

Comprender y responder  
afirmativamente al comportamiento de  
mi hijo



Learning  
Alliances

Teaneck Public Schools

May 25, 2022

7:30 PM



## Objetivos del taller :

- ✓ Definir comportamiento
- ✓ Explicar por qué se produce un comportamiento inapropiado.
- ✓ Discutir la Disciplina Positiva
- ✓ Aprenda estrategias para prevenir y responder a los desafíos de comportamiento
- ✓ Comprender los síntomas y desencadenantes de la ansiedad de fin de año, la fiebre de primavera y los colapsos de verano



# ¿Cómo se aprenden los comportamientos??

## Acondicionamiento:

Asociar un comportamiento con una respuesta o estímulo específico

## Modelado:

Repitiendo lo que observan





## Emociones Impacto Comportamiento :

- Ser capaz de regular las emociones es parte del desarrollo normal, pero no todos los niños se desarrollan al mismo ritmo.
- La mayoría de los niños han aprendido a manejar sus emociones de manera adecuada antes de los 9 años. También han desarrollado habilidades lingüísticas para expresar sentimientos como la frustración y la ira y han aprendido a negociar.
- El comportamiento inapropiado ocurre cuando los niños están abrumados por sus emociones y no pueden entender, expresar o manejar esas emociones.





## Determinar la causa:

- ¿Es el comportamiento negativo de su hijo un intento de llamar su atención?
- ¿Hay algo más que les está molestando que les está causando que actúen de manera inapropiada?
- ¿Alguien los está tratando de manera inapropiada?





# Entiende a tu hijo ...

**Anime a su hijo a hablar sobre sus emociones:**

- Hablar de sus sentimientos puede reducir su ansiedad.
- Hablar y escuchar lo ayudará a comprender lo que sucede en la vida de su hijo.
- Cuando comprende a su hijo, puede ayudarlo mejor a manejar sus ansiedades o encontrar soluciones a los problemas.
- **Reconozca los sentimientos de su hijo:**
- Las emociones de su hijo son reales.
- Es importante reconocer las emociones de su hijo y validar sus sentimientos.
- Díales que está seguro de que pueden manejar los desafíos y, si necesitan ayuda, está allí para guiarlos.





## Esperamos desarrollar lo siguiente en nuestros niños :

- ✓ Control de los impulsos
- ✓ Resolución del problema
- ✓ Habilidades de negociación
- ✓ Expresión lingüística de deseos y necesidades.
- ✓ Expectativas de ciertas situaciones.





# Practique la Disciplina Positiva:

1. Comprende a tu hijo
2. Ayuda a tu hijo a ser consciente de sus emociones
3. Validar sus sentimientos
4. Sea un modelo a seguir positivo para su hijo
5. ¡Establezca metas y expectativas de comportamiento, haga un plan y manténgalo!
6. ¡Sé firme en tus decisiones, límites y reglas, pero hazlo con amor!







## Practique la disciplina positiva (continuación):

7. Hable con su hijo a menudo
8. Concéntrese en las soluciones en lugar de los problemas e involucre a su hijo en el proceso
9. Dirigir la atención a la conducta o acción y no a la persona
10. Cuando sea necesario, dales una consecuencia sin intimidarlos





# Ayudando a mi hijo a desarrollar un comportamiento valiente :

## Anime a su hijo a usar :

- Diálogo interno positivo, por ejemplo, 'Puedo manejar esto. He estado en situaciones como esta antes.
- Autocompasión: por ejemplo, 'Está bien si hago esto de manera diferente a otras personas. De esta manera funciona para mí.
- Asertividad: por ejemplo, "Necesito ayuda con este proyecto".





## Desarrolle un plan para responder al comportamiento de su hijo...

Esté alerta y tenga un plan para intervenir rápidamente ...

1. Decida un sistema de comunicación (verbal y no verbal)  
Pídale a su hijo que use señales con usted cuando se sienta ansioso, frustrado o molesto.
2. Identifique un "espacio seguro" al que su hijo pueda escapar cuando se sienta ansioso, estresado o irritado y necesite "refrescarse".
3. Ayúdelos a identificar a una persona de contacto en la escuela para un breve "registro" (5 a 10 minutos). Esta persona puede ayudar a su hijo a disipar preocupaciones o pensamientos negativos y practicar ejercicios de relajación antes de regresar a clase.
4. Ayude a su hijo a identificar a una persona clave fuera de la escuela para hablar sobre sus sentimientos.  
Puede ser un padre, un hermano mayor, un pariente, un mentor o un consejero.





