sus emociones cada mañana poniendo su nombre junto a la cara de sentimientos que mejor ilustre su estado emocional (afectivo).
- Se puede animar a los niños a que cambien las caras de sentimientos a lo largo del día cuando sus sentimientos cambian.

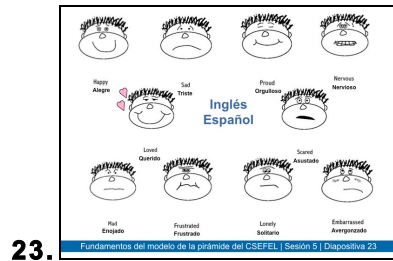
E. Muestre la **Diapositiva 22. Usar literatura infantil:** explique que la literatura es una manera estupenda e interesante de enseñar las emociones. El sitio web del CSEFEL tiene listas de libros y actividades para el *Rincón de lectura*. Dirija la atención del grupo al **Folleto 5.2: El uso de libros para promover el desarrollo social y emocional**. Explique que los *Rincones de lectura* dan ejemplos de actividades para desarrollar los conceptos sociales y emocionales, mientras se lee el libro durante la hora de contar cuentos. Cada día de la semana se centra en un concepto específico del libro, con actividades relacionadas en el espacio de aprendizaje. Señale que leer el mismo libro durante varios días es una buena manera de promover el desarrollo social y emocional de los niños. Los niños aprenden el cuento, pueden contarlo y se convierte en su cuento; así se sienten exitosos, seguros y competentes. Dé unos minutos a los participantes para que examinen el Folleto del *Rincón de lectura*.



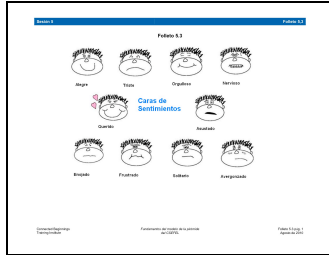
22.



(Folleto 5.2)



23.



(Folleto 5.3)

Parte VII: La importancia de la resolución de problemas y del control de la ira y los impulsos (5 minutos)

La agresión y el bajo control de los impulsos

- La agresión y el bajo control de los impulsos son quizás los obstáculos más grandes para la resolución eficaz de problemas y para relacionarse con éxito en la infancia.
- Los niños agresivos son los más propensos a experimentar el rechazo de sus pares y a tener continuos problemas sociales en los años venideros.
- La experiencia también muestra que los niños agresivos son más propensos a malinterpretar las intenciones de otras personas como hostiles o amenazantes, incluyendo a las intenciones de sus compañeros.

24.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 24.

F. Muestre la **Diapositiva 23** como ejemplo de una herramienta de enseñanza directa. Dirija la atención del grupo al **Folleto 5.3: Caras de sentimientos**. Cuelgue un espejo junto a un cartel con sentimientos que queden al alcance de los niños. Puede alentar a los niños a que hagan las diferentes “caras de sentimientos” del cartel y comprueben cómo se ven en el espejo cuando hacen esa cara. Pida ideas al grupo sobre cómo usar este recurso.

Parte VII: La importancia de la resolución de problemas y del control de la ira y los impulsos (5 minutos)

A. Muestre la **Diapositiva 24**. Acabamos de hablar sobre diferentes maneras de enseñar a los niños a reconocer sentimientos, como la ira. Señale que la ira puede interferir con el pensamiento.

Es importante enseñar a los niños pequeños maneras eficaces de controlar la ira y los impulsos en situaciones de conflicto porque:

- La agresión y el bajo control de los impulsos son quizás los obstáculos más grandes para la resolución eficaz de problemas y para relacionarse con éxito en la niñez.
- Los niños agresivos son más propensos a experimentar el rechazo de sus pares y a tener continuos problemas sociales en los años venideros.
- Las pruebas disponibles también indican que los niños agresivos son más propensos a malinterpretar las intenciones de otras personas, y las de sus compañeros, como hostiles o amenazantes.

B. Muestre la **Diapositiva 25**. Los niños tienen que aprender a reconocer la ira en ellos mismos y en los demás y a entender maneras apropiadas de expresarla. Ahora vamos a hablar sobre algunas maneras de

El control de la ira y de los impulsos

- Reconocer que la ira puede interferir con la solución de los problemas
- Aprender a reconocer la ira en uno mismo y en los demás
- Aprender a calmarse
- Entender las formas adecuadas de expresar la ira



Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 25

25.

enseñar a los niños a manejar la ira.

