

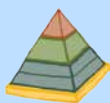


Backpack Connection Series

About this Series

The *Backpack Connection Series* was created by TACSEI to provide a way for teachers and parents/caregivers to work together to help young children develop social emotional skills and reduce challenging behavior. Teachers may choose to send a handout home in each child's backpack when a new strategy or skill is introduced to the class. Each *Backpack Connection* handout provides information that helps parents stay informed about what their child is learning at school and specific ideas on how to use the strategy or skill at home.

The Pyramid Model



The Pyramid Model is a framework that provides programs with guidance on how to promote social emotional competence in all children and design effective interventions that support young children who might have persistent challenging behavior. It also provides practices to ensure that children with social emotional delays receive intentional teaching. Programs that implement the Pyramid Model are eager to work together with families to meet every child's individualized learning and support needs. To learn more about the Pyramid Model, please visit challengingbehavior.org.

More Information

For more information about this topic, visit TACSEI's website at www.challengingbehavior.org and type "frustration" in the Search Box in the upper-right corner of the screen.



This publication was produced by the Technical Assistance Center on Social Emotional Intervention (TACSEI) for Young Children funded by the Office of Special Education Programs, U.S.

Department of Education (H326B070002). The views expressed do not necessarily represent the positions or policies of the Department of Education. December 2012.

How to Help Your Child Recognize & Understand Frustration

Brooke Brogle, Alyson Jiron & Jill Giacomini

Frustration is a common emotion in young children and typically occurs as a child begins to discover the many things he would like to do, but simply cannot do yet. Frustration is a natural and healthy emotion and can provide a positive learning experience for a child. The feelings of frustration that occur when your child has difficulty communicating his needs or tying his shoes are his cue that he needs to try to do something in a different way or that what he is doing is not working. You can teach your child how to deal with frustration in a way that is useful for him. Most important, you must respond to frustration when it first arises before it changes into anger or becomes the dreaded temper tantrum. Two skills children must learn in order to deal with frustration are: 1) how to ask for help, and 2) know when to take a break!



Try This at Home

- Notice and label when you, your child or others are frustrated. Explain that everyone, including adults, feel frustration. You might say:
 - » About yourself: "I am frustrated. I have tried three times to fix the vacuum and it is just not working! I am going to take a break. I will come back and try when I am feeling calmer."
 - » About your child: "You are so frustrated! I see that you have been trying to build that tower and it keeps falling down! Let's have a snack and then try again together!"
 - » About others: "That little boy looks frustrated. He can't climb up the ladder on his own. I wonder if he needs some help?"

- Teach your child appropriate ways to respond to frustration. You might say to your child, "You can ask Daddy. Say, 'Help please!'"
- Knowing when to take a break is a skill that can be taught to your child. You can say, "I see you are frustrated. Let's take a break. First, let's do five jumping jacks and get some water. Then we can come back and try again!"
- Puppets and toys are great tools for role playing situations that your child may be struggling with, such as trying to accomplish a task. "Wow, this train can't get up the hill. He has tried four times and keeps rolling back down. He looks like he wants to cry. I wonder what he can do?"



Practice at School

School is an opportunity for children to explore new concepts and try new skills. As a child attempts to become more independent, she often feels frustrated when she is not able to complete a task by herself. A teacher can help a child identify when she is feeling frustrated and prompt her to ask for help, try a new solution or take a break. "You have been working so hard to fit that piece in the puzzle. You sound frustrated. Would you like some help?" As the child learns new skills to manage frustrating feelings, she will become more confident in her abilities and eager to attempt new activities.



The Bottom Line

Childhood is full of frustrating moments. As young children explore their world they are faced with many challenges. There are numerous things they simply can't reach, can't buckle, and can't climb on their own. From the child's point of view, parents and other adults are always saying "No" to the activities and objects he wants. It is important to help your child learn how to deal with this common experience. As a parent, you have the opportunity to help your child learn how to recognize, understand and find solutions to his frustrations. Each time your child is able to work through a frustration, he is adding a very important skill he needs to be happy and successful in the world. Children who learn these skills are less likely to exhibit challenging behavior and are better able to navigate life's ups and downs with confidence.



www.challengingbehavior.org

Reproduction of this document is encouraged. Permission to copy is not required.





Serie de Conexión Mochila

Sobre esta serie

La *Serie de Conexión Mochila* fue instaurada por TACSEI (por sus siglas en inglés) para brindarle a los maestros y padres/proveedores una vía para trabajar en conjunto para ayudar a los niños a desarrollar sus aptitudes socioemocionales y reducir las conductas desafiantes. Los maestros podrían elegir enviar un volante a casa dentro de la mochila de cada niño cada vez que sea introducida una nueva estrategia o aptitud dentro de la clase. Cada volante de la *Conexión de Mochila* proporciona información que ayudará a los padres a estar informados sobre lo que su niño está aprendiendo en la escuela y las ideas específicas sobre cómo utilizar las estrategias o aptitudes en casa.

