

# Competencia Social y Emocional de los Niños

## El valor de la competencia social y emocional de los niños

Interacciones entre la familia y el niño que ayudan a los niños a desarrollar la capacidad de comunicarse con claridad, reconocer y regular sus emociones y establecer y mantener relaciones.

Los niños que tienen estas habilidades probablemente crecerán para tener comportamientos más saludables, mejores relaciones con los compañeros y una mayor capacidad para responder al estrés. Ayudar a los niños a desarrollar estas habilidades también puede mejorar las relaciones familiares y prevenir el abuso y la negligencia. Cuando las relaciones entre padres e hijos son mutuamente gratificantes, existe un mayor gozo, una mayor capacidad de respuesta y una menor probabilidad de maltrato.

## Acciones cotidianas que ayudan a desarrollar la Competencia Social y Emocional de los Niños

### Ejemplos Concretos de Acciones Diarias

**1** ¿Puede compartir alguna herramienta o actividad específica que utilice cuando habla con sus hijos sobre sus emociones?

- Una tabla de sentimientos de emoji
- Pregúnteles cómo se sienten y escuche.
- Asegúreles que son amados
- Dibujar y hacer máscaras de "sentimientos"
- Use prácticas de atención plena / yoga juntos
- Usamos espejos para reconocer emociones

**2** ¿Cuáles son algunas de las formas en que modela la crianza y el apoyo a sus hijos?

- Acurrucarse
- Escucha activamente
- Deja espacio para las reafirme estas emociones
- Comprometiéndose en sus intereses
- Para familias con varios niños: tiempo de relajación individual en la naturaleza
- Los abrazos siempre son importantes

**3** ¿Cuáles son algunas de las actividades que ha realizado con su niño o niña en su comunidad (quizás patrocinadas por su escuela, lugar de culto u otra organización) que cree que pueden estar contribuyendo al desarrollo socioemocional de su niño o niña?

- Clases comunitarias (físicas, mentales, emocionales, espirituales)
- Gran aire libre / naturaleza
- Trabajar como voluntario
- Paseos: museos, centros de ciencias, bibliotecas y zoológico
- Playdates
- Oportunidades de expresión creativa (arte, música, etc.)

**4** ¿Cómo ayuda a su niño o niña a celebrar quiénes son como persona? ¿Cómo les ayuda a celebrar y respetar la singularidad de otras personas que pueden parecer diferentes o desconocidas?

- Alabar verbalmente
- Reconocer sus intereses
- Reconocer que los hace especiales (talentos, habilidades, atributos, etc.)
- Celebrar la singularidad de su identidad

- 1 Ayudar a padres de familia a fortalecer el desarrollo social y emocional de su niño
- 2 Modelar apoyo propicio a niños
- 3 Incluir actividades programadas de desarrollo social y emocional de los niños
- 4 Ayudar a los niños a desarrollar una identidad cultural positiva e interactuar en una sociedad diversa
- 5 Responder proactivamente cuando el desarrollo social o emocional parezca necesitar apoyo

CENTER FOR THE STUDY OF SOCIAL POLICY'S

strengthening families<sup>™</sup>  
A PROTECTIVE FACTORS FRAMEWORK

**5** ¿Qué hace para ayudar a su niño o niña a manejar sus emociones, trabajando con ellos para que puedan dar el siguiente paso?

- Hacer una pausa para prestarles atención directa
- Crear un espacio seguro para expresarse y hablar
- Dárles algo de tiempo para reflexionar
- Practicar y modelar estrategias de afrontamiento o hace ejercicios de respiración
- Buscar ayuda externa si es necesario
- Compartir sus experiencias
- Etiquetar las emociones expresadas y hablan juntos sobre ellas



Competencia Social y Emocional de los Niños

need2know

Recurso de ANPPC

CHILDREN'S TRUST FUND  
Alliance<sup>™</sup>

National Parent Partnership Council (ANPPC)

Para obtener más herramientas de padres a padres, visite  
[ctfalliance.org/partnering-with-parents/anppc/#resources](http://ctfalliance.org/partnering-with-parents/anppc/#resources)

# Competencia Social y Emocional de los Niños en el Marco

La **Competencia Social y Emocional de los Niños** es uno de los cinco Factores de Protección. Cada uno de los factores de protección es esencial, pero lo más importante es lo que hacen juntos para desarrollar la fuerza y la estabilidad de las familias.

