



# ¡Los abuelos son maravillosos!

Cuidar del desarrollo social y emocional de los niños

Ya sea que usted esté cuidando a su nieto con regularidad o que estén en contacto a distancia, probablemente se esté preguntando ahora más que nunca acerca de las necesidades sociales y emocionales de su nieto. La pandemia ha sido dura para todos y la mayoría de los pequeños han perdido momentos importantes con sus compañeros y con la comunidad del aula.

Pero hay muchas cosas que usted, como adulto clave en la vida de sus nietos, puede hacer para ayudarlos a explorar y manejar los sentimientos y para desarrollar las habilidades sociales que los ayudarán en la escuela y en la vida.

## Leer y escribir

- Léales cuentos y señale las expresiones faciales y el lenguaje corporal de los personajes, y pregunte por qué se sienten así. Enséñeles palabras nuevas que describan el sentimiento (si un personaje está asustado, usted podría decirles “otra palabra para asustado es temeroso; aterrorizado significa muy asustado”).
- Cuando los niños parezcan estar abrumados por grandes sentimientos, comience un cuento y escríbalo sobre la marcha. (“Hagamos un cuento sobre un conejo que estaba enojado. El conejo movió la nariz y dijo ‘Estoy muy enojado porque alguien se llevó mi zanahoria...’”). Túrnense para agregar oraciones hasta que uno de ustedes diga “¡fin!”.

## Hablar y escuchar

- Pídale a su nieto que le cuente lo mejor y lo peor que tuvo en el día. Hablen sobre lo que podrían hacer para que las cosas sean menos difíciles la próxima vez.
- Si su nieto extraña a un amigo, pídale que le cuente en detalle todas las cosas que le gustaría hacer con su amigo. Escriba las ideas para que se sienta escuchado y sugiérale que las comparta con el amigo.
- Recuerde que los nietos les cuentan cosas a los abuelos que no les cuentan a los padres, por lo que usted puede notificar a los padres cuando lo considere necesario.



## Caras de sentimientos

Túrnense para dibujar caritas que muestren diferentes emociones, adivinar el sentimiento y describir un momento en que cada uno se sintió de esa manera. Pueden también mirar fotos de la familia y hacer lo mismo.





# Tiempo para estar juntos

Pregúntele a su nieta qué cosa especial le gustaría hacer junto con usted, luego exprésele también sus ideas. Quizás tu nieta quiera mostrarle el patio de la escuela y quizás usted quiera enseñarle una receta de cocina familiar. Haga una lista de las ideas y elijan una para hacerla pronto.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Recursos

Si usted es el cuidador principal de su nieto o está desempeñando un papel importante en su crianza, usted sabe que ese es un trabajo desafiante. Estos recursos y materiales lo pueden ayudar:

- Mire el video **Del cero al tres** para abuelos, y otros más.
- Lea **Guía para abuelos** de AARP.
- **Generaciones unidas** y **Grandfamilies.org** ofrecen ayuda nacional para los abuelos.

Para más recursos visite [SesameStreetInCommunities.org/espanol/](https://SesameStreetInCommunities.org/espanol/)