

SER UN(A) ALIADO(A)

Folleto para el Cuidador



Lo que su hijo(a) aprendió esta semana:

Habilidades:	Contenido:
<ul style="list-style-type: none">• Comunicación• Cooperación• Pensamiento crítico• Resiliencia	<ul style="list-style-type: none">• Cómo reconocer la injusticia• Resolución de problemas• Cómo identificar errores• Cómo contar y hacer sumas sencillas

Actividades para la casa para reforzar los objetivos de aprendizaje de esta semana:

- **Háblele sobre la empatía:** converse sobre la empatía con su hijo(a). Después de ver un programa o película o leer un libro, pregúntele a su hijo(a) cómo cree que se sentía un personaje durante un momento difícil y un momento de celebración. Pídale que piense en cómo se sentiría si hubiera sido ese personaje durante esos momentos.
 - Molly Bang escribió unos libros increíbles que muestran cómo un niño pequeño lidia con emociones fuertes.
- **En una salida:** pídale a su hijo(a) que preste atención la próxima vez que esté haciendo un mandado o cuando esté en el parque. Pídale que observe lo que otras personas podrían estar sintiendo. Algunos ejemplos son:
 - “¿Escuchas llorar al bebé? ¿Cómo crees que se siente? ¿Cómo te sientes cuando lloras? ¿Qué te haría sentir mejor?”
 - “¿Ves a esa persona con su perro? ¿Cómo crees que se siente? ¿Cómo te sientes cuando estás jugando con una mascota?”
- **Ayúdelo(a) a hablar sobre sus sentimientos:** la próxima vez que su hijo(a) acuda a usted porque se siente triste o enojado(a), pregúntele cómo se siente. Pregúntele si puede nombrar lo que está sintiendo.
 - Modele respuestas empáticas como: “Eso suena muy difícil. ¿Qué te ayudaría a sentirte mejor?”
 - Asegúrese de también hacer lo mismo cuando se sienta feliz y emocionado(a). Las respuestas empáticas en este caso podrían ser: “¡Eso suena divertido! ¿Qué más te hace sentir así?”

Libros recomendados para leer con su hijo(a) para reforzar los objetivos de aprendizaje de esta semana:

- **Ahora me llamo Luisa: una tierna historia sobre el género y la Amistad** [Por] Jessica Walton (Algar Editorial, 2017) Martín y su osito Luis juegan cada día. Muchas veces los acompaña su amiga Ada. Pero un día, el osito está triste. ¿Niño o niña? Solo uno mismo sabe que es y cómo se siente, y ante eso, lo más importante de todo es la amistad. Una historia conmovedora, dulce y tierna sobre ser uno mismo.