

PARENTING COMMUNITIES

Financiado por el Millage de la primera infancia del condado de Leelanau de 2019

Los factores protectores: Competencia social y emocional en los niños

Los Factores Protectores son fortalezas que todas las familias tienen y que basadas en ese soporte construyen niños y familias resilientes y prósperos. Estos son: resiliencia de los padres de familia, conexiones sociales, conocimiento sobre crianza y desarrollo infantil, apoyo concreto en tiempos de necesidad y competencia socio/emocional en los niños. Estos factores ayudan a reducir el estrés, mejorar el bienestar y la relación positiva entre padres e hijos que son la base para un desarrollo saludable. Este mes nos enfocaremos, en **Competencia socio-emocional**

Los padres pueden apoyar el desarrollo socioemocional de sus hijos nombrando y validando sus sentimientos, practicando la co-regulación mientras los niños aún están desarrollando la capacidad de comprender y regular sus emociones. Ser la calma en su tormenta es la clave para guiar a los niños pequeños a través de sus sentimientos. Si desea hablar más sobre este tema o tiene alguna inquietud, las visitas domiciliarias son una gran oportunidad para explorar el desarrollo socioemocional.

HISTORIAS
DENTRO DE ESTA
EDICION

- FACTORES PROTECTORES**
PAG 1
- IMPORTANCIA DE LA SALUD MENTAL**
PAG 2
- CELEBRACION DEL DIA DE LA MADRE**
PAG 2
- GRUPOS DE JUEGO**
PAG 3
- CALENDARIO DE EVENTOS**
PAG 4



El Desarrollo de la competencia socio-emocional en niños se refiere a las interacciones entre la familia y el niño que ayudan a los niños a comprender y regular sus emociones, comunicarse con claridad, formar y mantener relaciones.

0 – 3 Meses	4 – 6 Meses	7 – 9 Meses	10 – 12 Meses
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Comienza a sonreír en respuesta a sus cuidadores, lo que también se llama una sonrisa social <input type="radio"/> Desarrolla más expresiones faciales y corporales <input type="radio"/> Puede tranquilizarse a sí mismo brevemente, p.ej. chupándose el dedo <input type="radio"/> Reconoce que se están divirtiendo y puede llorar si se detiene el juego <input type="radio"/> Hace contacto visual y mira a las personas mientras interactúa con ellas 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Generalmente está contento cuando lo rodean cuidadores alegres <input type="radio"/> Responde a algunos movimientos y expresiones faciales, y los copia <input type="radio"/> Desarrolla una conciencia de su entorno y expresa el deseo de participar, p.ej. golpeando objetos o juguetes 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Puede mostrar ansiedad alrededor de las personas extrañas <input type="radio"/> Disfruta de juegos sencillos como "esconder el rostro" <input type="radio"/> Aprende el significado de las palabras cuando se utilizan continuamente <ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Disfruta mirándose al espejo <input type="radio"/> Se vuelve más "pegajoso" al dejar al cuidador; p.ej. trata de alcanzar al cuidador cuando otra persona lo carga 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Intenta mostrar independencia; p.ej. al gatear para explorar o al rechazar alimentos <input type="radio"/> Puede mostrar temor cuando está cerca de personas y objetos desconocidos <input type="radio"/> Intenta llamar la atención repitiendo sonidos y gestos <input type="radio"/> Disfruta imitando a las personas en el juego
1 – 2 Años	2 – 3 Años	3 – 4 Años	4 – 5 Años
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Exhibe comportamiento desafiante para establecer su independencia; p.ej. haciendo rabietas <input type="radio"/> No entiende lo que piensan o sienten los demás y cree que todo el mundo piensa como él; p.ej. se enoja cuando ya no es el centro de atención <input type="radio"/> Disfruta al estar cerca de otros niños, pero todavía no es capaz de compartir fácilmente <input type="radio"/> Puede jugar de forma independiente durante breves períodos de tiempo 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Copia a otros en tareas más complejas; p.ej. la limpieza, cocina, cuidado personal <input type="radio"/> Demuestra afecto hacia los amigos <input type="radio"/> Muestra una creciente variedad de emociones <input type="radio"/> Se enoja cuando hay grandes cambios en la rutina <input type="radio"/> Parece preocupado por sus propias necesidades e incluso puede actuar "egoístamente" 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Comienza a cooperar más con los demás durante el juego; p.ej. al compartir juguetes <input type="radio"/> A veces puede resolver conflictos con otros niños; p.ej. tomando turnos en pequeños grupos <input type="radio"/> Utiliza palabras para comunicar necesidades en vez de gritar, agarrar o lloriquear <input type="radio"/> Se hace más independiente en las actividades cotidianas; p.ej. puede elegir su propia ropa 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Tiene amistades más desarrolladas y tal vez incluso un "mejor amigo" <input type="radio"/> Es más cooperativo con las reglas <input type="radio"/> Entiende los sentimientos de los demás y es sensible a ellos <input type="radio"/> Entiende la diferencia entre la vida real y la fantasía <input type="radio"/> Tiene cambios de actitud; p.ej. a veces exige y a veces coopera

Recuerde corregir la edad del niño si es prematuro.

