

Volantes

Regulación Emocional, Destreza Social y Resolución de Problemas



Nota: Estos volantes pueden ser fotocopiados para su uso en los Talleres para Maestros de los Años Increíbles®. Están protegidos por derecho de autor y no pueden ser alterados o editados de ninguna manera (incluyendo traducciones) sin el permiso de la sede central de los Años Increíbles en Seattle, Washington.

Contacte incredibleyears@incredibleyears.com para obtener más información. Estos volantes también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para Líderes de Grupo).

The
**Incredible
Years**

Copyright 1995, revised 2006, 2008, 2011, 2016, 2022

by Carolyn Webster-Stratton, Ph.D.

*** ALL RIGHTS RESERVED ***

Taller Para Docentes Número Seis

Actividades Sugeridas Para el Mes

Tareas

- Continuar puliendo sus planes de conducta. Hacer Planes de Transición para cinco de sus alumnos más agresivos, distraídos, o impulsivos. Ver las planillas de planes de transición y empezar a completarlas.
- Practicar enseñar destrezas sociales y resolución de problemas con los niños acomodados en círculos pequeños, o usar el libro de Wally Detective con sus alumnos.
- Tratar de encontrar oportunidades para etiquetar los sentimientos de los niños (por ejemplo, feliz, entusiasmado, triste, tranquilo, etc.) y para conectarlos con los comportamientos de los niños.
- Llamar a su compañero y compartir su estrategia para enseñarles a los niños a resolver problemas.

Para Leer



Capítulos Once, Doce y Trece del libro *Incredible Teachers*.

Haga que las marionetas presenten problemas para que los alumnos resuelvan (por ejemplo, que les hagan burla, que los dejen fuera, tener miedo, querer jugar con alguien, etc.).



NOTAS PARA LA PIZARRA ENSEÑANDO A LOS NIÑOS CÓMO RESOLVER PROBLEMAS



¿Cuál es la mejor solución?

- Use juegos, títeres e historias para presentar situaciones de problemas hipotéticos para que los estudiantes practiquen los pasos para resolver problemas.
- Ayude a los niños a definir claramente el problema ya reconocer los sentimientos involucrados.
- Para los niños en edad preescolar, enfóquese en generar muchas soluciones.
- Para los estudiantes de primaria, enfóquese en ayudarlos a pensar en las consecuencias de las diferentes soluciones o decisiones tomadas.
- Sea positivo, creativo y humorístico al pensar en posibles soluciones.
- Ayude a los niños a anticipar lo que harán a continuación cuando una solución no funcione.
- Modele la resolución efectiva de problemas en sus interacciones con los estudiantes.
- Ponga imágenes visuales de las soluciones en las paredes del salón de clases.
- Recuerde que es el proceso de aprender a pensar sobre el conflicto lo que es crítico, en lugar de obtener las respuestas correctas.

SOLUCIONES POSIBLES PARA QUE LOS NIÑOS UTILICEN

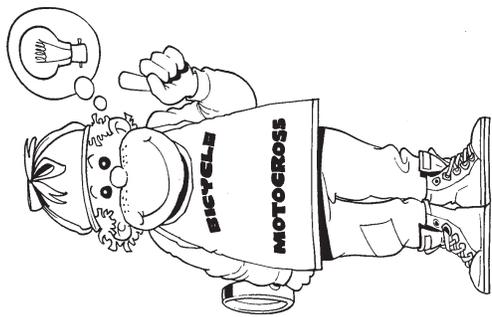
Gritarle.*	Esperar un rato.	Reírse de él/ella.
Mirarse triste o llorar.	Ignorarlo; retirarse	Jugar en otro lado
Aguantar.*	Pegarle.*	Decirle que no se enoje.
Preguntarle.	Decir por favor.	Hacer algo divertido.
Cambiar algo.	Pedir disculpas.	Pedir ayuda a un padre o al maestro.
Hablar de sus sentimientos.	Suplicarle.	Ofrecer compartir.
Agarrar otro.	Tomar turnos.	Echar un volado.
Admitir su error.	Primero calmarse.	Decir la verdad.
Dar un elogio.	Ser buen jugador.	Decir “no.”
Cesar su enojo.	Ser valiente.	Perdonar.

*Estas son soluciones inadecuadas. Anime a los niños a pensar sobre las consecuencias y a escoger otra cosa con una mejor consecuencia.

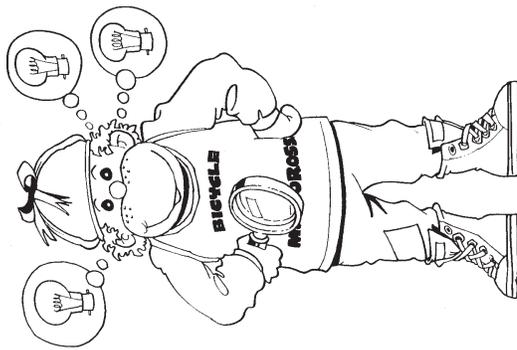
Los Pasos de Wally para Resolver Problemas



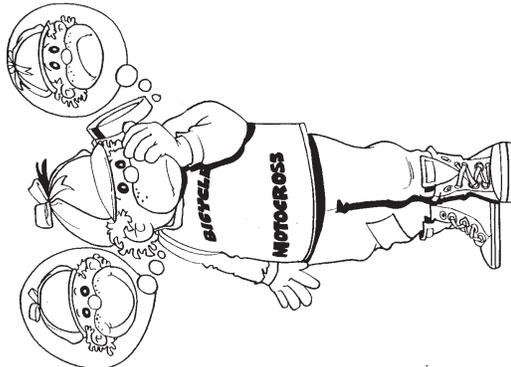
1. ¿Cuál es mi problema?



