



Competencias sociales y convivencia



Queridos Padres de Familia:

Junto con los profesores, los padres son las personas que más influyen en las habilidades socioemocionales de sus hijos, quienes aprenden sobre todo imitando y copiando. Los integrantes de la familia, y especialmente los padres, son modelos de suma importancia para **afrentar de forma competente los conflictos** que se presentan en el día a día. En este comunicado les contamos cómo pueden ayudar a sus hijos a **desarrollar la empatía** y de qué manera en el Colegio estamos contribuyendo a esto.

Ya hemos comenzado con la unidad "Fomento de la empatía" del programa Faustlos, en la que los niños aprenderán mucho sobre las emociones y cómo reconocerlas.



Trabajaremos de manera lúdica para que comprendan que:



Las personas pueden tener emociones diferentes (por ejemplo, un niño puede tener miedo de trepar a un árbol, mientras que a otro le puede parecer muy divertido).



Las emociones pueden cambiar. (Por ejemplo: un niño puede sentirse ansioso al comenzar un examen, pero momentos más tarde se da cuenta que está bien preparado y se siente seguro).



Algunas cosas suceden intencionalmente y otras accidentalmente. Por tanto, es importante disculparse, cuando, por ejemplo, hemos hecho enojar a alguien.

Además, practicaremos con los niños a:



- 1 Predecir las emociones de los demás ("Si le quito la pelota a Sofía, ella podría ponerse triste").
- 2 Expresar nuestros sentimientos ("Me siento triste cuando te vas").
- 3 Escuchar a los demás.



Ideas para desarrollar la empatía en casa:

1

Jueguen a "Yo me siento ... cuando ...", inventando diferentes situaciones y emociones. Por ejemplo: "Yo me siento **enojado** cuando alguien toma mi juguete sin pedirme permiso".

2

Cuando lean un libro, hablen sobre cómo se sienten los personajes de la historia y si ustedes y sus hijos alguna vez se han sentido de la misma manera.

3

Cuando los niños muestren una emoción, ayúdenlos a describir y nombrar esa emoción ("Veo que frunces el ceño. ¿Cómo te sientes?").



Prestando atención a las emociones de sus hijos y hablando sobre ellas, sus hijos se sentirán comprendidos y podrán, a su vez, entender mejor las emociones de los demás.

Esperamos que disfruten en familia de las actividades propuestas.

Saludos cordiales,

Directores de Grupos de 1°, 2° y 3°

