



# Desarrollo Socioemocional



## ¿Qué es el Desarrollo Socioemocional?

El desarrollo socioemocional es el proceso a través del cual los niños y adultos adquieren y aplican eficazmente los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar las emociones. También para establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas, y tomar decisiones responsables.

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=ikehX9o1JbI>

Artículo: [https://pathways.org/topics-of-development/social-emotional/?gclid=EAIaIQobChMIrLHFz-yJ6wIVxRx9Ch1DrwyNEAAYASAAEgIiDvD\\_BwE](https://pathways.org/topics-of-development/social-emotional/?gclid=EAIaIQobChMIrLHFz-yJ6wIVxRx9Ch1DrwyNEAAYASAAEgIiDvD_BwE)



## ¿Por qué es importante el desarrollo socioemocional?

Las características centrales del desarrollo socioemocional incluyen la capacidad de identificar y entender los propios sentimientos, leer y comprender con precisión los estados emocionales en los demás, manejar las emociones fuertes y su expresión de una manera constructiva. Así como, regular el propio comportamiento, desarrollar empatía por los demás y establecer y mantener relaciones.

A menudo se enseña en el aula el aprendizaje socioemocional porque da a los niños las herramientas para el éxito académico mientras que los educadores promueven a la vez un clima escolar positivo. Más allá de los resultados inmediatos en el salón de clases, el desarrollo socioemocional prepara tanto a niños como a adultos para resolver problemas, manejar las emociones y comunicarse.

Artículo: <https://www.accreditedschoolsonline.org/resources/social-emotional-learning/>



## Estrategias para promover el desarrollo Socioemocional

Ayude a los niños a entender sus emociones dando nombres a los sentimientos y luego animándolos a hablar sobre ellos cómo se sienten.

Ayude a los niños a pensar de maneras en que puedan manejar sus emociones en situaciones en las que podrían sentirse fuera de control.

Practique habilidades de regulación con niños.

Fomente salidas saludables para obtener energía física y emocional, como ejercicio, actividades creativas o pasatiempos.

Trate de mantener la calma, enseñe a los niños a autocontrol manteniendo la calma.

Cree un lugar acogedor en su salón de clases para que un niño use este lugar cuando se sienta abrumado o simplemente quiera un tiempo tranquilo.



## Actividades para promover el desarrollo socioemocional

Lea una historia sobre un personaje que experimenta una variedad de emociones y hable sobre ellas con el niño.

¡Fomente la resolución de problemas! Una manera de hacer es pidiendo a un niño que construya una torre del reloj lo más alto posible, si la torre se cae pregunte: "¿Por qué se cayó la torre?" "Si lo construimos de nuevo; ¿Qué podemos cambiar para evitar que la torre vuelva a caer?"

Cuénteles a los niños acerca de una situación que le hace sentir una emoción particular (feliz, triste, frustrado, enojado, celoso, etc.). Luego pida a los niños que compartan las cosas que los hacen sentir de esa misma manera.





# Desarrollo Socioemocional

## Recursos adicionales:

- **Kit de herramientas de Trauma Informado:** <https://srhd.org/1-2-3-care-toolkit>
- **Plaza Sésamo ofrece confort:** <https://sesamestreetincommunities.org/topics/comfort/>
- **Estrés de niños pequeños:** <https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/fear/is-your-toddler-stressed/>
- **Apoyar el crecimiento socioemocional de los niños Infantes-3:** <https://www.zerotothree.org/resources/series/developing-social-emotional-skills>
- **5 maneras de apoyar el desarrollo social-emocional en la primera infancia:** <https://teachingstrategies.com/blog/5-ways-support-social-emotional-development-early-childhood/>
- **100 herramientas y estrategias de calma que puede utilizar hoy en día:** <https://lemonlimeadventures.com/100-calm-tools-strategies-can-use-today/>
- **12 maneras fáciles de ayudar a quemar energía y calmar a los niños de todas las habilidades:** <https://www.fraser.org/resources/blog/12-easy-ways-to-help-burn-energy-and-calm-children-of-all-abilities>
- **21 formas sencillas de integrar el aprendizaje emocional social a lo largo del día:** <https://www.weareteachers.com/21-simple-ways-to-integrate-social-emotional-learning-throughout-the-day/>
- **5 Juegos de aprendizaje socioemocional:** <https://www.understood.org/en/school-learning/learning-at-home/games-skillbuilders/social-emotional-activities-for-children>
- **Actividades de gestión del estrés:** <http://kidsrelaxation.com/?cat=29>
- **Recursos emocionales sociales para su uso con niños (carteles, libros y más:** <http://csefel.vanderbilt.edu/resources/strategies.html>
- **Lista de libros de habilidades emocionales y sociales:** <https://www.weareteachers.com/15-must-have-picture-books-for-teaching-social-emotional-skills/>
- **Vídeo de la atención plena:** <https://www.youtube.com/watch?v=vzKryaN44ss>
- **El desarrollo emocional de los niños está integrado en la arquitectura de sus cerebros:** <https://developingchild.harvard.edu/wp-content/uploads/2004/04/Childrens-Emotional-Development-Is-Built-into-the-Architecture-of-Their-Brains.pdf>
- **Recursos Emocionales Sociales para trabajar con las familias:** <https://challengingbehavior.cbcs.usf.edu/Implementation/family.html#collapse2>
- **Biblioteca de recursos del Centro para el Cuidado Infantil Inclusivo (se puede seleccionar el idioma):** <https://www.inclusivechildcare.org/resource-library?&>

