

El Camino Hacia Construyendo Habilidades Sociales

Una de las habilidades más importantes para los niños es como socializarse y llevarse bien con los demás. Las habilidades sociales ayudan a crear conexiones con los demás e impactan todos los aspectos de la vida.



¿Qué habilidades están involucradas con las habilidades sociales?

No Verbal - expresión corporal, contacto visual, espacio personal, expresiones faciales

Verbal - saludos, comenzar/acabar conversaciones, hacer preguntas, satisfacer necesidades/deseos, resolver conflictos

Soporte - familia, amistades, escuela, figuras de autoridad, empleo, miembros de la comunidad

Pragmática del lenguaje/Conversaciones Sociales - hola/adios, como esta? por favor/gracias, de nada, etc

Pensamiento - percepciones, tomando decisiones, autocontrol, normas sociales, comportamientos diferentes para varias situaciones

Cómo Enseñar las Habilidades Sociales:



Enseñar, Dar Ejemplos y Practicar:

- Identificar cuáles habilidades necesitan ser desarrolladas
 - Determinar qué pasos tomar para crear esas habilidades
 - Practicar en diferentes ambientes:
 - con la familia, en restaurantes, en tiendas, la escuela, etc.
 - Intervenir para dar instrucciones a su hijo/a y girar por ejemplo

- Piense sobre sus fortalezas/debilidades en sus habilidades sociales (adultas)
- Comenzar donde esté su hijo/a
- Intérprete situaciones sociales con su hijo/a para practicar
- Recordarles a usar ciertas habilidades antes de entrar a una situación social
- Busque momentos de enseñanza para educar a su hijo/a sobre habilidades apropiadas
- Refleje sobre que sirvió y que no con su hijo/a después de la situación
- Explicar y platicar sobre que son la burlas y acosos (bullying)
- Motivar, celebrar y ser positivo
- Reconocer ejemplos buenos/malos - videos, en persona, libros, etc

Sugerencias

- El ambiente en el hogar es importante para desarrollar estas habilidades; no se lo deje a la escuela o terapeuta
- Crear oportunidades sociales para su hijo/a - no espere a que otros inviten a su hijo/a a una fiesta
- Investigue sugerencias en línea para ayudar a desarrollar habilidades sociales
- Limite el tiempo que su hija/o tenga frente las pantallas durante eventos sociales solo que el niño/a necesite el aparato para comunicarse
- Ayude a su hijo/a a escribir cartas de agradecimiento
- Para mas ideas:
 - Use historias sociales - en línea, libros o crear unos
 - Use videos en YouTube
 - Acceder oportunidades en la comunidad - bibliotecas, parques, programas de recreación
 - Usar intervenciones de comportamiento positivos en la escuela
 - Libros/Enlaces

-[Thinksheets for Teaching Social Thinking and Related Skills](#) by Michelle Garcia Winner

-www.verywellfamily.com

-www.childrenscolorado.org/conditions-and-advice/parenting

-[Life Skills for Kids: How to Cook, Clean, Make Friends, Handle Emergencies, Set Goals, Make Good Decisions and Everything in Between](#) by Karen Harris