

SOCIAL EMOTIONAL DEVELOPMENT

Social Emotional Development is the ability to recognize emotions, understand what emotions mean, identify how different emotions affect others and how to control our own emotions. Skills such as cooperation, self-control, empathy and the ability to resolve conflict all need social emotional skills. Your child's unique combination of experiences with family and friends, community and culture, genes, brain development and environment will all impact their social emotional growth.

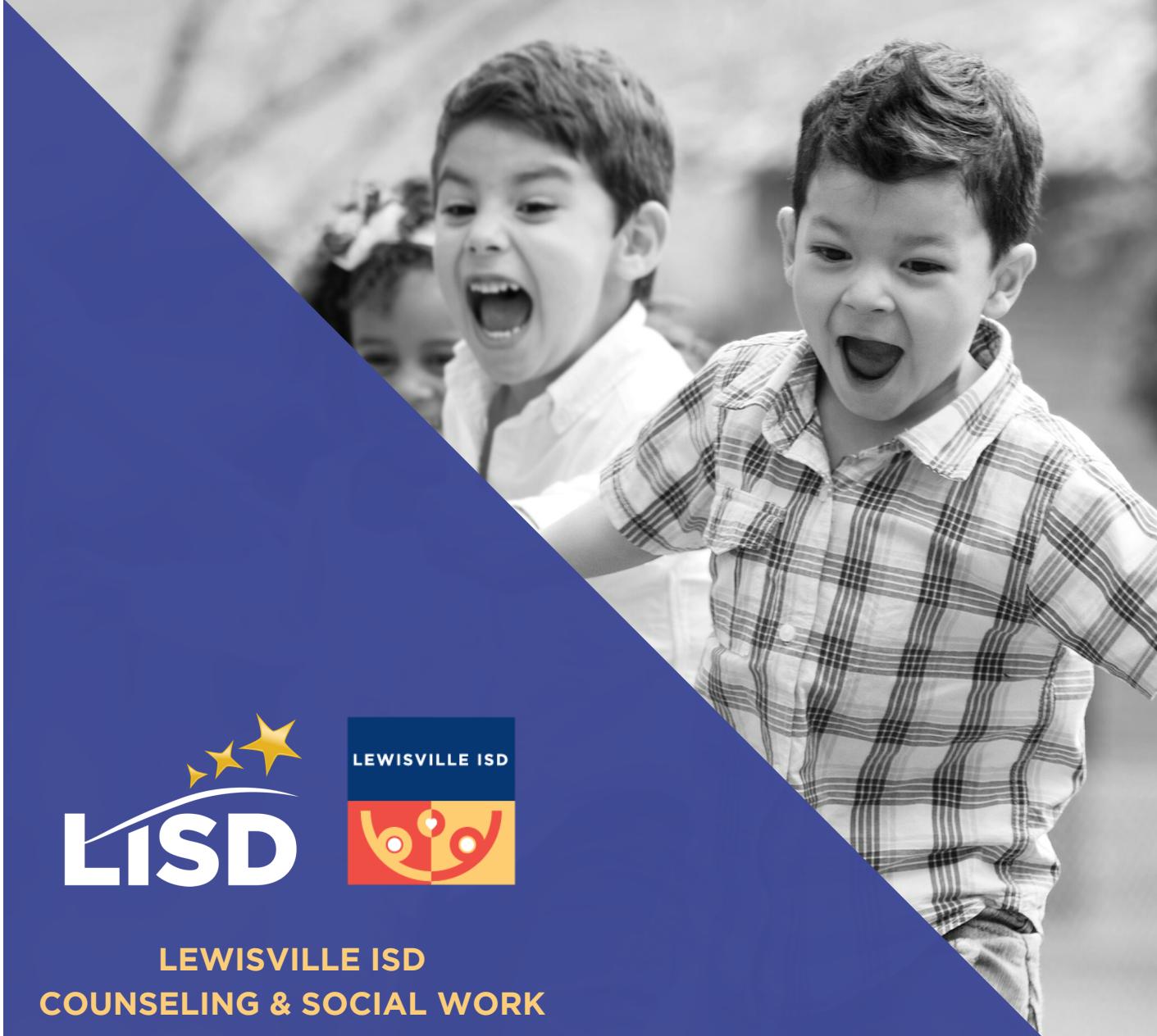
Having these skills is an important part in a child developing healthy relationships and school success. Social emotional skills can help a child stick to a task when it becomes challenging, find help when it is needed and to be aware of their actions.



LEWISVILLE ISD COUNSELING & SOCIAL WORK

lisd.net/counseling
@LISDcounselors1 | 972.350.4768
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

SOCIAL & EMOTIONAL DEVELOPMENT



5 CORE SKILLS TO SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT

(Source: casel.org/core-competencies/)

According to CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning), there are 5 core skills important to social and emotional learning:

1. Self-Awareness: The ability to accurately recognize one's own emotions, thoughts, and values and how they influence behavior. The ability to accurately assess one's strengths and limitations, with a well-grounded sense of confidence, optimism and a "growth mindset."

- Identifying emotions
- Accurate self-perception
- Recognizing strengths
- Self-confidence
- Self-efficacy

2. Self-Management: The ability to successfully regulate one's emotions, thoughts, and behaviors in different situations.

