

ADMINISTRACIÓN PARA EL CUIDADO Y DESARROLLO INTEGRAL DE LA NIÑEZ

Ave. de la Constitución, Parada 2
PO Box 15091, San Juan, PR 00902-5091
Teléfono: (787) 294-4900 • www.acuden.pr.gov

OFICINAS REGIONALES

AGUADILLA
(787) 891-5570

ARECIBO
(787) 878-1032

BAYAMÓN
(787) 269-2222

CAGUAS
(787) 743-4068

CAROLINA
(787) 762-3070

GUAYAMA
(787) 864-4373

HUMACAO
(787) 852-6464

MAYAGÜEZ
(787) 833-6092

PONCE
(787) 848-4520

SAN JUAN
(787) 724-8585

MIS EMOCIONES ¡CONÓCELAS!



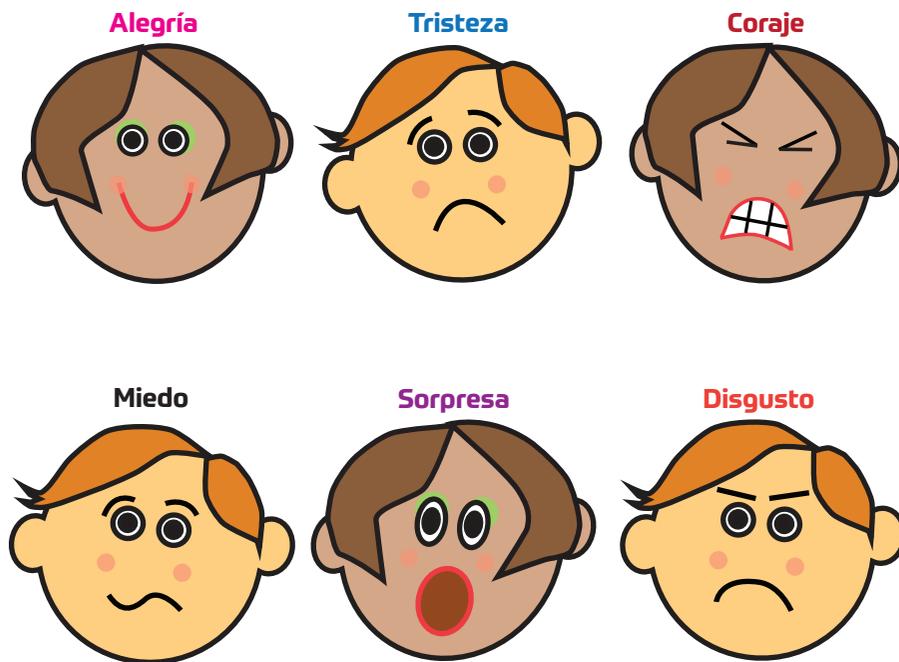
Este programa garantiza igualdad de oportunidades.
AUTORIZADO POR LA COMISIÓN ESTATAL DE ELECCIONES: CEE-SA-16-5549

¿QUÉ ES DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL?

Es la capacidad que un niño(a) posee para desarrollar y formar relaciones estrechas con adultos y otros niños(as), así como experimentar, manejar y expresar los sentimientos de manera social y culturalmente adecuada. El desarrollo socioemocional es algo positivo, crea la base para el aprendizaje durante toda la vida. Cuando apoyamos el desarrollo socioemocional en niños y niñas pequeños(as), prevenimos el comportamiento de difícil manejo.

MANEJO SALUDABLE DE LAS EMOCIONES

Es importante conocer que hay distintos tipos de emociones. Las emociones básicas son:



Las emociones son diferentes en cada persona y cambian, no son fijas o estáticas. Durante el día podemos sentir diferentes emociones. Todas las emociones son válidas.

ES RECOMENDABLE:

- Tener conocimiento de las emociones.
- Reconocer nuestras propias emociones.
- Ser modelo a seguir, como nos comportemos ellos se comportarán.
- Saber clasificar las emociones y conocer sus nombres.
- Hacer que nuestros niños(as) se sientan amados y especiales.
- Identificar los obstáculos que impiden apoyar el desarrollo socioemocional de nuestros niños(as).
- Enseñarle lo que deben de hacer, en lugar de lo que no deben hacer.

CON EL MANEJO DE EMOCIONES LOS NIÑOS(AS) PODRÁN:

- Tener más confianza en sí mismos y buena autoestima.
- Concentrarse, aprender y tener éxito en su entorno actual, tanto en la escuela como en la vida diaria y estar preparados para la vida.
- Relacionarse con sus amigos(as) y con los demás.
- Solucionar los conflictos entre sus pares.
- Expresar sus emociones efectivamente.

¿QUÉ PODEMOS HACER PARA AYUDAR A NUESTROS NIÑOS(AS) A MANEJAR SUS EMOCIONES?

- Establecer una relación positiva y amorosa con su niño(a).
- Dedicarle tiempo de calidad.
- Jugar con su niño(a).
- Establecer una rutina.
- Ser consistente.
- Enseñarle los nombres de las emociones.
- Establecer reglas y consecuencias.

¡Fortalecer el desarrollo socioemocional de los niños(as) los ayuda a ser exitosos en el mañana!