Señale a los participantes que a los niños pequeños se les suele decir que se “calmen”, pero ellos no saben qué significa esto. En primer lugar, se les debe enseñar a diferenciar entre estar *tensos o estresados* (apretado, como un hombre de hojalata) y *calmados o relajados* (flojo, como una muñeca de trapo) (Webster-Stratton, 1990). Explique cómo se puede ayudar a los niños a relajarse si están tensos. Una manera es respirar hondo tres veces. Destaque que las respiraciones tienen que ser abdominales y muy profundas (como si estuvieran soplando las velas de un pastel de cumpleaños).

- C.** Señale el primer punto saliente de la **Diapositiva 25**. Pregunte a los integrantes del grupo si pueden pensar en un momento en que la ira (u otra emoción intensa) interfirió con su capacidad para resolver problemas. Señale que en algunas situaciones a la mayoría de los niños pequeños les resulta difícil pensar en respuestas alternativas a los problemas interpersonales. Como ocurre con las habilidades para la amistad y con el control de la ira y los impulsos, las habilidades para resolver problemas se pueden enseñar a los niños paso a paso... ¡pero es importante que no haya demasiados pasos!

Parte VIII: Poniendo las cosas en su sitio: Desarrollo de estrategias prácticas (45 minutos)

Parte VIII: Poniendo las cosas en su sitio: Desarrollo de estrategias prácticas (45 minutos)

Vídeo:
Estrategias prácticas para enseñar habilidades sociales y emocionales

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 26

26.



(Vídeo: Estrategias prácticas)

- A. Actividad: Reflexionar sobre estrategias prácticas** Muestre la **Diapositiva 26**. Explique al grupo que ahora se proyectará un vídeo que ilustra muchas de las estrategias que hemos tratado en la Sesión 5. Dirija la atención del grupo al **Folleto 5.4: Reflexión sobre "Estrategias prácticas para enseñar habilidades sociales y emocionales"**. Pida a los participantes que lo usen como guía para reflexionar sobre las aulas que van a ver en el vídeo.

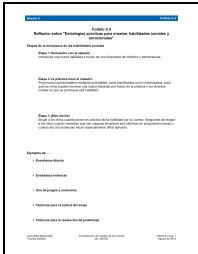
- B. Indique al grupo** que esté atento a todas las partes que se han discutido hasta ahora:

- Las etapas de la enseñanza de las habilidades sociales

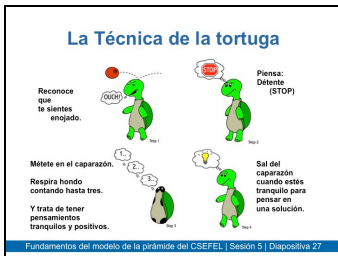
Ejemplos de

- Enseñanza directa
- Enseñanza indirecta
- Uso de juegos y canciones
- Manejo de la ira
- Resolución de problemas

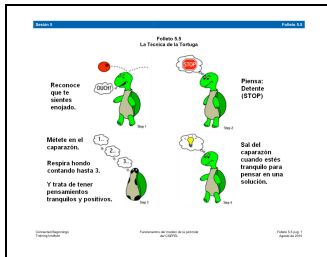
Invítelos a escribir notas en el folleto mientras miran el



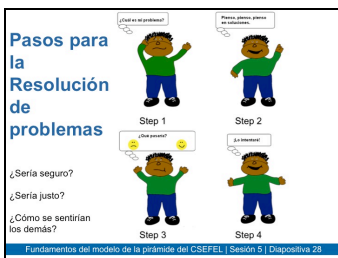
(Folleto 5.4)



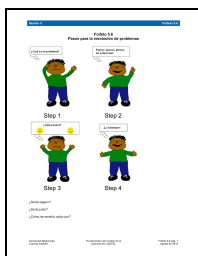
27.



(Folleto 5.5)



28.



(Folleto 5.6)

vídeo.

- C. Pregúnteles por sus reacciones al vídeo. Luego dé más detalles sobre las técnicas presentadas en el vídeo.

Muestre la **Diapositiva 27. La “Técnica de la tortuga”**. Dirija la atención de los participantes al **Folleto 5.5: La Técnica de la tortuga**.

