

Hablando de las Emociones

El lenguaje y las interacciones son clave para **notar, expresar** y **manejar** los sentimientos y las emociones, y son una parte importante del desarrollo de habilidades socioemocionales.

Bebés

Están **notando** cómo les hace sentir todo.



- Responda a sus emociones y sentimientos.
- Hable sobre lo que está sintiendo.
- Modele respuestas apropiadas a las emociones.

Preescolares

Están aprendiendo **a gestionar** sus sentimientos y emociones.

- Modele formas saludables de afrontar sentimientos y emociones fuertes.
- Apoye las interacciones entre pares.
- Practique vocabulario y estrategias para calmarse con regularidad.



Niños pequeños

Están empezando **a comprender** y **expresar** sus sentimientos y emociones.

- Identifique y etiquete emociones para usted y para ellos.
- Valide sus sentimientos.
- Proporcione palabras descriptivas para ayudar a los niños a solucionar desafíos y resolver conflictos.



Descargue más recursos en:

LENA.org/resources