



<https://wordpress.lehigh.edu/cprp/>

Pequeñas Conversaciones y Desarrollo Social/Emocional

Para los niños jóvenes, una parte importante de aprender a comprender, expresar, y controlar sus emociones es el aprendizaje de las palabras que se usan para etiquetar diferentes sentimientos.



Los niños pequeños solo entienden "enojado", "triste", y a veces "feliz".

Cuando los niños no pueden usar palabras para decir cómo se sienten, ellos usan sus acciones.



Los niños sonríen y ríen para decirle están felices.

Los niños lloran, gritan, y hacen una rabieta para decirle que están enojados o tristes.



Puede ayudar a su hijo a aprender a usar palabras para decirle cómo se siente conectando las palabras con los sentimientos.



<https://wordpress.lehigh.edu/cprp/>

Etiquetar los sentimientos de su hijo.

Trate de hablar de sentimientos positivos más que sentimientos negativos. *(Por ejemplo, "Veo que estás emocionado ahora, porque es hora de la merienda.")*

Hable de las pistas que usó para adivinar los sentimientos de su hijo.

(Por ejemplo, "¡Sonríes y ríes cuando bailas! Te debes sentir feliz.")

Conectar las palabras a los sentimientos

Darle a su hijo maneras de mantener la calma y usar sus palabras cuando están enojados o tristes. *(Por ejemplo, "Conozco estás enojado que nos fuimos del parque. Tal vez abrazar tu osito de peluche favorito te hará sentir mejor.")*

Ayude su hijo etiquetar los sentimientos de otros, como miembros de la familia o los personajes en los libros. *(Por ejemplo, "El perro parece triste porque no puede encontrar su hueso.")*