Describe los pasos básicos de la Técnica de la tortuga:

- Reconoce que estás enojado.
- Piensa: “detente”.
- Métete en tu “caparazón”. Respira hondo contando hasta tres. Y trata de tener ideas tranquilizadoras y relajantes: “Fue un accidente. Puedo calmarme y pensar en buenas soluciones. Sé resolver problemas.”
- Sal del caparazón cuando estés tranquilo para pensar en soluciones al problema.

- D. Muestre la **Diapositiva 28**. Dirija la atención de los participantes al **Folleto 5.6: Pasos para la resolución de problemas**. Repase los pasos.

1. ¿Cuál es mi problema? Ejemplo: Sean y Marisa no quieren jugar conmigo.
2. Describo mi problema. Ejemplo: Quiero jugar con Sean y Marisa.
3. ¿Hay alguna otra solución?
4. Evalúo las consecuencias. Ejemplos: ¿Es segura la solución? ¿Es justa la solución? ¿Cómo se sentirían los demás si elegimos mi solución al problema?

Señale que este proceso puede ayudar incluso a los niños muy pequeños. Por ejemplo, los cuidadores y maestros pueden usar estos pasos como una manera de narrar a bebés y niños pequeños por qué ocurren las cosas. Por ejemplo: “Estás llorando. ¿Te sientes frustrado? Creo que quieres un turno con ese juguete



Actividad:
Incorporar oportunidades para la amistad en las rutinas y actividades diarias

Actividad	Oportunidad
Hora de grupos y hora de "Cuentos de la noche"	
Hora de cuentos y hora de "Cuentos de la noche"	
Al aire libre	
Comida y actividades de socialización	
Trabajo	
Despedida	

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 29

29.

Folleto 5.7
Incorporar oportunidades para la amistad en las rutinas y actividades diarias

Actividad	Oportunidad
Hora de grupos y hora de "Cuentos de la noche"	
Hora de cuentos y hora de "Cuentos de la noche"	
Al aire libre	
Comida y actividades de socialización	
Trabajo	
Despedida	

(Folleto 5.7)

ahora mismo. ¿Qué podemos hacer mientras esperamos? ¿Podemos cantar una canción hasta que sea nuestro turno para usar el juguete?"

E. Actividad: Incorporar oportunidades de amistad en las rutinas y actividades diarias. Muestre la

Diapositiva 29. Divida a los participantes en grupos pequeños de modo que trabajen sobre cada parte del horario. Indique a los participantes que usen el **Folleto 5.7: Incorporar oportunidades en las rutinas y actividades diarias** para anotar las maneras que ellos identifican para incorporar la enseñanza de habilidades sociales y emocionales a lo largo del día (en otras palabras: cómo hacer que sus esfuerzos sean más "intencionales" durante el día). Después de 10 minutos, pida a los participantes que compartan algunas de sus ideas. Asegúrese de obtener ideas de las diferentes partes del horario. Aquí hay algunos ejemplos de respuestas posibles para cada área:

- Entrada: designe a un niño para que "reciba" a los niños saludándolos por su nombre a medida que llegan; designe un "compañero" para que acompañe a los niños desde el autobús.
- Tiempo de reunión: designe a un niño que reparta los materiales del tiempo de reunión a cada compañero, a medida que pasa por el círculo el niño nombra a cada compañero y dice "elige un ____." Cada niño responde diciendo, "Gracias (nombre del niño)"; los niños eligen a un amigo con quien jugar en la hora de actividades y luego deciden juntos dónde jugarán primero.
- Hora de actividades (por espacios de aprendizaje): observe las conductas amistosas, coméntelas y aliéntelas.
- Hora de grupos pequeños: planee proyectos de arte para hacer entre todos; enseñe a los niños a jugar con juegos de mesa (p. ej., el *Juego de la oca*, *Tierra de caramelos*, *No desparrames los frijoles*).
- Al aire libre: seleccione juguetes para usar de manera cooperativa para juegos al aire libre (carretillas, triciclos, pelotas, etc.); los adultos organizan el juego en parejas (*Pato, Pato, Ganso*; *Corre que te pillo*).
- Hora del bocadillo: haga que cada niño se encargue de diferentes artículos para la hora del bocadillo, de modo que cada uno tenga que pedirle algo a otro.
- Hora de los cuentos: lea libros sobre amigos; comente las habilidades para la amistad que usan los personajes del libro, haga un libro de amigos de este salón de clase.
- Hora de despedida: forme un círculo de elogios (los niños tienen una oportunidad para decirle