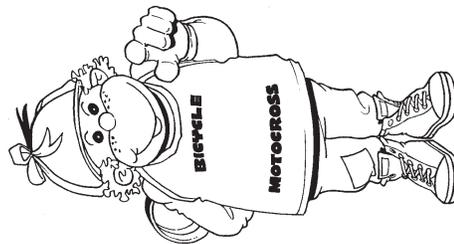
2. ¿Cómo podría solucionarlo?



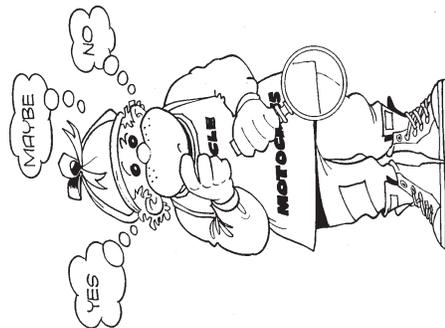
3. ¿Qué otras soluciones hay?



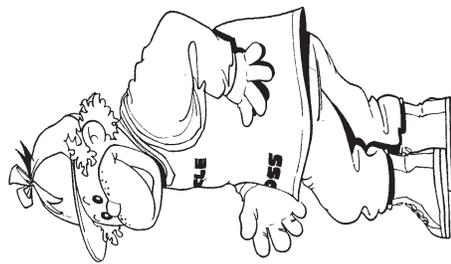
4. ¿Y ahora qué pasa? (consecuencias)



5. ¿Cuál es la mejor solución?

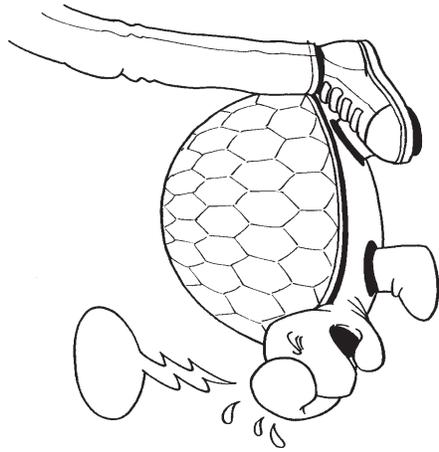
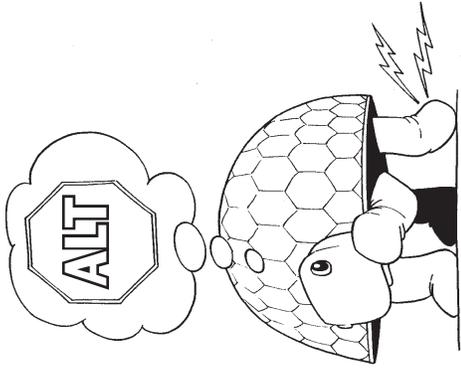


6. ¿Puedo usar el plan?

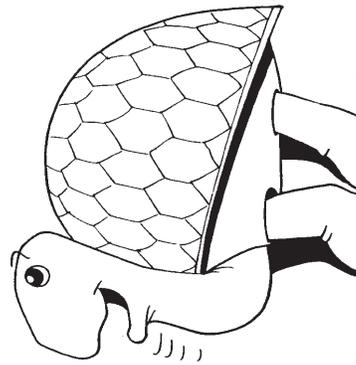


7. ¿Cómo me fue?

Pasos de Tiny para controlar el enfado

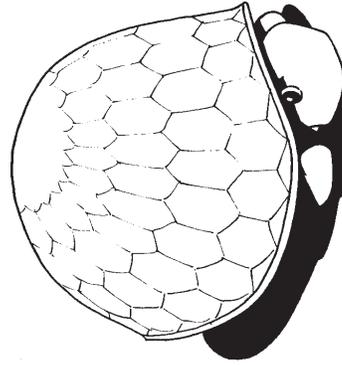


1.

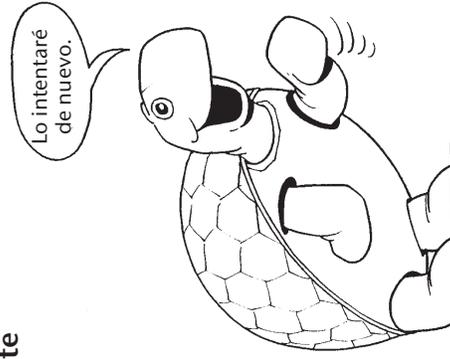


3. Respira Profundamente

2. Piensa en detenerte



4. Métete dentro de tu caparazón



5.