Por favor visite a www.Pathways.org para encontrar más GRATIS recursos sobre el desarrollo del niño.

"Desarrollo Socio emocional por edad"
Pathways.org



La Salud Mental importa

Como padres, es importante aprender a apoyar nuestra salud mental para que podamos estar presentes y relacionarnos con nuestros hijos de manera positiva que nos beneficie a nosotros y a nuestros hijos. Todos experimentamos desafíos en la vida que pueden tener un impacto en cómo nos mostramos a nosotros mismos y a nuestros hijos. Es importante reflexionar, abordar y buscar apoyo cuando sea necesario para cuidar nuestra salud y bienestar mental.



Que es la Co-regulación?

En los primeros años de vida, el cerebro de los niños se desarrollan a un ritmo acelerado, como en ningún otro período de la vida. Los bebés nacen con poca capacidad para autorregularse o manejar sus pensamientos, sentimientos y acciones. Los padres pueden ayudar a los bebés a través de un proceso llamado correulación.

Desde la infancia, los padres pueden ayudar a sus hijos a manejar las emociones a través de la co-regulación usando una voz suave y tranquila, expresiones faciales y lenguaje corporal tranquilizadores, paciencia y validando las emociones del niño. Responder a los fuertes sentimientos de nuestros hijos con cuidado y sintonía les ayuda a desarrollar la capacidad de autorregulación que les ayudará durante toda la vida. Ningún padre es perfecto, pero luchar por la correulación durante los momentos estresantes al menos el 30 % del tiempo beneficiará a los niños de manera significativa.

También es importante como padres reconocer nuestros propios factores desencadenantes y emociones en momentos de estrés. Podemos modelar la autorregulación cuidándonos a nosotros mismos: mente, cuerpo y espíritu.

Recursos

Parenting Communities ofrece visitas domiciliarias, contamos con una trabajadora social que puede reunirse con usted para discutir las inquietudes que pueda tener. También podemos hacer referencias para asesoramiento y otros recursos.

Community Connections es un programa gratuito que brinda asistencia para conectarse a recursos para adultos, niños y familias. www.bldhd.org/community-connections

Alianza de apoyo perinatal es una alianza de terapeutas que ofrecen un grupo de apoyo para cualquier persona en su proceso de embarazo y crianza. www.perinatalsupportalliance.org

Lineas de ayuda telefonica en crisis.

- Abuso de Sustancias y Servicios de Salud mental: 1-800-662-HELP (4357)
- Crisis Text Line: Text HOME al 741741
- Prevención al suicidio Lifeline: 1-800-273-8255
- Violencia Domestica: 1-800-799-7233
- Experimentando falta de vivienda: 1-844-900-0500
- United Way: 2-1-1



Celebrando el dia de las madres !

Feliz dia de las madres a todas nuestras Mamitas de Parenting Communities!

Mamá- tu estas haciendo un excelente trabajo educando la siguiente generación. Nosotras esperamos que te sientas amada y apreciada y que puedas tener un tiempo para ti misma, para honrar el papel especial como madre y volver a recargar tus energias.

Con amor,
Grupo de Parenting Communities



MAY/MAYO 2022 PLAYGROUPS!



PARENTING
COMMUNITIES

For Leelanau families with children ages 0-6
Para familias de Leelanau con niños de 0-6 años

