

# Súper Animo

Por John F. Taylor, Ph.D

Súper animo son las declaraciones y acciones que tiendan a desarrollar, mantener o mejorar la experiencia de autoestima, impacto social, auto-dirección o confianza de un niño.

1. Gratitud: "¡Gracias!" "Estoy muy agradecido por lo que hiciste".
2. Compartir una habilidad: "Ahora puedes tocar música bonita para todos nosotros" "¿Hay otros estudiantes a las que puedes ayudar en matemáticas ahora"?
3. Empatía: "Apuesto que eso fue divertido." "¿Tu realmente disfrutas eso, no?"
4. Impacto Social: "Cuando tu hiciste eso, me permitió descansar por 5 minutos" "Haciendo eso realmente me ayudo, Suzy".
5. Favor recíproco: "Estoy seguro que Matt querrá jugar contigo mañana, ya que jugaste tan bien hoy." "Cuando me ayudas con los platos, tengo más tiempo para jugar contigo."
6. Singularidad: "El verde es realmente tu color" "Los soles que dibujas siempre tienen esas sonrisas tan felices."
7. Autodeterminación: "Me gustaría que hicieras esto, pero tu puedes elegir cómo y cuando" "Sigues con eso si eso es lo que quieres"
8. Auto-Impacto: "Hay un montón de cosas que tu puedes hacer para ayudarte a tí mismo" "Te estás ayudando a ti mismo al hacer eso" "El correr fortalecerá tu corazón y pulmones." "Es bueno hacer algo por ti mismo, no "
9. Impacto Material: Tu puedes construir una gran cantidad de cosas con tu nuevo estuche de herramientas " "Cuando tu riegas las flores, van a crecer y florecer. "
10. Reconocer el Esfuerzo: "Puedo ver que un montón de trabajo entró en esto." "Me alegro de que hayas intentado".
11. Etiquetar el Hecho: "Ataste tus zapatos." "Tu limpiaste tu cuarto" "Tu me hiciste un dibujo."
12. Enfatizar la fuerza: "Esto es más fácil para ti ahora." "Las respuestas correctas son círculos en rojo" "Esa parte parecía fácil para ti".
13. Contármelo: "Háblame de tu imagen." "Me interesa saber lo que estas haciendo en la escuela".

Por John F. Taylor, Ph.D

Se le concedió permiso para fotocopiar

Se le concedió permiso para traducir