Reforzar las Destrezas Prosociales y la Resolución de Problemas

Taller #6 del Plan de Conducta



Ejemplo de Plan de Conducta: Jenny, Primer Grado

Paso #1:	Paso #3:	Paso #8:	Paso #9:
Comportamientos Negativos en el Aula Empuja, toca Habla sin levantar la mano Habla cuando la maestra está hablando Se distrae, sueña despierta	Comportamientos Positivos Opuostos Deseados Manos quietas Levantar la mano en silencio Escuchar en silencio cuando la maestra está hablando Prestar atención y concentrarse	Enseñanza Individual Practique levantar la mano en silencio y mantener las manos quietas Use tarjetas con imágenes para recordar escuchar en silencio Eíogiela cuando esté concentrándose en una tarea y escuchando, y use entrenamiento de persistencia Use entrenamiento de persistencia cuando los niños estén trabajando en grupos pequeños	Lección para la Hora del Círculo Wally habla sobre su problema para recordar que tiene que levantar la mano en silencio y escuchar Los niños le ofrecen soluciones y las practican

Plan de Conducta para: -----

Paso #1:	Paso #3:	Paso #8:	Paso #9:
Comportamientos Negativos en el Aula 1. 2.	Comportamientos Deseados	Enseñanza Individual	Lección para la Hora del Círculo

Reférase el Taller del Plan de Conducta #3 para Ver los Pasos #4-7



Reforzar las Destrezas Prosociales y la Resolución de Problemas Taller #6 del Plan de Conducta

Ejemplo de Plan de Conducta: Mark, Primer Grado

Paso #1:	Paso #3:	Paso #8:	Paso #9:
<p><i>Comportamientos Negativos en el Aula</i></p> <p>Empuja, les pega a los compañeros</p> <p>Se frustra y se enoja fácilmente</p> <p>No le hace caso a la maestra</p> <p>Los otros niños lo rechazan</p>	<p><i>Comportamientos Positivos Opuestos Deseados</i></p> <p>Que use palabras para expresar sus sentimientos</p> <p>Que use estrategias para calmarse</p> <p>Que le haga caso a la maestra</p> <p>Que use comportamientos amigables (ayudar, compartir)</p>	<p><i>Enseñanza Individual</i></p> <p>Elogie al niño por permanecer en calma cuando se frustra.</p> <p>Practique estrategias para calmarse.</p> <p>Un sellito en la mano por hacer caso.</p> <p>Elogie a los niños que juegan con él.</p> <p>Cambie su reputación a amigable.</p> <p>Entrenamiento emocional y social.</p> <p>Use calcomanías de “puedo ayudar” y “me gusta compartir” cuando demuestre estos comportamientos.</p>	<p><i>Lección para la Hora del Círculo</i></p> <p>Estrategias para calmarse (respiración profunda, la técnica de la tortuga Tiny, pensar en cosas felices).</p> <p>Practique un juego de roles para las habilidades de compartir, ayudar y trabajar en equipo.</p> <p>Enseñe y practique los pasos de Wally para resolver problemas.</p> <p>Enseñe y practique los pasos de Wally para resolver problemas usando tarjetas con imágenes.</p>

Plan de Conducta para: -----

Paso #1:	Paso #3:	Paso #8:	Paso #9:
<p><i>Comportamientos Negativos en el Aula</i></p> <p>1.</p>	<p><i>Comportamientos Positivos Opuestos Deseados</i></p>	<p><i>Enseñanza Individual</i></p>	<p><i>Lección para la Hora del Círculo</i></p>
<p>2.</p>			

Refiérase el Taller del Plan de Conducta #3 para Ver los Pasos #4-7

Reforzar las Destrezas Prosociales y la Resolución de Problemas

Taller #6 del Plan de Conducta



Plan de Conducta para: -----

Paso #1: Comportamientos Negativos en el Aula	Paso #3: Comportamientos Deseados	Paso #8 Enseñanza Individual	Paso #9: Lección para la Hora del Círculo

Refiérase el Taller del Plan de Conducta #3 para Ver los Pasos #4-7



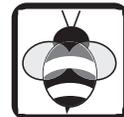
Tormenta de Ideas/Murmullo–Promover la Idea de Responsabilidad



Sepárense en grupos pequeños o pares de murmullo para compartir formas en que los maestros promueven responsabilidad en sus alumnos.

Objetivo:

Tormenta de Ideas–Cambiar la Reputación Negativa de los Alumnos



Sepárense en grupos pequeños o pares de murmullo para compartir formas en las que usted, como maestro, puede cambiar la reputación negativa de un alumno a una más positiva.

Objetivo:



Tormenta de Ideas/Murmullo–Promover la Autorregulación en los Niños



Trabaje con su compañero y comparta formas de promover el aprendizaje de habilidades de autorregulación en los niños.

Objetivo:

Tormenta de Ideas/Murmullo– Instrucción Emocional



Escriba todas las palabras sobre emociones que quiera enseñarles a sus alumnos. Trate de incluir tres palabras de emociones positivas o calmantes por cada una que sea negativa. Combine pensamientos de superación con los sentimientos negativos.