funded by the Leelanau
Early Childhood Millage

GLEN LAKE COMMUNITY REFORMED CHURCH
TUESDAYS/MARTES (MAY/MAYO 3, 10, 17, 24, 31)
10-11AM

NORTHPORT MARINA (RAIN LOCATION TRINITY CHURCH)
WEDNESDAYS/MIERCOLES (MAY/MAYO 4, 11, 18, 25)
10-11AM

LELAND LIBRARY *SE PUEDE ATENDER EN ESPAÑOL
THURSDAYS/JUEVES (MAY/MAYO 5, 12, 19, 26)
10:30-11:30AM

SUTTONS BAY-BINGHAM DISTRICT LIBRARY
FRIDAYS/VIERNES (MAY/MAYO 6, 13, 20, 27)
10-11AM

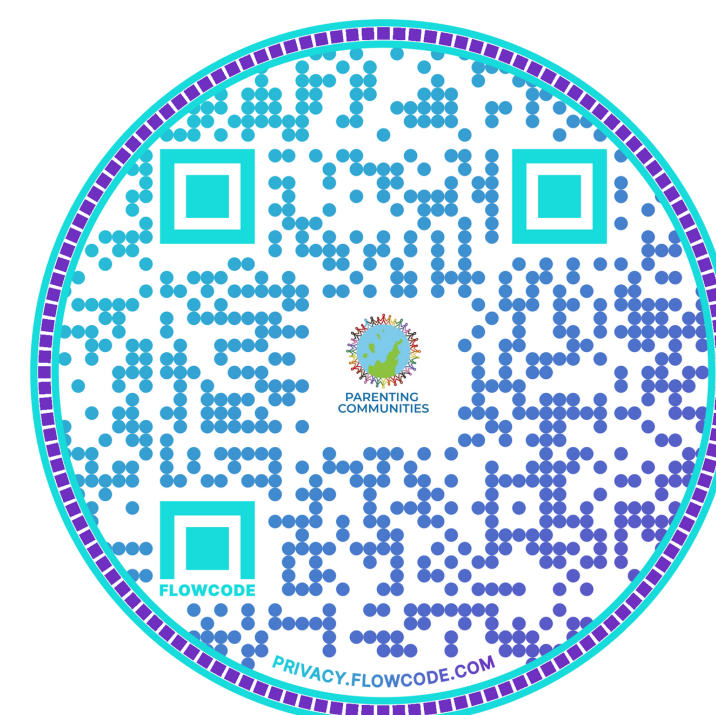
HELPING US ALL BE THE PARENTS
WE DREAM OF BEING



 @PCLeelanau

 @parentingcommunities

 www.bldhd.org/Parenting-communities



May/Mayo 2022



Parenting Communities Calendar/Calendario

SUNDAY DOMINGO	MONDAY LUNES	TUESDAY MARTES	WEDNESDAY MIERCOLES	THURSDAY JUEVES	FRIDAY VIERNES	SATURDAY SABADO
1	2 LCN 2-6pm food & baby pantry Neighborhood Assistance 2-4pm	3 PC Playgroup 10am-11am GL Comm. Ref. Church SB Library Story Time 10:30	4 PC Playgroup 10am-11am Northport Marina Rain loc: Trinity Church	5 PC Playgroup 10:30am-11:30am Leland Library Leelanau Twp. Library Storytime 10:30am GL Library Storytime 11am	6 PC Playgroup 10am-11am SB Library Leland Library Storytime 10:45	7
8  Happy Mother's Day!	9 LCN 2-6pm food & baby pantry Neighborhood Assistance 2-4pm	10 PC Playgroup 10am-11am GL Comm. Ref. Church SB Library Story Time 10:30	11 PC Playgroup 10am-11am Northport Marina <u>5toONE Playgroup @ Great Lakes Children's Museum</u> 10-11:30am	12 PC Playgroup 10:30am-11:30am Leland Library Leelanau Twp. Library Storytime 10:30am GL Library Storytime 11am	13 PC Playgroup 10am-11am SB Library Leland Library Storytime 10:45	14 PC Parent Cafe 10am-11:30am BLDHD Office Registration Link
15	16 LCN 2-6pm food & baby pantry Neighborhood Assistance 2-4pm	17 PC Playgroup 10am-11am GL Comm. Ref. Church SB Library Story Time 10:30	18 PC Playgroup 10am-11am Northport Marina Rain loc: Trinity Church	19 PC Playgroup 10:30am-11:30am Leland Library Leelanau Twp. Library Storytime 10:30am GL Library Storytime 11am	20 PC Playgroup 10am-11am SB Library Leland Library Storytime 10:45	21
22	23 LCN 2-6pm food & baby pantry Neighborhood Assistance 2-4pm	24 PC Playgroup 10am-11am GL Comm. Ref. Church SB Library Story Time 10:30	25 PC Playgroup 10am-11am Northport Marina <u>5toONE Playgroup @ Great Lakes Children's Museum</u> 10-11:30am	26 PC Playgroup 10:30am-11:30am Leland Library Leelanau Twp. Library Storytime 10:30am GL Library Storytime 11am	27 PC Playgroup 10am-11am SB Library Leland Library Storytime 10:45	28
29	30 Memorial Day LCN Closed BLDHD Closed	31 PC Playgroup 10am-11am GL Comm. Ref. Church SB Library Story Time 10:30	1 PC Playgroup 10am-11am Northport Marina Rain loc: Trinity Church	2 PC Playgroup 10:30am-11:30am Leland Library Leelanau Twp. Library Storytime 10:30am GL Library Storytime 11am	3 PC Playgroup 10am-11am SB Library Leland Library Storytime 10:45	4

To schedule an appointment at the Health Dept.
for immunizations, WIC, or reproductive health,
please call: (231) 256-0200, option 3



Scan the QR code to visit our [website](#)
for information about our services, staff contact
information, newsletter sign-up, or to make a referral



@PCLeelanau



parentingcommunities

Check our Facebook events to ensure playgroups occurring