## Reconozca los intentos de su hijo :

¡Cualquier intento de comportamiento positivo, o incluso el esfuerzo del niño hacia este comportamiento debe ser reconocido, valorado y alentado!

¡ Dale crédito a tu hijo por intentarlo!





## Mantenga la calma ...

Nuestro tono de voz y nivel de agitación motriz pueden servir como modelos de calma o nerviosismo para los niños.

Use un tono de voz firme pero de bajo volumen para regular su comportamiento.





## Dale a tu hijo opciones :

- ¿Pelará zanahorias o cortará brócoli para la cena?
- ¿Comenzará su tarea antes de comer un refrigerio o después de terminar?
- ¿Pondrás la mesa o recogerás los platos?
- ¿Sacarás la basura cuando llegues a casa de la escuela o después de la cena?
- Cuando ayudes a lavar la ropa, ¿doblarás camisas o combinarás calcetines?





## Sea resiliente y recupérese :

- Las personas resilientes tienden a ser flexibles.
- La resiliencia es la capacidad de enfrentar los desafíos con valentía y recuperarse rápidamente de los contratiempos.
- Cuando su hijo se porte mal, aborde la situación con calma, establezca las consecuencias y siga adelante. No insistir en el incidente.





# Fiebre de primavera!

- El diccionario Webster define la fiebre primaveral como "un sentimiento de pereza o inquietud que a menudo se asocia con el inicio de la primavera".
- Después del invierno, las flores de primavera comienzan a florecer, hace un poco más de calor afuera y los días son un poco más largos. ¡Queremos estar afuera! Esta es la "fiebre primaveral" y todos la hemos experimentado en algún momento y en diversos grados.
- La fiebre de la primavera es real y se la conocía como "enfermedad de la primavera" en los años 1700 y 1800. Esta fue una enfermedad primaveral que involucró fatiga, dolor de huesos y mala cicatrización de heridas, entre otras enfermedades. Como tratamiento se utilizaron remedios que incluían frutas y verduras que contenían vitamina C.







## Síntomas de la fiebre de primavera:

- Los sistemas biológicos actúan
  - Mayor energía y productividad.
  - Del pesimismo al optimismo
  - Positividad, súper amabilidad.
- 
- (Común entre las personas con trastorno afectivo estacional)

Winter



Spring





# Prevención de crisis de verano ...

- Esté preparado con un “Juego de herramientas” de verano
- Mantenga una mochila llena de refrigerios, agua, un libro de actividades, marcadores, lápices de colores, papel, libros, un juguete favorito.
- Lleve una toalla refrescante o bolsas de hielo en una bolsa aislada
- Crear una búsqueda del tesoro
- Apégate a las rutinas
- Utilizar proyectos creativos: pintar, dibujar, escribir
- Practique un deporte, vaya de excursión, ande en bicicleta, nade, cree arte en la acera, etc.
- Busque ayuda académica adicional para prevenir “The Summer Slide”





# ¡Hora de verano!

- ¡Ayuda a tu hijo a quemar energía! ¡Saca esa energía! Compre algunos materiales de arte y pinte o dibuje afuera.
- Anímelos a hacer ejercicio.
- Inscríbete en un deporte de primavera/verano.
- Apúntate al campamento de verano. Ayude a su hijo a investigar qué tipo de campamento o campamentos le interesan.
- Permítales que lo ayuden a recopilar información y lo ayuden a planificar sus vacaciones de verano.
- Fomentar el senderismo, correr, andar en bicicleta
- Organízate: haz que te ayuden a organizar un armario, sus dormitorios, el garaje, el sótano. Deseche los útiles escolares que ya no necesiten o que ya no funcionen y reemplácelos por los que sí funcionan.





# Voluntario durante el verano ...





# Encuentra un trabajo de verano ...





# Campamento de verano!

Hay campamentos para niños interesados en ...

- STEM
- Arte
- Drama
- Deportes
- Campamento bíblico (Escuela bíblica de vacaciones)
- Campamentos de viaje
- Campamento al aire libre






# Programas de verano en Teaneck :

TPS' Summer Camp – Camp K

<https://www.teaneckschools.org/SummerCampProgramCampK.aspx>



**Camp K**

Looking for a summer camp experience that offers fun, enrichment and personal growth in a safe, nurturing environment? Then sign your kids up for CAMP K!