Objetivo:

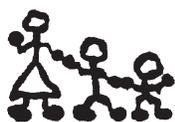


Tormenta de Ideas/Murmullo– Entrenamiento Social



Escriba frases que va a utilizar para el entrenamiento social. Piense en los comportamientos sociales que quiera describir y luego en cómo va a expresarlos.

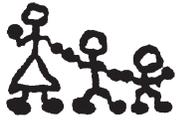
Objetivo:



Los Maestros Promueven Destreza Emocional y Social en los Niños Pequeños
Entrenamiento Social entre Maestro y Niño:
Nivel 1 del Desarrollo del Niño

Juego entre maestro y niño: Los maestros pueden utilizar el entrenamiento social con interacciones cara a cara con sus alumnos para ayudarlos a aprender destrezas sociales y el idioma de las emociones antes de que aprendan a jugar con sus compañeros. Una gran parte del aprendizaje del niño ocurrirá gracias a su modelaje y comentarios descriptivos. De esta manera, usted realzará las habilidades lingüísticas de su alumno, y lo ayudará a reconocer y a aprender destrezas sociales.

Destrezas Sociales/ para las Amistades	Ejemplos
<p>El Maestro Modela:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Compartir ❖ Ofrecer ayuda ❖ Esperar ❖ Sugerir ❖ Elogiar ❖ De comportamiento a sentimiento 	<p>“Voy a ser tu amigo y compartir mi carro contigo.”</p> <p>“Si quieres, puedo ayudarte sosteniendo la parte de abajo mientras tú pones otro arriba.”</p> <p>“Puedo usar mis músculos de esperar hasta que hayas terminado de usar eso.”</p> <p>“¿Podemos construir algo juntos?”</p> <p>“Eres tan listo para entender cómo armar eso.”</p> <p>“Compartes conmigo. Eres tan amable y eso me hace sentir muy feliz.”</p> <p>“Me ayudaste a entender cómo hacer eso. Me siento muy orgullosa de que me hayas podido mostrar cómo hacerlo.”</p>
<p>El Maestro Sugiere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Diálogo interno ❖ Pedir ayuda <p>Respuesta del Maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Elogiar al niño por compartir o ayudarlo ❖ Ignorar o modelar aceptación cuando el niño no comparte o ayuda 	<p>“Cómo me gustaría encontrar otra pieza que encaje aquí.”</p> <p>“No sé si puedo armar esto.”</p> <p>“¿Me ayudas a encontrar otra pieza redonda?”</p> <p>“¿Me prestas uno de tus carros?”</p> <p>“Qué gran ayuda. Eres tan atento por compartir conmigo.”</p> <p>Siga utilizando el comentario descriptivo.</p> <p>“Puedo seguir intentando encontrar esa pieza redonda.” (modele persistencia)</p> <p>“Puedo esperar hasta que termines de jugar con los carros.” (modele esperar)</p> <p>“Sé que es difícil dejar de jugar con los carros, así que esperaré mi turno para jugar con ellos.”</p>
<p>Marioneta o Muñeco Modela:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Entrar al juego ❖ Ser Socialmente amigable ❖ Ignorar la agresión 	<p>“¿Puedo jugar contigo?”</p> <p>“Eso parece divertido. ¿Me dejas jugar contigo?”</p> <p>“Soy amigable. Me gustaría jugar contigo.”</p> <p>“Me gustaría jugar con una persona amigable. Me parece que voy a buscar a alguien más amable para que juegue conmigo.”</p>



Los Maestros Alientan la Competencia Social y Emocional en los Niños Pequeños
Entrenamiento Social Entre Maestro y Niño:
Nivel 2 de Desarrollo del Niño

Los niños en juego paralelo: Los niños pequeños empiezan a jugar con otros niños sentándose al lado y empezando un juego paralelo. Al principio, ellos no inician interacciones con otros niños, ni si quiera notan su presencia. Es probable que no hablen, ni ofrezcan ideas, o interactúen con ellos. Los maestros pueden ayudar a alentar el juego entre compañeros al sugerirles a sus alumnos que usen habilidades sociales o que noten las actividades o estados de ánimo de sus amigos. Ofrecerles las palabras que describan sus interacciones, o modelar comportamientos sociales, serán importantes ya que los niños posiblemente aún no tengan estas habilidades en su repertorio.