Parte IX: Síntesis y evaluación (10 minutos)

Mensajes principales de la Sesión 5

- La regulación emocional es el elemento clave en el desarrollo de la competencia social y emocional
- La regulación emocional se ve favorecida por las relaciones cálidas y sensibles
- Es importante entender por qué, cuáles, cuándo y cómo se enseñan las habilidades sociales y emocionales.
- Las etapas en la enseñanza de las habilidades sociales son
 - Paso 1: Demuestre con el ejemplo (Introducción)
 - Paso 2: La práctica hace al maestro (Incluya oportunidades para practicar las habilidades a lo largo del día)
 - Paso 3: ¡Bien hecho! (Reforzar el uso de las habilidades sociales y emocionales sin el apoyo de los adultos)

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 30

30.

Práctica estructurada N°. 3

- Elija una actividad práctica de la Sesión 5: Estrategias de enseñanza social y emocional
- Trabaje con un niño o un grupo de niños. La actividad debe durar al menos 30 minutos.
- Usted puede completar esta tarea en forma individual, con un compañero/colega, o como integrante de un equipo.
- Todos los participantes DEBEN entregar su hoja de trabajo completada. Si hace la tarea solo: responda los puntos A y C. Si la hacen de a dos o en equipo: respondan los puntos A, B y C.

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 31

31.

un elogio a otro mientras pasan alrededor del oso de los elogios); un niño puede repartir las mochilas; otro puede decir adiós a cada niño que sale.

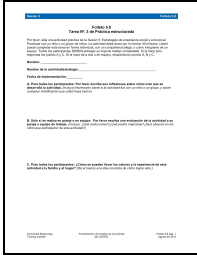
- i. Transiciones: durante la hora de actividades por espacios en lugar de cambiar a un nuevo espacio haga que los niños cambien de amigo (puede usar un horario con fotografías de amigos); los niños pueden tomarse de la mano al pasar de una actividad a otra.

Parte IX: Síntesis y evaluación (10 minutos)

A. Muestre la Diapositiva 30. Señale los puntos salientes que hemos tratado hoy:


- La regulación emocional es el elemento clave en el desarrollo de la capacidad social y emocional.
- La regulación emocional se promueve mediante las relaciones cálidas y sensibles y la enseñanza directa e indirecta.
- Es importante entender Por qué, Cuáles, Cuándo y Cómo se enseñan las habilidades sociales y emocionales.
- La enseñanza de las habilidades sociales tiene tres pasos o etapas.
 - Paso 1: Demuestre con el ejemplo (Introducción)
 - Paso 2: La práctica hace al maestro (Incluya oportunidades para practicar las habilidades a lo largo del día)
 - Paso 3: ¡Bien hecho! (Reforzar el uso de las habilidades sociales y emocionales sin apoyo de los adultos)

B. Muestre la Diapositiva 31. Repase la Tarea de práctica estructurada. Dirija la atención del grupo al **Folleto 5.8: Tarea de práctica estructurada.**



(Folleto 5.8)

Actividades que promueven el desarrollo de las habilidades para la amistad



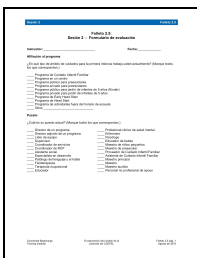
- La amistad todo lo puede
- Plantar las Semillas de la amistad
- El Árbol de la amistad y el Árbol de los elogios
- Libros sobre la amistad
- La Colcha de la amistad
- El Diario de la amistad
- Música y canciones

Fundamentos del modelo de la pirámide del CSEFEL | Sesión 5 | Diapositiva 32

32.



(Folleto 5.9)



(Folleto 5.10)

C. Muestre la **Diapositiva 32**. Dirija la atención del grupo al **Folleto 5.9: Ejemplos de actividades que promueven el desarrollo de las habilidades para la amistad**. Aliente al grupo a que también use este recurso para elegir la actividad que harán para la tarea de práctica estructurada.

Responda todas las preguntas del grupo.

D. Pida a todos los participantes que completen el **Folleto 5.10: Formulario de evaluación de la Sesión 5**.