**Promover el desarrollo socioemocional saludable en su hijo**

Desde el momento en que nace un hijo, están desarrollando un sentido de sí mismos y del mundo que los rodea. Comienzan a aprender a confiar en ti como padre. A medida que construyes un vínculo con ellos, ellos se sienten seguros en su mundo. Esto prepara el escenario para todo su desarrollo en el futuro. Como padres/madres los ayudas a desarrollarse social y emocionalmente.

El desarrollo social es nuestra interacción con los demás. Es la capacidad de formar relaciones seguras. El desarrollo emocional es regular y expresar emociones. Implica lo que uno siente por sí mismo, por los demás y por el mundo.

Investigaciones recientes muestran una conexión directa entre el desarrollo socioemocional saludable y el éxito académico. La Academia Nacional de Ciencias identificó tres cualidades que los niños necesitan para estar listos para la escuela: habilidades intelectuales, motivación para aprender y una fuerte capacidad social / emocional. El informe dice: “Un fuerte desarrollo socioemocional subyace a todo éxito social, emocional y académico posterior.” Los niños pequeños que desarrollan relaciones tempranas sólidas con los padres, la familia, los cuidadores y los maestros aprenden cómo prestar atención, cooperar y llevarse bien con los demás. Confían en su capacidad para explorar y aprender del mundo que los rodea.

Las experiencias de vida de una persona, su composición genética y su temperamento pueden afectar su desarrollo socioemocional. Como primer modelo a seguir de su hijo, puede enviarles un mensaje positivo. Comience por ser de apoyo y aquí algunos puntos claves:

* Ama a tu hijo y muestra tu afecto por ellos. Abrazar, leer juntos y hablar con ellos durante el tiempo que se pasa con ellos.
* Anime a su hijo a probar cosas nuevas. Ayúdalos a ver de lo que son capaces. Hágale saber a su hijo que está satisfecho con sus logros.
* Déle a su hijo oportunidades para jugar con otros niños de su edad. Ayúdalos a explorar su mundo y conocer a las personas que están en él. Ejemplifique comportamientos amables y generosos al interactuar con otros adultos y niños. Usted es el primer referente para ellos.
* Muestre sus sentimientos. Deja que tu hijo vea cuando estés feliz o triste. Esto les ayuda a desarrollar empatía por los demás y ayuda en la identificación de emociones.
* Establecer rutinas diarias. Su hijo se sentirá confiado y seguro. Aprenderán que los eventos pueden suceder de manera organizada. Crea rutinas que sean predecibles pero flexibles.
* Reconozca los sentimientos de su hijo. Ayúdelo a hablar sobre lo que siente y cómo se siente. Consuela a tu hijo cuando esté molesto. Agárralos y habla en voz baja y tranquila para ayudarlo a regularse.
* Proporcione oportunidades sociales y emocionales positivas para su hijo. Se sentirán bien con ellos mismos y desarrollarán confianza. Su hijo formará relaciones seguras con los demás y, en última instancia, podrá concentrarse y aprender. Esta base sólida y saludable llevará al futuro éxito académico.

Fuente: https://www.childtime.com/parent-resource-center/parenting-articles/promoting-healthy-social-emotional-development-in-your-child/