Destrezas Sociales/ Para las Amistades	Ejemplos
El Maestro Entrena: ❖ Pedir lo que uno quiere ❖ Pedir ayuda ❖ Pedirle a un amigo que espere	“Puedes pedirle lo que quieres a tu amigo diciendo, ‘¿Me prestas el crayón por favor?’” “Puedes pedirle ayuda a tu amigo diciendo, ‘¿Me ayudas?’” “Puedes decirle a tu amigo que aún no estás listo para compartir.” Si el niño responde a sus sugerencias usando sus propias palabras para expresar lo mismo que dijo usted, elógielo por pedir mablemente o por ayudar a un amigo.
El Maestro Sugiere: ❖ Notar a otro niño ❖ Iniciar una interacción con otro niño ❖ Elogiar a otro niño El Maestro Elogia: ❖ De comportamientos a sentimientos ❖ Jugar juntos	“Vaya, mira la torre alta que está construyendo tu amigo.” “Los dos están usando los plumones verdes.” “Tu amigo está buscando pequeñas piezas verdes. ¿Lo ayudas?” “Tu amigo no tiene ningún carro y tú tienes ocho. Se lo ve muy triste. ¿Podrías compartir algunos de tus carros con él?” “¡Vaya! Puedes decirle a tu amigo que su torre está bien padre.” Si su niño le hace caso, puede elogiarlo por elogiar amablemente. Si no responde, continúe con el comentario descriptivo. “Compartiste con tu amiga, eres tan amable, y la has hecho sentir tan feliz.” “Ayudaste a que tu amiga entienda cómo hacer eso; se la ve muy contenta con tu ayuda.” “Tu amigo está disfrutando de jugar con estos Legos contigo. Se nota que tú también estás divirtiéndote con él. Los dos son muy amigables.”
Marioneta o Muñeco Modela: ❖ Compartir o Ayudar	“¡Vaya! ¿Has visto la torre que está construyendo Nancy?” “¿Alguno de los dos podría ayudarme a encontrar un bloque rojo para construir esta troca?” “¿Puedo ayudarte a construir esa casa?” “¿Crees que podríamos preguntarle a Freddy si quiere compartir su tren con nosotros?”



Los Maestros Alientan la Competencia Social y Emocional en los Niños Pequeños

Entrenamiento social entre compañeros: Nivel 3 de Desarrollo del Niño

Los niños inician el juego: Los niños pequeños empiezan a dejar el juego paralelo y a iniciar interacciones con otros niños. Están motivados a entablar amistades y están más interesados en otros niños. Dependiendo de sus temperamentos, impulsividad, concentración y conocimiento de las habilidades sociales, sus interacciones pueden ser a veces cooperativas o conflictivas. Los maestros pueden ayudar a motivar habilidades sociales en el juego entre compañeros al alentar y entrenar para que usen estas habilidades, o al elogiar o al prestarles atención a las mismas.

Habilidades que Entrena el Maestro	Ejemplos
Habilidades Sociales/ para las Amistades: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Pedir de buena forma (ser atento, tranquilo) ❖ Ayudar a un amigo ❖ Compartir o intercambiar ❖ Pedir entrar al juego ❖ Elogiar ❖ Estar de acuerdo o hacer una sugerencia 	<p>“Le pediste a tu amiga lo que querías de muy buena manera y ella te lo dio; se ve que son buenos amigos.”</p> <p>“Ayudaste a tu amigo a encontrar lo que estaba buscando. Están trabajando juntos y ayudándose mutuamente como un equipo.”</p> <p>“Eso es muy amable. Compartiste tus bloques con tu amiga. Y ella, después, compartió su carro contigo. ”</p> <p>“Pediste jugar de buena manera y ellos estuvieron muy felices de dejarte jugar con ellos.”</p> <p>“La elogiaste, eres muy atento.”</p> <p>“Aceptaste la sugerencia de tu amigo. Eso es muy cooperativo.”</p>
Habilidades de Autorregulación: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Escuchar lo que tiene que decir el compañero ❖ Esperar pacientemente ❖ Turnarse ❖ Permanecer en calma ❖ Resolución de problemas 	<p>“Vaya, tú realmente escuchaste la sugerencia de tu amigo y le hiciste caso. Eso es muy amable.”</p> <p>“Esperaste y preguntaste antes de usar eso. Eso demuestra que tienes músculos de esperar bien fuertes. ”</p> <p>“Están turnándose. Así se comportan los buenos amigos.”</p> <p>“Te desilusionaste cuando no te dejaron jugar con ellos, pero te mantuviste en calma y le pediste de jugar a alguien más. Eres muy valiente.”</p> <p>“Ninguno de los dos sabía cómo hacer encajar esas dos piezas, pero trabajaron juntos y encontraron la forma -los dos son buenos para resolver problemas.”</p>
Empatía: <ul style="list-style-type: none"> ❖ De comportamientos a sentimientos ❖ Pedir perdón/ Perdonar 	<p>“Compartiste con tu amiga; eres muy atento y ella se siente muy feliz.”</p> <p>“Viste que estaba frustrada y la ayudaste a armar eso. Eres muy considerada por pensar en los sentimientos de tu amiga.”</p> <p>“Estaban las dos frustradas con eso, pero conservaron la calma y siguieron intentando y al final lo lograron. Eso es buen trabajo de equipo.”</p> <p>“Tenías miedo de pedirle que juegue contigo, pero fuiste valiente y le pediste y ella pareció muy contenta de que lo hayas hecho.”</p> <p>“Fue un accidente. ¿Puedes decir que lo sientes mucho?” O, “A tu amiga se la ve muy apenada por haber hecho eso. ¿La perdonas?”</p>

Facilitar el lenguaje de los niños y las destrezas de preparación preescolar: Los terapeutas como “Entrenadores sobre lo académico y la perseverancia”



“Los comentarios descriptivos” son una manera muy efectiva de fortalecer las destrezas del lenguaje en los niños. A continuación, Tiene una lista de acciones, comportamientos, y objetivos sobre los cuales se pueden hacer comentarios cuando juega con su niño. Use esta lista para practicar los conceptos de los comentarios descriptivos.