CAMP FEES – KINDERGARTEN – GRADE 4			
RESIDENTS		NON-RESIDENTS	
Session/s	Total Fee	Session/s	Total Fee
6 weeks	1,775.00	6 weeks	1,850.00
2 weeks/1 session	785.00	2 weeks/1 session	845.00
Registration Fee	25.00	Registration Fee	25.00

CAMP FEES – GRADE 5 & 6			
RESIDENTS		NON-RESIDENTS	
Session/s	Total Fee	Session/s	Total Fee
6 weeks	1,875.00	6 weeks	1,950.00
2 weeks/1 session	845.00	2 weeks/1 session	905.00
Registration Fee	25.00	Registration Fee	25.00

**Camp Kookooskoos 2022**  
 Dates: Monday, June 27 - Friday, August 5  
 (no camp Monday, July 4th)  
 Location: Hawthorne School  
 Time: 8:30 am - 4:30 pm  
 Before/After Care: Available  
 Ages: Kinder through Grade 6

AM & PM EXTENDED CARE PROGRAM FEES					
AM ONLY FEE		PM ONLY FEE		BOTH AM & PM FEE	
Session	Total Fee	Session	Total Fee	Session	Total Fee
6 weeks	175.00	6 weeks	325.00	6 weeks	450.00
2 weeks	75.00	2 weeks	150.00	2 weeks	200.00


KOSHER MEAL PLAN  
 2 WEEKS/1 SESSION: 70.00      6 WEEKS: 200.00

Teaneck Public Schools' **Camp K** offers sports, arts & crafts, science, music, drama, swimming, special events, and more! Our camp is run by a caring and enthusiastic professional staff of teachers, college students, and high school seniors. **This year, we are bringing back off site trips too!**

Lunch and Snacks Included!

To register online: <https://tinyurl.com/tpscampk>

For more information contact Claire Drootin 201-833-5534  
 cdrootin@teaneckschools.org




**TEANECK**  
**SPORTS & ARTS**  
**CAMP 2022**

MAKE NEW FRIENDS!      CREATE ART PROJECTS!      PLAY SPORTS!

PLAY GAMES!      EXPLORE SCIENCE!      HAVE FUN!

Presented with the "Excellence In Innovative Programming" Award by Bergen County Department of Parks



Please call (201) 837-7130 or e-mail us at [recreation@teanecknj.gov](mailto:recreation@teanecknj.gov) for further information or if special accommodations are needed.

**GRADES 4-8**



# Biblioteca pública de Teaneck: organiza eventos para familias, adolescentes y niños pequeños:

[www.teanecklibrary.org](http://www.teanecklibrary.org)



**TEANECK PUBLIC LIBRARY**  
Spring 2022

Something For Everyone!

WHAT'S NEW ..... PAGE 3  
ADULT EVENTS ..... PAGE 4  
TEEN EVENTS ..... PAGE 6  
CHILDRENS EVENTS ..... PAGE 7

## NEWSLETTER

Welcome To The New Normal!

- Reinstatement of chairs and other seating throughout the library.
- Removal of time limits placed in effect during the pandemic.
- Return of in-person programs and events.

**Our ever popular Music on a Sunday Afternoon (aka Sunday concerts), sponsored by the Friends of the Teaneck Public Library is returning!**

We invite our Friends to stop by the Reference Desk and show your membership card on the **Wednesday/Thursday** prior to the Sunday concert to receive your ticket for the concert. Then, don't forget to bring the ticket with you for the performance!

Our Teaneck community is welcome to our Sunday concerts, on a first-come, first-served basis.

**The library opens at 1 PM on Sundays. The concert starts at 2 PM.**

*We look forward to seeing you!*

There will be limited seating capacity in the Auditorium, to ensure social distancing. Masks are still required.

### Sunday Concerts

APRIL - JUNE 2022 840 TEANECK ROAD, NJ 07666 | 201.837.4171

View the full newsletter here:

[Teaneck Library Newsletter Spring 2022](#)





# Las últimas semanas de clases ...

- Recuérdeles (y anímelos) que estamos casi en la meta.
- ¡Mantenga vivas las rutinas, las expectativas y la estructura!
- Revisar objetivos
- Recompénsalos al final.





# Preguntas





## Referencias

[APA - Anxiety Topics](#)

[ADAA anxiety facts and statistics](#), Anxiety and Depression Association of America

[Investing in anxiety and depression treatment](#), World Health Organization

[Children's Hospital= Anxiety Treatment](#)

[RaisingKids.Au.Net](#)

[Anxiety Support-COVID](#)

[Weareteachers.com](#)



Learning  
Alliances