Hoja de Consejos: Enseñar Explícitamente Habilidades Sociales y Emocionales con Niños en Edad Escolar

Habilidades SE en las cuales enfocarse

- Responsabilidad
- Autoconciencia
- Relaciones con los demás
- Automanejo
- Conciencia social

Para enseñar Responsabilidad, intente llevar a cabo las siguientes actividades:

- Guiarlos paso a paso para resolver problemas en situaciones de práctica. "¿Qué harías con este problema?"
- Enseñarles a los estudiantes un método que pueden usar cuando surge un problema (por ejemplo, detenerse, mantener la calma, identificar el problema, considerar las alternativas, tomar una decisión, intentarlo, reevaluar).
- Modelar cómo hacer buenas decisiones

Para enseñar Autoconciencia, intente llevar a cabo las siguientes actividades:

- Proporcionar palabras de vocabulario apropiadas para la edad. (por ejemplo, feliz, triste, herido, enojado para los niños pequeños. Encantado, rechazado/decepcionado, furioso/disgustado para niños mayores)
- Discutir las señales físicas y emocionales apropiadas para la edad de un cierto sentimiento / emoción (es decir, las señales físicas que les ayudan a saber cuándo se sienten enojados, felices, tristes, etc.).
- Hacer preguntas como, "¿Qué pasa cuando nos enojamos?"

Para enseñar Habilidades de Construir Relaciones con los demás intente llevar a cabo las siguientes actividades:

- Presentar una lección o lecciones sobre cómo resolver conflictos pacíficamente.
- Presentar lecciones sobre cómo escuchar las palabras de otra persona.
- Utilizar grupos de trabajo colaborativos para reforzar la importancia de trabajar juntos para resolver problemas y alcanzar objetivos.

Hoja de Consejos: Enseñar Explícitamente Habilidades Sociales y Emocionales con Niños en Edad Escolar

Para enseñar Automanejo intente llevar a cabo las siguientes actividades:

- Dirigir discusiones sobre maneras positivas y apropiadas para la edad que podemos expresar nuestros sentimientos (por ejemplo, poner nuestros sentimientos en palabras, hacer un dibujo o escribir sobre cómo nos sentimos, crear un proyecto de arte o multimedia, mostrar nuestros sentimientos a través de la danza).
- Enseñar técnicas de autogestión eficaces y apropiadas para la edad (respiración del vientre, yoga, contando hasta diez, hablar con sí mismo, ejercicio de relajación, ensayo mental)

Para enseñar Conciencia Social intente llevar a cabo las siguientes actividades:

- Discutir las expectativas y demandas de diferentes entornos, por ejemplo, cómo nos vestimos y nos comportamos para la escuela, lugares de alabanza, ceremonias formales, pasar el rato con amigos.
- Hablar constantemente sobre cómo se sienten los demás en diferentes situaciones.
- Construir sobre la diversidad dentro del salón de clases al hacer que los estudiantes compartan sus diferentes perspectivas culturales sobre situaciones.

Algunos puntos que considerar:

Todos los niños necesitan apoyo a medida que aprenden a interactuar con los demás; ya sea en grupos, o en situación uno a uno. Considere su papel en el proceso de aprendizaje a medida que ayude a enseñar y modelar estas habilidades.

"A medida que ayude a los niños a desarrollar sus habilidades de competencia emocional social, busque maneras de incorporar en su entorno algunas oportunidades para conectarse, sentirse importantes y encontrar maneras de compartir y comunicarse con los demás". – Caring Communities for School Aged Children; www.nmels.org

Puede hacer esto reflexionando sobre las siguientes ideas:

- Construir una relación positiva con los niños.
- Ofrecer opciones en actividades.
- Añadir toques individualizados o personales al programa
- Celebración de los pequeños logros de cada niño
- Modelar lo que quiere ver.
- Construir oportunidades para practicar a socializar y trabajar juntos.

Ideas tomadas de CASEL: https://casel.org/what-is-sel/; estas ideas y más también se pueden encontrar a través de la capacitación de la UNM ECSC *Caring Communities for School Aged Children*: www.nmels.org