Objetos, Acciones	Ejemplos
<ul style="list-style-type: none"> _____ colores _____ números _____ formas _____ nombres de objetos _____ tamaños (largo, corto, alto, más pequeño que, más grande que, etc.) _____ posiciones (arriba, abajo, junto de, seguido de, sobre, detrás, etc.) 	<p>“Necesitas el coche rojo y la camioneta amarilla.”</p> <p>“Hay uno, dos, tres dinosaurios en una fila.” “Ahora el Lego cuadrado está conectado al Lego redondo.”</p> <p>“Ese tren es más largo que la vía”</p> <p>“Estás poniendo el tornillo minúsculo en el círculo derecho.”</p> <p>“El bloque azul está junto al cuadrado amarillo, y el triángulo morado está sobre del rec- tángulo largo rojo.”</p>
Perseverancia	Ejemplos
<ul style="list-style-type: none"> _____ trabajar duro _____ concentrarse, fijar la vista _____ permanecer tranquilo, ser paciente _____ intentar nuevamente _____ solucionar problemas _____ reflexionar _____ leer 	<p>“Estás trabajando muy duro en ese rompecabe- zas y pensando en dónde cabe esa pieza.”</p> <p>“Eres muy paciente y sigues buscando diferentes modos de hacer que esa pieza quede en su lugar.”</p> <p>“Estás guardando la calma mientras lo intentas una y otra vez.”</p> <p>“Estás esforzándote para solucionar el problema y encontrar una buena solución para armar el barco.”</p>
Comportamientos	Ejemplos
<ul style="list-style-type: none"> _____ hacerle caso al padre _____ escuchar _____ ser independiente _____ explorar 	<p>“Seguiste las instrucciones exactamente cómo te lo pedí. Pusiste mucha atención.”</p> <p>“Tú solo averiguaste cómo hacer eso.”</p>

Facilitar el aprendizaje emocional de los niños: Los terapeutas como “entrenadores de las emociones”



Describir los sentimientos de los niños es una forma poderosa de fortalecer el aprendizaje emocional de su niño. Una vez que los niños tengan el lenguaje de las emociones, van a poder controlar mejor sus propias emociones porque le pueden decir cómo se sienten. La siguiente es una lista de las emociones de las cuales puede hacer comentarios cuando juegue con un niño. Utilice esta lista para practicar describir las emociones de su niño.

Sentimientos/ Alfabetismo emocional	Ejemplos
<p>_____ feliz</p> <p>_____ frustrado</p> <p>_____ calmado</p> <p>_____ orgulloso</p> <p>_____ entusiasmado</p> <p>_____ contento</p> <p>_____ triste</p> <p>_____ servicial</p> <p>_____ preocupado</p> <p>_____ seguro de sí mismo</p> <p>_____ paciente</p> <p>_____ divertido</p> <p>_____ celoso</p> <p>_____ comprensivo</p> <p>_____ cariñoso</p> <p>_____ curioso</p> <p>_____ enfadado</p> <p>_____ furioso</p> <p>_____ interesado</p> <p>_____ avergonzado</p>	<ul style="list-style-type: none"> • “Eso es frustrante, y tú sigues calmado e intentando hacerlo otra vez.” • “Pareces estar orgulloso de ese dibujo.” • “Pareces seguro de ti mismo cuando lees ese cuento.” • “Eres muy paciente. A pesar de que se ha caído dos veces, sigues buscando la manera de hacerlo más alto. Debes sentirte contento contigo mismo por ser tan paciente.” • “Parece que te estás divirtiendo al jugar con tu amigo, y parece que a él le gusta hacer esto contigo.” • “Eres muy curioso. Estás tratando de construir eso de todas las diferentes maneras que se te ocurren.” • “Eres comprensivo con tu amigo porque sabes que fue un error.”

Modelar hablar sobre los sentimientos y compartirlos

- “Estoy orgulloso de ti por solucionar ese problema.”
- “Verdaderamente me estoy divirtiendo al jugar contigo.”
- “Yo estaba nervioso temiendo que se fuera a caer, pero tú fuiste cuidadoso y paciente, y tu plan funcionó.”

Facilitar el aprendizaje social de los niños: Los terapeutas como “entrenadores de habilidades sociales”



Describir y sugerir los comportamientos amistosos de los niños es una forma poderosa de fortalecer las habilidades sociales de los niños. Las habilidades sociales son el primer paso para establecer amistades duraderas. La siguiente, es una lista de las habilidades en las que puede comentar cuando juega con el niño o cuando un niño está jugando con un amigo. Utilice esta lista para anotar mientras practica sus destrezas de entrenador social.