- Effectively managing stress, controlling impulses, and motivating oneself. The ability to set and work toward personal and academic goals.
- Impulse control
- Stress management
- Self-discipline
- Self-motivation
- Goal-setting
- Organizational skills

3. Social Awareness: The ability to take the perspective of and empathize with others, including those from diverse backgrounds and cultures. Also to understand social and ethical norms for behavior and to recognize family, school, and community resources and support.

- Perspective-taking
- Empathy
- Appreciating diversity
- Respect for others

4. Relationship Skills: The ability to establish and maintain healthy and rewarding relationships with diverse individuals and groups. The ability to communicate clearly, listen well, cooperate with others, resist inappropriate social pressure, negotiate conflict constructively and seek and offer help when needed.

- Communication
- Social engagement
- Relationship-building
- Teamwork

5. Responsible Decision-Making: The ability to make constructive choices about personal behavior and social interactions based on ethical standards, safety concerns, and social norms. The realistic evaluation of consequences of various actions, and a consideration of the well-being of oneself and others.

- Identifying problems
- Analyzing situations
- Solving problems
- Evaluating
- Reflecting
- Ethical responsibility

RESOURCES

Kiddie Matters

Find social and emotional skills appropriate for school-aged children:
kiddiematters.com/category/social-emotional-learning

Parent Toolkit

parenttoolkit.com/social-and-emotional-development/advice/parents-guide-to-social-and-emotional-development

Psychology Today

psychologytoday.com/us/blog/the-wide-wide-world-psychology/201701/why-child-s-social-emotional-skills-are-so-important

Edutopia

edutopia.org/video/5-keys-successful-social-and-emotional-learning



DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL

El desarrollo socioemocional es la capacidad de reconocer emociones, comprender lo que las emociones significan, identificar cómo las diferentes emociones afectan a los demás y cómo controlar nuestras propias emociones. Las habilidades como la cooperación, el autocontrol, la empatía y la capacidad para resolver conflictos, todas necesitan habilidades socioemocionales. La combinación única de experiencias de su hijo con familiares y amigos, la comunidad y la cultura, los genes, el desarrollo del cerebro y el ambiente afectarán su crecimiento socioemocional.

Tener estas habilidades es una parte importante en el desarrollo de relaciones saludables y el éxito escolar de un niño. Las habilidades socioemocionales pueden ayudar a un niño a cumplir una tarea cuando se convierte en un reto, a encontrar ayuda cuando sea necesario y a estar conscientes de sus acciones.



LEWISVILLE ISD COUNSELING & SOCIAL WORK

lisd.net/counseling
@LISDcounselors1 | 972.350.4768
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL



5 HABILIDADES BÁSICAS PARA EL DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL

(Fuente: casel.org/core-competencies/)

De acuerdo con CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning), existen 5 destrezas básicas importantes para el aprendizaje social y emocional:

1. Auto-Conocimiento: la capacidad de reconocer con precisión las propias emociones, pensamientos y valores, y cómo influyen en el comportamiento. La capacidad de evaluar con precisión las fortalezas y limitaciones de una persona, con un sentido de confianza bien fundamentado, optimismo y una "mentalidad de crecimiento".

- Identificar emociones
- Autopercepción precisa
- Reconocer fortalezas
- Confianza en sí mismo
- Autoeficacia

2. Autogestión: la capacidad de regular con éxito las emociones, pensamientos y comportamientos de uno mismo en diferentes situaciones.

- Manejar eficazmente el estrés, controlar los impulsos y motivarse a sí mismo. La capacidad de establecer y trabajar hacia metas personales y académicas.
- Control de impulso
- Manejo del estrés
- Autodisciplina
- Motivación propia
- Establecimiento de metas
- Habilidades de organización

3. Conciencia social: la capacidad de adoptar una perspectiva de los demás y simpatizar con ellos, incluidos aquellos de diversos orígenes y culturas. También para comprender las normas sociales y éticas para el comportamiento y para reconocer los recursos y el apoyo de la familia, la escuela y la comunidad.

- Toma de perspectiva
- Empatía
- Apreciar la diversidad
- Respeto por los demás

4. Habilidades de relación: La capacidad de establecer y mantener relaciones saludables y gratificantes con diversos individuos y grupos. La capacidad de comunicarse claramente, escuchar bien, cooperar con otros, resistir presiones sociales inapropiadas, negociar conflictos de manera constructiva y buscar y ofrecer ayuda cuando sea necesario.

- Comunicación
- Compromiso social
- Desarrollo de relaciones
- Trabajo en equipo

5. Toma de decisiones responsable: la capacidad de tomar decisiones constructivas sobre el comportamiento personal y las interacciones sociales basadas en estándares éticos, preocupaciones de seguridad y normas sociales. La evaluación realista de las consecuencias de diversas acciones, y una consideración del bienestar de uno mismo y de los demás.

- Identificando problemas
- Analizando situaciones
- Resolviendo problemas
- Evaluando
- Reflexionando
- Responsabilidad ética

RESOURCES

Kiddie Matters

Find social and emotional skills appropriate for school-aged children:
kiddiematters.com/category/social-emotional-learning

Parent Toolkit

parenttoolkit.com/social-and-emotional-development/advice/parents-guide-to-social-and-emotional-development

Psychology Today

psychologytoday.com/us/blog/the-wide-wide-world-psychology/201701/why-childrens-social-emotional-skills-are-so-important

Edutopia

edutopia.org/video/5-keys-successful-social-and-emotional-learning

