

GROUNDING WITH THE FIVE SENSES

How to Help Your Child Regulate, Using Grounding Techniques

Strategies to Use with CHILDREN UNDER AGE 3

Name **3** things you can see:



Name **3** things you can hear:



Move **3** body parts:



Strategies to Use with CHILDREN OVER AGE 3



5 THINGS YOU CAN SEE

4 THINGS YOU CAN TOUCH



3 THINGS YOU CAN HEAR

2 THINGS YOU CAN SMELL



1 THING YOU CAN TASTE



ENFOQUE CON LOS CINCO SENTIDOS

Cómo ayudar a su hijo a regularse mediante técnicas de enfoque

Estrategias para utilizar con
NIÑOS MENORES DE 3 AÑOS

Nombra **3** cosas que puedas ver:



Nombra **3** cosas que puedas oír:



Mueve **3** partes de tu cuerpo:



Estrategias para utilizar con
NIÑOS MAYORES DE 3 AÑOS



NOMBRA **5** COSAS
QUE PUEDES VER

NOMBRA **4** COSAS
QUE PUEDES TOCAR



NOMBRA **3** COSAS
QUE PUEDES OÍR

NOMBRA **2** COSAS
QUE PUEDES OLER



NOMBRA **1** COSA QUE
PUEDES SABOREAR



PYRAMID MODEL
PRACTICE GUIDE

UConn
SCHOOL OF SOCIAL WORK
INNOVATIONS INSTITUTE

Desarrollado por el Equipo de Progenitores, Infantes y Primera Infancia de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad de Connecticut y la Escuela de Educación de la Universidad Johns Hopkins con el apoyo de la División de Primera Infancia del Departamento de Educación de Maryland, 2024.