Habilidades Sociales/ de Amistad	Ejemplos
<ul style="list-style-type: none"> _____ ayudar _____ compartir _____ trabajar en equipo usar una voz amable _____ usar una voz amable (tranquilo, educado/ agradable) 	<ul style="list-style-type: none"> • “Que amable. Estás compartiendo tus bloques con tu amigo y esperando tu turno.” • “Los dos están trabajando juntos y ayudándose el uno al otro como en un equipo.”
<ul style="list-style-type: none"> _____ escuchar lo que dice un amigo _____ turnarse _____ preguntar _____ intercambiar esperar 	<ul style="list-style-type: none"> • “Escuchaste lo que tu amigo pidió y seguiste su sugerencia. Eso es muy amable.” • “Esperaste y preguntaste primero si podías usar eso. Tu amigo te escuchó y compartió.” • “Están tomando turnos. Eso es lo que los buenos amigos hacen el uno por el otro.”
<ul style="list-style-type: none"> _____ estar de acuerdo con la sugerencia de un amigo _____ hacer una sugerencia _____ elogiar _____ tocar suave y delicadamente _____ pedir permiso para usar algo que un amigo tiene _____ resolver problemas _____ cooperar _____ ser generoso _____ incluir a los demás _____ pedir disculpas 	<ul style="list-style-type: none"> • “Hiciste una sugerencia amable y tu amigo está haciendo lo que sugeriste. Eso es muy amable.” • “Le estás ayudando a tu amigo a construir su torre.” • “Estás cooperando al compartir.” • “Los dos resolvieron el problema de cómo construir esos bloques. Esa fue una gran solución.”

Apoyar

- “Mira lo que tu amigo hizo. ¿Crees que puedes darle un halago?” (elogie al niño si él/ella intenta darle un halago al amigo)
- “Eso fue un accidente. ¿Crees que puedes pedirle una disculpa a tu amigo?”

Modelando el comportamiento amistoso

- Los padres pueden modelar a esperar, tomar turnos, ayudar, y dar elogios, lo cual también les enseña a los niños éstas habilidades sociales.

Ejemplo para la Hora del Círculo: Resolución de Problemas Usando el Libro de Wally

Maestra: Niños y niñas, hoy tengo un libro especial que puede ayudarnos a aprender a resolver problemas que podamos tener en la escuela. Voy a compartir una imagen y quiero que busquen señales de que Wally y su amigo tienen un problema. ¿Hay algo en sus caras que les diga que tienen un problema?



(Imagen de *Wally's Detective Book for Solving Problems at School*)

Niño: Parece enojado.

Maestra: ¡Vaya! Se ve que estás prestando atención. ¿Alguno de ustedes ha notado algo en la cara del niño pelirrojo que les diga que está enojado?

Niño: Su boca lo hace ver malo. Sus cejas están puntiagudas.

Maestra: Muéstrenme sus pulgares si están de acuerdo. ¿Y Wally? ¿Cómo se siente?

Niño: Se lo ve triste. No está sonriendo.

Maestra: Pareciera como que Wally y su amigo están uno enojado y el otro triste. Esos son sentimientos que te ayudan a darte cuenta de que tienes un problema. Déjenme que les cuente qué es lo que está sucediendo en esta imagen. El pelirrojo ha estado usando la computadora por muchísimo tiempo. Wally quiere usarla también. ¿Qué puede hacer?

Niño: Puede pedirle un turno.

Niño: Puede esperar.

Niño: Puede buscar otro juguete.

Maestra: A ver, hagamos como que esto nos está pasando a nosotros. Charles y Tanisha, me gustaría que le muestren a la clase qué es lo que sucedería. Charles, Tanisha tiene este carro y tú querrías jugar con él. Cuando diga “listo, cámara, acción,” vas a pedirselo. Tanisha, cuando Charles te lo pida, tú lo compartes con él.

La Maestra Hace de Charles: ¿Me prestas el juguete?

La Maestra Hace de Tanisha: Pues claro. (y le pasa el juguete a Charles.)

Maestra: ¡Las soluciones que son justas y prudentes son soluciones de pulgares para arriba! Pongan sus pulgares para arriba si piensan que pedir es una solución justa. Parece que están todos de acuerdo. Actuemos otra de sus ideas. Gina, tú sugeriste esperar. Veamos qué es lo que puede suceder.

(Los niños continúan actuando soluciones como esperar, hacer otra cosa, pedir de nuevo, jugar juntos.)

Comunicación de Maestro a Padre

Actividad para Hacer en Casa con su Niño

Solución de Problemas

En la escuela los niños aprenden a resolver problemas cuando están enojados, para poder escoger la mejor opción. Usted puede ayudar a su niño a aprender a resolver problemas con los libros, los títeres y platicando con ellos antes de que se desregulice demasiado. Aquí tiene 3 pasos que sus niños aprenden.



Paso Uno: ¿Cómo me siento?

Paso Dos: ¿Cuál es el problema?

Paso Tres: ¿Cuáles son algunas soluciones?

PRÁCTICA: Usted puede practicar estos en casa platicando acerca de un problema y pensando en las posibles soluciones (p.e., esperar, compartir, tomar turnos, ayudar, respirar profundo, hacer algo mas). Luego puede ser divertido practicar estas soluciones con los títeres.

MODELADO: Le ayudará a su niño si usted modela los modos como usted se tranquiliza cuando tiene un problema para poder pensar en las soluciones de sus problemas. Por ejemplo, podría decirles “Me siento frustrada en este momento porque no puedo encontrar mis llaves. Voy a respirar profundo, y a pensar en soluciones. Una solución es buscar en mi carro. Otra solución es pedir ayuda”.



Pida a su niño que le muestre como ella/él puede ser un “detective” y resolver un problema.