El Modelo de la Pirámide



El Modelo de la Pirámide es un marco que proporciona a los programas orientación en cómo promover la capacidad socioemocional en todos los niños y

diseñar intervenciones efectivas que apoyen a los niños que puedan contar con conductas desafiantes persistentes. También proporciona prácticas para asegurarse de que los niños con retrasos socioemocionales reciban educación intencional. Los programas que implementan el Modelo de la Pirámide están entusiasmados de trabajar en sociedad con las familias para satisfacer las necesidades individuales de aprendizaje y apoyo que cada niño necesita. Para conocer más del Modelo de la Pirámide, por favor visite challengingbehavior.org.

Más información

Para más información sobre este tema, visite la página web de TACSEI en el www.challengingbehavior.org e ingrese "frustration" en el Cuadro de Búsqueda en la esquina superior derecha de la pantalla.



Esta publicación fue realizada por el Centro de Asistencia Técnica para la Intervención Socio-Emocional (TACSEI por sus siglas en inglés) para Niños patrocinado por la Oficina de Programas de Educación Especial del Departamento de Educación de los Estados Unidos (H326B070002). Las opiniones manifestadas no necesariamente representan las posiciones o políticas del Departamento de Educación, diciembre de 2012.

Como ayudarle a su niño a reconocer y comprender la frustración

Brooke Brogle, Alyson Jiron y Jill Giacomini

La frustración es una emoción común en los niños que por lo general aparece cuando un niño comienza a descubrir las muchas cosas que le gustaría hacer, pero que simplemente aún no las puede realizar. La frustración es una emoción natural y sana la cual puede brindar una experiencia de aprendizaje positiva para un niño. Los sentimientos de frustración que aparecen cuando su niño tiene dificultad para comunicarle sus necesidades o cuando se ata las cintas de los zapatos son su señal de que necesita intentar las cosas de otra manera o lo que él está haciendo no está funcionando. Usted le puede enseñar a su niño a cómo afrontar la frustración de una manera que ésta sea útil para él. Lo más importante, usted debe responder a la frustración en cuanto ésta se presente antes de que ésta cambie a ira o se convierta en un berrinche. Dos cosas que los niños deben aprender para poder afrontar la frustración son: 1) cómo pedir ayuda y 2) saber cuándo tomar un descanso!



Intente esto en casa

- Dese cuenta y describa cuándo usted, su niño o los demás estén frustrados. Explique que todos, incluyendo a los adultos, se sienten frustrados. Podría decir:
 - » Acerca de usted: "Estoy frustrado. ¡Intenté componer la aspiradora tres veces y aún no funciona! Voy a tomar un descanso. Regresaré a intentarlo una vez más cuando esté más tranquilo."
 - » Acerca de su niño: "¡Estás tan frustrado! ¡He visto que has intentado construir esa torre y sigue derrumbándose! Vamos por un refrigerio y después lo intentamos juntos."
 - » Acerca de los demás: "Ese pequeñín se ve frustrado. No puede subirse a la escalera por sí solo. ¿Me pregunto si necesita ayuda?"
- Enséñele a su niño las maneras apropiadas para responder a la frustración. Podría decirle a su niño, "Puedes pedirle ayuda a papá," o decir "¡Ayuda por favor!"
- El saber cuándo tomarse un descanso es una aptitud que le puede enseñar a su hijo. Podría decirle, "Veo que estás frustrado. Vamos a tomarnos un descanso. Primero saltaremos 5 veces e haremos por agua. ¡Entonces volveremos para intentarlo de nuevo!"
- Las marionetas y los juguetes son grandes herramientas para demostrar las situaciones con las cuales su hijo puede estar teniendo estragos, tales como querer completar una tarea. "Wow, parece que este tren no puede subir esta loma. Lo ha intentado cuatro veces y sigue deslizándose hacia abajo. Parece que quiere llorar. ¿me pregunto que podrá hacer el tren?"



Práctica en la escuela

La escuela presenta una oportunidad para que los niños exploren nuevos conceptos y aptitudes. A medida que un niño intenta ser más independiente, a menudo se siente más frustrado cuando no puede realizar una tarea por sí solo. Un docente puede ayudar a identificar cuando el niño se siente frustrado e indicarle que solicite ayuda, intentar otra solución o tomarse un descanso. "Has estado trabajando tan arduamente para colocar esa pieza en el rompecabezas. Parece que estás frustrado. ¿Te gustaría recibir ayuda?" A medida que el niño aprenda nuevas aptitudes para afrontar sentimientos frustrantes, éste se sentirá más confiado en sus habilidades y ansioso por intentar actividades nuevas.



En conclusión

La infancia está llena de momentos frustrantes. A medida que los niños exploran su mundo se encuentran con muchos retos. Hay un sin número de cosas que simplemente ellos no pueden alcanzar, abrochar o treparlos por sí solos. Desde el punto de vista de los niños, los padres y los demás adultos siempre están diciendo "No" a las actividades u objetos que quieren. Es importante que usted como padre le ayude a su niño aprender cómo reconocer, comprender y encontrar soluciones a sus frustraciones. Cada vez que su niño pueda solucionar una frustración, él está agregando una aptitud importante que necesita para ser feliz y exitoso en la vida. Los niños que aprenden estas aptitudes son menos propensos a demostrar conductas desafiantes y pueden navegar mejor en los sube y baja de la vida con seguridad.



www.challengingbehavior.org

Reproduction of this document is encouraged. Permission to copy is not required.

