

Emotions In Motion



*Written & Presented by
Beth M. Odom, M.A.
April 13, 2013*

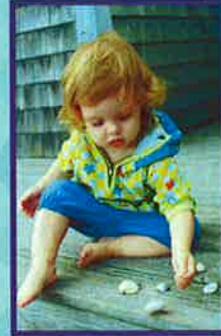
Emociones en movimiento

Escrito, presentado y traducido por
Beth (Bety) Odom, M.A.

13 de abril, 2013

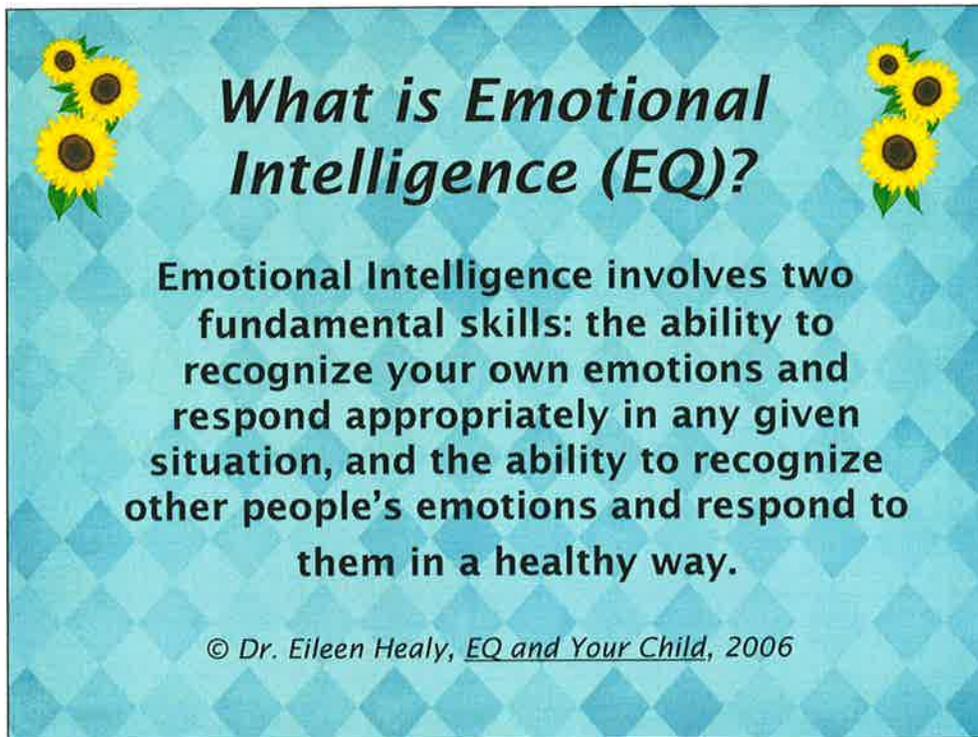
Workshop Goals

- **To understand what it means to be Emotionally Intelligent.**
- **To understand how to form positive attachments with children.**
- **To learn ways that we can help children and families build Emotional Intelligence.**



Metas del taller:

- Entender que significa ser “emocionalmente inteligente”.
- Entender cómo formar relaciones positivas con niños.
- Aprender maneras de ayudar los niños y las familias en aumentar su Inteligencia Emocional.



¿Qué es la Inteligencia Emocional (EQ)?

La Inteligencia Emocional consiste de dos capacidades fundamentales: la capacidad de reconocer sus propias emociones y responder en una manera apropiada en cualquier situación, y la capacidad de reconocer las emociones de otros y responder a ellas de una manera sana.

When a child has high Emotional Intelligence (EQ) he/she is:

- 1. Inquisitive, curious, and excited to learn new things.**
- 2. Able to respond to a change in plans without falling apart.**
- 3. Able to demonstrate high self-esteem and high self-confidence.**
- 4. Capable of being (knows how to be) a friend.**



Cuando un niño/niña tiene alta inteligencia emocional, el/ella es:

1. Inquisitivo, curioso e emocionado para aprender cosas nuevas.
2. Capaz de responder a un cambio de planes/horario sin caerse a pedazos.
3. Capaz de demostrar alta autoestima y confianza.
4. Capaz de ser (entiende como ser) un amigo.

5. Able to enjoy success and survive disappointment.
6. Willing to work hard in order to accomplish goals.
7. Confident enough to take a risk.
8. Able to take responsibility for his own actions.
9. Able to take the normal frustrations of life in stride.
10. Capable of picking up on Mom & Dad's emotions.



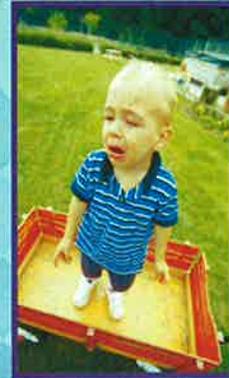
5. Capaz de disfrutar sus éxitos y sobrevivir sus desilusiones.
6. Dispuesto a trabajar duro para lograr sus metas.
7. Tiene suficiente confianza para tomar riesgos.
8. Capaz de tomar responsabilidad para sus propios acciones.
9. Capaz de tomar las frustraciones normales de la vida con calma.
10. Capaz de captar las emociones de su mamá y papá.

11. Able to keep temper tantrums to a minimum.

12. Able to accept constructive criticism.

13. Able to accept who she is, and feels comfortable with her strengths and weaknesses.

14. Able to understand & express empathy towards others.



© Dr. Eileen Healy, *EQ and Your Child*, 2006

11. Capaz de mantener berrinches al mínimo.

12. Capaz de aceptar la crítica constructiva.

13. Capaz de aceptar quien es, y sentirse cómodo con sus fortalezas y debilidades.

14. Capaz de comprender e expresar empatía hacia los demás.



How can we help?

1. Be aware of your own emotions.
2. Create a supportive environment.
2. Plan activities that help build a “feelings” vocabulary.
3. Encourage children to talk about and label feelings.
4. Create relationships/attachments.
5. Involve parents.

¿Cómo podemos ayudar?

1. Ser consciente de sus propias emociones.
2. Crear un ambiente de apoyo.
3. Planear actividades que aumentan un vocabulario de emociones.
4. Formar relaciones.
5. Incluir los padres.

Supportive Environments



- **Quiet Corner:** Pillows, blankets, stuffed animals, puppets, Emotions Box.
- **Solitary Activities:** Playdough, clay, puzzles, art materials, use trays/hula hoops to define space and allow children to build or play independently.
- **Group Activities:** Music, dancing, Yoga, storytelling, blocks, dramatic play
- **Outdoor Activities:** Running, climbing, digging, gardening, cloud pictures, nature exploration.

Ambientes de apoyo

Rincón Tranquilo: Almohadas, cobijas, animales de peluche, marionetas y una "Caja de Emociones".

Actividades Solitarias: Plastalina, arcilla, rompecabezas, bandejas y aros de hula para definir espacio y permitir los niños jugar o construir independientemente.

Actividades de Grupo: Música, bailar, Yoga, cuentos, bloques, y el juego dramático.

Actividades de Afuera: Correr, subir, excavar, trabajar en un jardín, buscar imágenes en las nubes, explorar la naturaleza.

Emotion-Building Activities

- **Emotions Box**
- **Emotions Journal**
- **Emotions Lotto**
- **Choice Cup**
- **Stress Busters**
- **Music**
- **Playdough**
- **Stop/Start Games**

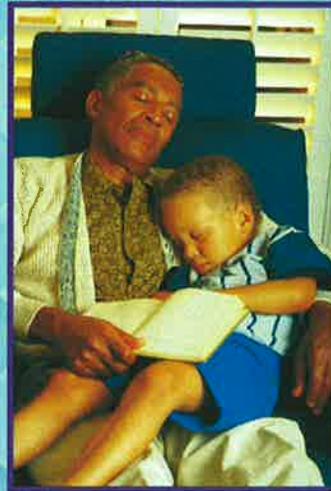


Actividades para aumentar la expresión de emociones

- Caja de emociones
- Jornal de emociones
- Lotería de emociones
- Copa de Escoger
- Técnicas para eliminar el estrés
- Música
- Plastalina
- Juegos de comenzar/parar

Encourage Relationships

- **Connect with each child each day.**
 - **Dinosaur Song, 2 minute mentoring, etc.**
- **Lap Reading**
- **Nap Time**
- **Mealtimes**
- **Journaling**

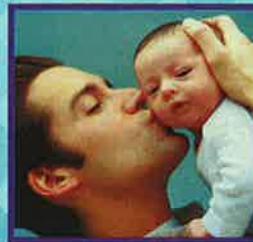


Fomenta las relaciones

- Haga una conexión con cada niño cada día
- Canción del dinosaurio, 2 minutos de tutoría
- Lectura con los niños en las rodillas
- Hora de descansar
- Hora de comer
- Escribir en jornaes

Engaging Parents

- **Open House**
- **Newsletter/Resources**
- **Activities for Home**
- **Consistent Communication**
- **Celebrate Successes**



Involucrar a los padres

- Casa Abierta
- Boletín/Recursos
- Actividades para la casa
- Comunicación constante
- Celebrar los éxitos



References



- Healy, Eileen. EQ and Your Child: 8 Proven Skills To Increase Your Child's Emotional Intelligence (Familypedia Publishing, 2006).
- Corwin, Dr. Ann. "Brains and Behavior and Play" Presentation Handouts (2006).
- Corwin, Br. Ann. The Child Connection™ (DVD) available at: <http://www.theparentingdoctor.com>.
- Bailey, Dr. Becky. Conscious Discipline: 7 Basic Skills for Brain Smart Classroom Management (Loving Guidance Inc., 2001).
- Gartrell, Dan. "Guidance Matters", Young Children (NAEYC, March 2006).

Referencias