Registre en la Forma de Comunicación de Padre-a-Maestro su experiencia al practicar ayudarle a su hijo a generar soluciones a los problemas. ¡Su hijo recibirá calcomanías especiales de detective por resolver un problema o por hacer un dibujo de la solución!



¡Niños Increíbles!

Comunicación de Padre a Maestro

Actividad para Hacer en Casa con su Niño

Solución de Problemas

Nombre del Niño: _____

Registre en esta forma su experiencia al practicar ayudar a su niño a pensar en soluciones para problemas. ¡Su niño recibirá calcomanías especiales por resolver un problema o hacer un dibujo de la solución! Aquí tenemos un ejemplo de estrategia o usted puede escoger la suya. “Pretendamos que tu amigo está en el columpio y tú quieres un turno.”

¿Cómo te sentirías?

¿Qué solución pudieras usar?



¡Niños Increíbles!



The Incredible Years®

Inventario de Auto-Reflexión del Maestro del Manejo del Salón
Entrenamiento de Regulación Emocional, Destrezas Sociales y Resolución de Problemas

Fecha: _____ **Nombre de Maestra(o):** _____

—

Maestras(os) aprenden extensivamente por medio de auto-reflexión en relación al manejo de la clase y las estrategias de enseñanza que funcionan o no funcionan. De acuerdo a estas reflexiones los/las maestros(as) determinan metas personales para hacer cambios personales que cause cambios en su técnica para sacar poder crear un clima de aprendizaje positivo. Utilice este inventario para pensar en sus fortalezas y limitaciones y determine sus metas.

1 – Nunca 3 – Ocasionalmente 5 – Consistentemente

Regulación Emocional, Destrezas Sociales y Resolución de Problemas	
1. Utilizo entrenamiento emocional y específicamente auto-control de emociones como la paciencia, persistencia, esfuerzo, seguimiento, concentración, mantener la calma, esperar un turno, y el utilizar palabras para expresar sentimientos.	1 2 3 4 5
2. Modelo estrategias de auto-control como tomar respiraciones profundas, usar afirmaciones personales, termómetro de enojo, pensar en su lugar feliz, pronóstico positivo, y estrategias de la tortuga Tiny para calmarse	1 2 3 4 5
3. Motivo a que los niños tomen respiraciones profundas y usen afirmaciones personales como “Yo puedo hacerlo, me puedo calmar.”	1 2 3 4 5
4. Promuevo la identificación de emociones en sí mismos y en otros por medio del uso de fotos, posters y juegos (bingo) que retratan a gente en varios estados emocionales.	1 2 3 4 5
5. Ayudo a los niños a entender como sus amigos se sienten al apuntar a las expresiones faciales, tono de voz, lenguaje corporal o palabras.	1 2 3 4 5
6. Enseño lenguaje emocional específico al etiquetar sentimientos o respuestas de emoción positiva como cuando otros niños comparten, intercambian, esperan o los ayudan (ejemplo: ayudar a niños a ver conexiones entre destrezas sociales y los sentimientos de los demás).	1 2 3 4 5



7. Modelo lenguaje de sentimientos apropiados al modelar como expresarlos conforme pasa el día (ejemplo: Me estoy frustrando ahora, pero me puedo calmar al tomar respiraciones profundas o usar mi estrategia de la tortuga”).	1 2 3 4 5
8. Proveo oportunidades a los niños para que practiquen las destrezas sociales y maneras de resolver los problemas.	1 2 3 4 5
9. Enseño específicas destrezas sociales en tiempo de círculo o individualmente con los estudiantes tal como practicar preguntar por cosas, pedir disculpas, tomar turnos, esperar, ayudar, compartir, utilizar palabras, y trabajar en equipo.]	1 2 3 4 5
10. Elogio y doy atención a las destrezas sociales en conjunto con entrenamiento de lenguaje a diario.	1 2 3 4 5
11. Enseño pasos específicos para resolver problemas al seguir la secuencia de: 1) Identificar el sentimiento asociado con el problema, 2) definir el problema, 3) pensar en soluciones, 4) preguntar ¿qué pasaría ahora?, 5) evaluar la mejor decisión, y 6) escoger la mejor solución y tratarla.	1 2 3 4 5
12. Utilizo libros e historias sobre situaciones en donde existen problemas para practicar los pasos y pensar en soluciones para resolver problemas.	1 2 3 4 5
13. Animo a los niños a que practiquen la cooperación al darles trabajos en el salón, motivándolos que se ayuden mutuamente y dándoles opciones.	1 2 3 4 5
14. Utilizo títeres, juegos de imaginación, historias imaginarias y actividades de drama para crear situaciones de problema para que los estudiantes practiquen y actúen las soluciones.	1 2 3 4 5
15. Utilizo las cartas de Comunicación Maestro-a-Padre para Actividades en Casa y motivar a los padres a ayudar a sus hijos a resolver problemas cuando están enojados en casa.	1 2 3 4 5
16. Para padres de hijos con dificultades regulación emocional yo me veo con ellos para compartir estrategias de resolver problemas y comparto métodos para usar el entrenamiento emocional.	1 2 3 4 5



Metas Sobre Estrategias Emocionales, Sociales, y de Resolver Problemas Que Utilizare:

