

CONSTRUYENDO LAS DESTREZAS SOCIALES

A menudo, los padres se preocupan porque sus hijos son "mandones", "solitarios", "no se lleva bien con los demás" o son "tímidos". El modo en que los niños se relacionan con los demás, está influido tanto por la personalidad, emociones y destrezas sociales del niño, así como por el modo en que usted se comporta con el niño. Así que, mientras existen características de timidez, que algunos niños tienen más que otros, el comportamiento social es principalmente aprendido—sobre todo, imitando a los padres y otros niños. Esto significa que muchas destrezas sociales y emocionales pueden y deben ser enseñadas. A continuación se describen algunas sugerencias:

1. Los niños pequeños dependen de sus padres para modular sus emociones. Los padres necesitan una variedad de estrategias para satisfacer las necesidades emocionales de sus niños, tales como calmar y consolar a un niño angustiado o sacar de un ambiente muy abrumador a un niño que está sobre-estimulado. Gradualmente, los niños aprenden a calmar sus propias emociones.
2. Es importante apoyar los vínculos emocionales de su niño(a) con las personas importantes en la vida del niño(a), incluyendo maestros, niñeras y cuidadores. Aunque como padre pueda sentir celos de estas personas, estos vínculos emocionales son importantes para su hijo(a). Es importante elegir guarderías y niñeras que tienen personal estable y que podrán ofrecer constancia en el cuidado. Los cambios constantes de personal a cargo del cuidado de su niño(a), puede resultar en que su niño sea más desapegado y tenga dificultades con las relaciones sociales.
3. Motive a los niños a explorar su medio ambiente. Por ejemplo, aunque usted le tenga miedo a los insectos, deje que su niño(a) los toque y oculte su temor. Permítale alejarse un poco de usted y explorar por sí solo, mientras lo mantiene a la vista. Esto ayuda a construir independencia y seguridad en sí mismo. Felicite al niño(a) por jugar solo(a)
4. Provea oportunidades sociales, tales como jugar con otros niños. Felicite a su hijo(a) por haber compartido, esperado su turno, mostrado empatía por los sentimientos de los demás, etc.
5. Si su niño(a) responde a conductas agresivas de otro niño(a), actuando agresivamente, como por ejemplo, pegando o mordiendo, llámele la atención explicándole la razón. Por ejemplo, "*Deja de pegar. Pegar lastima. Cuando tú estás enojado con tus amigos, debes levantarte e irte*". Más tarde,

- hable con su hijo(a) acerca de las diferentes maneras de manejar situaciones difíciles, tales como pedir ayuda, decir "no voy a jugar contigo en este momento" o retirándose del grupo. Si hay un juguete específico que está causando el problema, remueva el juguete y aléjelo hasta que los niños estén listos para turnarse.
6. No pegue, muerda o lastime a su niño(a) con el propósito de "enseñarle cómo se siente". En lugar de eso, mejor hable con el niño(a) cuando se haya calmado. Pregunte cosas como "*¿Alguien te ha pegado alguna vez? ¿Cómo te sentiste? ¿Cómo se sintió tu amigo cuando le pegaste? ¿Crees que se sintió igual como te sentiste tú?*"
 7. Si varios niños en un grupo están comportándose inadecuadamente, muévalos hacia un lugar aparte y hágales saber que su conducta no es aceptable y que pueden regresar al grupo cuando....(diga instrucciones claras para el tipo de conducta que usted desea ver) O diga, "*No puede dejar que estés cerca de tus amigos cuando actúas así, aunque ellos también estén actuando así. Siéntate aquí hasta que estés listo para...*" (de nuevo, diga claramente lo que espera)
 8. Use la actuación para enseñar una nueva destreza social. Por ejemplo, "*Practiquemos cómo saludar a la gente cuando entramos a algún lugar...*"
 9. Hable sobre los sentimientos y ayude a su niño(a) a entender palabras que describan emociones.
 10. Si su niño es tímido o dependiente, prepárelo previamente para las separaciones, "*En algunos minutos vamos a llegar a la escuela y te voy a dejar allí*". Déle ánimos sobre la capacidad de sobrevivir sin usted, "*Yo sé que vas a estar muy entretenido y vas a estar bien sin mí*". Déjele saber cuando va a volver, utilizando las actividades diarias para ayudarlo a entender el concepto del tiempo. "*Voy a regresar a recogerte después de la hora de almuerzo.*" A continuación, deje al niño(a), aún cuando esté llorando. De seguro va a parar.
 11. No etiquete a su hijo(a). No permita que le escuche decir "Él es tímido" o "Ella es mandona." Él/ella solamente tratará de mantener esa expectativa. Déjele saber que puede lograr lo que quiera.
 12. Felicite a su hijo cuando se lleve bien con otros y por manejar situaciones sociales difíciles. Esto le ayudará a tratar de realizar estas conductas deseables de nuevo en el futuro.
 13. Dé un buen ejemplo. Resalte las situaciones en las que usted ha compartido con sus amigos, ha esperado su turno, colaborado, etc.

Recursos

Los Niños en Su Casa de KCET (y *A Place of Our Own* en Inglés) es una serie de televisión diaria, un sitio en la red y un programa de alcance extensivo dedicado a las necesidades únicas de las personas que cuidan a niños. <http://losninosensucasa.org/>

National Association for the Education of Young Children
<http://sales.naeyc.org/default.aspx?Category=CSpanish> Tiene una lista de libros sugeridos, información de cómo escoger una guardería para niños, etc.

Zero to Three es una organización dedicada al promover el desarrollo de los niños de 0 a 3 años y aquí puede encontrar recursos en español.
https://secure2.convio.net/zttcfm/site/Ecommerce?store_id=1121&VIEW_CATALOG=true&FOLDER=1006&TYPE=&NAME=

Este sitio contiene una lista de libros de cuento en español
<http://www.parentsasteachers.org/site/apps/s/content.asp?c=ekIRLcMZJxE&b=289389&ct=1705151>