La Competencia Social y Emocional podrían venir en forma de una conexión positiva entre pares (Conexiones sociales). Se podría aparecer cuando los padres de familia ayudan a los niños a nombrar y reclamar sus emociones en todas las etapas del desarrollo (Conocimiento de Crianza y Desarrollo del Niño). Un padre de familia resiliente puede utilizar momentos de cada día para sentarse, escuchar y procesar las cosas con sus niños cuando están teniendo un momento difícil (Resiliencia de los Padres de Familia).

¡Los factores de protección trabajan juntos para ayudar a fortalecer a su familia!

## Los padres de familia ayudan a definir la Competencia Social y Emocional de los Niños

Muchos grupos de padres de familia han definido los factores de protección de manera que se puedan relacionar con su comunidad y sus vidas. Estas ideas nos ayudan a apreciar y honrar las fortalezas de la familia en diversos entornos geográficos y culturales de todo el país. A continuación, se muestran algunas formas en las que los padres de familia han definido este factor protector – **la Competencia Social y Emocional de los Niños** – de manera significativa para ellos.

### Departamento de Servicios Humanos de Colorado – Fondo Fiduciario para Niños

Ayude a su niño o niña a manejar los sentimientos y las relaciones. Ayude a los niños a desarrollar habilidades para que puedan manejar sus emociones y entablar relaciones saludables con sus compañeros y adultos.

### Michigan Great Start Collaborative (Condados de Charlevoix, Emmet y Northern Antrim)

Dele a su niño palabras para expresar cómo se siente. Enseñe a su niño a comunicarse e interactuar de manera efectiva construyendo relaciones y fortaleciendo a su familia.

### Fideicomiso para niños de New Hampshire

Mi niño se siente amado, tiene un sentido de pertenencia y la capacidad de conectarse con los demás.

### Prevenga el abuso infantil en Arizonam – fortaleciendo a las familias en Arizona

Todos los niños necesitan sentir que pertenecen. Para convertirse en adultos exitosos, los niños deben aprender a comunicarse con claridad, lidiar con sus emociones y llevarse bien con los demás.

### Academia de Bienestar Infantil de Alaska

Ayude a su niño a manejar los sentimientos y las relaciones.

### Servicios para niños y familias de Hawáin – la línea para padres de familia

Sé que mi hijo se siente amado. Sé cómo ayudar a mi niño a hablar sobre sus sentimientos.

### Comunidad Café de Colaboración

Mi niño se siente amado, tiene un sentido de pertenencia y puede llevarse bien con los demás.

### Junta de Prevención de Abuso y Negligencia Infantil de Wisconsin – Cinco para las familias ([fiveforfamilies.org](http://fiveforfamilies.org))

Ayudar a los niños a comprender los sentimientos: mostrarles a sus hijos cómo nombrar, comprender y manejar las emociones, expresarse y llevarse bien con los demás.

## Definiendo los Cinco Factores de Protección

Se apoya a las familias a construir:

### Resiliencia Parental

La habilidad de recuperarse de experiencias de vida difíciles, y a menudo salir fortalecido y aun transformado por esas experiencias.

### Conexiones Sociales

La habilidad y oportunidad de desarrollar relaciones positivas que reduzcan el estrés y ayuden a desarrollar redes de apoyo.

### Conocimiento de Crianza y Desarrollo del Niño

La habilidad de poner en práctica estrategias efectivas de crianza para guiar y conocer las expectativas del desarrollo de los niños en múltiples ámbitos (físico, cognitivo, lenguaje y social y emocional).

### Apoyo Real en Momentos de Necesidad

Tener acceso a apoyos y servicios que reduzcan el estrés y ayude a fortalecer a las familias.

### Competencia Social y Emocional de Niños

Interacciones de niños y familias que ayudan a los niños a desarrollar las habilidades de comunicarse claramente, reconocer y regular sus emociones y establecer y mantener relaciones.

CENTER FOR THE STUDY OF SOCIAL PROTECTORS  
strengthening families  
A PROTECTIVE FACTOR PARTNER

CHILDREN'S TRUST FUND  
Alliance™

CHILDREN'S TRUST FUND  
Alliance™

National Parent Partnership Council (ANPPC)

[ctfalliance.org/partnering-with-parents/anppc/#resources](http://ctfalliance.org/partnering-with-parents/anppc/#resources)