

Ayudo a mi hijo a aprender habilidades sociales

GUÍA PARA PROFESIONALES

Los niños que muestran capacidades sociales y emocionales son propensos a tener mejores relaciones y una mayor resiliencia al estrés como adultos. "Capacidad social y emocional" se refiere a la capacidad de los niños para formar vínculos e interactuar positivamente con otras personas, regular sus propias emociones y comportamientos, comunicar sus sentimientos y resolver problemas eficazmente.

Ayudar a los niños a desarrollar estas habilidades puede resultar en relaciones más fuertes y enriquecedoras entre padres e hijos. Los padres pueden responder mejor a las necesidades de los niños (y sentirse menos estresados y frustrados) a medida que los niños aprenden a expresar sus necesidades, en vez de "portarse mal" para expresar sentimientos difíciles.

Los retrasos en el desarrollo social y emocional de los niños pueden crear estrés adicional para las familias. Es importante identificar tales preocupaciones lo antes posible y proporcionar servicios a los niños y sus padres que faciliten un desarrollo saludable.

Puntos clave a tratar con las familias

Las habilidades sociales son importantes para que los niños se conviertan en adultos exitosos. Estas habilidades se definen y priorizan de manera diferente para cada familia y comunidad.

- Dé algunos ejemplos de habilidades sociales, como esperar su turno, compartir con los demás o usar buenos modales.
- **Pregunte:** *¿Cuáles habilidades sociales son más importantes en su familia, comunidad y cultura? ¿Por qué?*

Los niños y jóvenes desarrollan habilidades sociales gradualmente. Comparta información sobre las habilidades sociales que podrían esperar ver según [las edades actuales de sus hijos](#).

- Ayude a los padres a conectar habilidades sociales con el desarrollo típico de un niño. (Por ejemplo, *Le escuché decir que para usted es importante que su hijo sepa compartir. La mayoría de los niños desarrollan la capacidad de compartir sus juguetes alrededor de los 5 años*).
- **Pregunte:** *¿Cuáles de estas habilidades cree que su hijo hace bien? ¿Cuáles le gustaría ayudarlo a su hijo a mejorar?*

Nuestros hijos aprenden mirándonos.

- **Pregunte:** *¿Cuáles son algunas situaciones en las que su hijo podría verlo a usted modelando [habilidad elegida]?*
- Por ejemplo, *¿cómo usa el proveedor de cuidado esta habilidad con su pareja, familiares o amigos?*

Los padres pueden ayudar a sus hijos a aprender habilidades sociales. Una excelente manera de enseñar a los niños es "pillándolos" haciendo algo bien.

- **Pregunte:** *¿Cuándo ha visto a su hijo hacer [acción o comportamiento] bien recientemente? ¿Cómo le hace saber a su hijo que le gusta lo que está haciendo?*
- **Pregunte:** *¿De qué otra manera podría fomentar esta habilidad?*

Puede encontrar más recursos acerca de la creación de [capacidades sociales y emocionales en los niños](#) (en inglés) en el sitio web de Child Welfare Information Gateway.

Ayudo a mi hijo a aprender habilidades sociales

GUÍA DE CONVERSACIÓN

Los niños con fuertes habilidades sociales se llevan mejor con los demás. Usted es el primer y más importante maestro de su hijo.

Una habilidad social que me gustaría ayudar a mi hijo a mejorar:

Fomento esta habilidad:

- ☐ Felicitando a mi hijo cuando la hacen bien.
- ☐ Leyendo libros sobre emociones y / o situaciones sociales
- ☐ Señalando cuando los personajes de la televisión usan la habilidad
- ☐ Nombrando los sentimientos (los míos y / o los de mi hijo)
- ☐ Programando citas para jugar con otros niños para practicar
- ☐ Celebrando a mi hijo como persona única
- ☐ Enseñando a mi hijo sobre su identidad cultural
- ☐ Hablando sobre y celebrando las diferencias
- ☐ Teniendo un día "sin tecnología"
- ☐
- ☐

Le muestro a mi hijo estas habilidades cuando:

Una cosa que haré esta semana para fomentar las habilidades sociales: