



LA IMPORTANCIA DE HABLAR SOBRE CÓMO SE SIENTEN

La comunicación es fundamental en el desarrollo emocional y social de los niños. Enseñarles a expresar sus sentimientos y a pedir ayuda cuando la necesiten puede marcar una gran diferencia en su bienestar emocional y en su capacidad para relacionarse con los demás. Es importante que los padres y los educadores fomenten la comunicación abierta y efectiva en los niños desde temprana edad.

Fomentar la expresión de sentimientos:

Los niños a menudo tienen dificultades para expresar sus sentimientos y emociones. Los padres y educadores pueden fomentar la expresión de sentimientos enseñándoles palabras para describir sus emociones y brindando un espacio seguro para que puedan hablar sobre cómo se sienten.



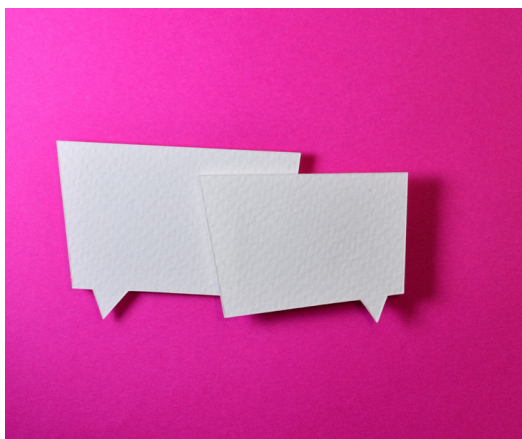
Promover la empatía y la comprensión:

Enseñar a los niños a reconocer y comprender las emociones de los demás es fundamental para desarrollar habilidades sociales. La empatía y la comprensión también les ayudarán a comunicarse mejor con los demás y a pedir ayuda cuando la necesiten.

Enseñar a pedir ayuda:

A veces, los niños pueden sentir que pedir ayuda es una señal de debilidad. Es importante que los padres y los educadores les enseñen que pedir ayuda es una señal de fortaleza y que pueden hacerlo sin temor a ser juzgados.





Practicar la comunicación efectiva:

La práctica hace al maestro, por lo que es importante que los niños practiquen la comunicación efectiva con frecuencia. Los padres y los educadores pueden proporcionar oportunidades para que los niños pongan en práctica la comunicación asertiva, como por ejemplo, el juego de roles o búsqueda de soluciones en situaciones hipotéticas.



Enseñar a los niños la importancia de hablar sobre cómo se sienten y pedir ayuda cuando la necesiten es fundamental para su bienestar emocional y desarrollo social. Los padres y los educadores pueden ayudar a los niños a desarrollar habilidades de comunicación efectivas que les permitan expresar sus emociones y relacionarse de manera saludable con los demás.

RECURSOS PARA FAMILIAS



Cómo expresan los niños sus sentimientos y cómo los podemos ayudar

La acción más importante que los padres pueden practicar para el desarrollo emocional de sus hijos pequeños es la formación del vínculo.

[**Accede al recurso**](#)

Esta iniciativa forma parte del Proyecto Avanzar, que acompaña al colegio este año.