



IDEA DE FIVE FOR FAMILIES

## Use libros para explorar los sentimientos

Los libros y los cuentos pueden enseñar a los niños mucho sobre los sentimientos, ya sea un libro con ilustraciones o un cuento que usted solo inventa. Además, acurrucarse junto a sus hijos durante el momento de contar cuentos también los ayuda a sentirse conectados y valorados.

**Etiquete los sentimientos:** Ayude a los niños a identificar las expresiones de los personajes, como las sonrisas, una cara arrugada o lágrimas y conéctelas con los nombres de las emociones – felicidad, enojo, tristeza.

**Practique responder a los sentimientos de los demás:** “¿Qué dirías si tu amigo perdiera su juguete?”

**Adopte la perspectiva de otro:** Ayude a su hijo a colocarse en el lugar del personaje. “¿Cómo se siente la niña cuando su mamá llega a casa?”

**Hable de los rasgos de la personalidad con niños más grandes:** Hable sobre las formas en las que los personajes muestran la amabilidad, la tontera o la persistencia.