DREW CDC
Every Child's Success Strengthens Community

Creating Safe Spaces for Children

Children learn, explore, and build relationships best when they feel safe.

Emotional safety is just as important as physical safety. Creating an emotionally safe environment begins with how adults respond to children and the supports that are built into the environment. Small, intentional practices can help children feel understood, supported, and safe expressing their emotions.

Validate Feelings



- Naming emotions: "It looks like you're feeling frustrated."
- Letting children know their feelings are okay, even when certain behaviors are not
- Listening attentively and giving children time to share how they feel

Prioritize Connection Over Correction



- Describe what's happening for the child: "I see you dropped your block and it made you upset."
- Get down to the child's level and offer a calm, supportive presence
- Connect with the child and help them calm down before exploring solutions and problem-solving

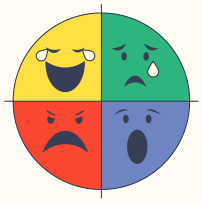
Model Self-Regulation



- Taking a calm breath before responding to a situation
- Using a steady and supportive tone of voice
- Talking through coping strategies aloud (e.g., "I'm going to take a deep breath to help myself calm down.")

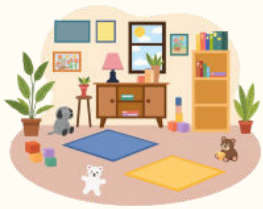
The environment can include tools, areas, and activities to help children recognize and manage their emotions.

Feelings Charts



- Provide charts or wheels with a range of emotions to help children name their feelings
- Encourage children to point to or talk about how they feel
- Use charts as a conversation starter to support self-regulation and healthy communication

Cozy Corners



- Create a calm, quiet space with soft seating and gentle lighting
- Add soothing décor and sensory-friendly items to help children feel safe and comfortable
- Invite children to use the space when they need a break to help them regulate emotions

Mindful Moments



- Lead children through mindfulness exercises to help them focus
- Include gentle movements, like stretching or yoga
- Schedule mindfulness into your daily routine and provide books or visual guides about mindfulness in the environment

DREW CDC
Every Child's Success Strengthens Community

Creando Espacios Seguros para Niños

Los niños aprenden, exploran y construyen relaciones de la mejor manera cuando se sienten seguros.

La seguridad emocional es tan importante como la seguridad física. Crear un ambiente emocionalmente seguro comienza con la forma en que los adultos responden a los niños y con los apoyos que se incorporan al entorno. Pequeñas prácticas intencionales pueden ayudar a los niños a sentirse comprendidos, apoyados y seguros al expresar sus emociones.

Validar los sentimientos



- Nombrar las emociones: "Parece que te sientes frustrado/a."
- Hacerles saber a los niños que sus emociones están bien, incluso cuando ciertos comportamientos no lo están
- Escuchar atentamente y darles tiempo para compartir cómo se sienten

Priorizar la conexión sobre la corrección



- Describe lo que está sucediendo para el niño: "Veo que se te cayó el bloque y eso te molestó."
- Ponte al nivel del niño y ofrece una presencia tranquila y de apoyo
- Conéctate con el niño y ayúdalo a calmarse antes de explorar soluciones y resolver problemas

Modelar la autorregulación



- Tomar una respiración tranquila antes de responder a una situación
- Usar un tono de voz de apoyo
- Hablar en voz alta sobre estrategias de afrontamiento (por ejemplo: "Voy a tomar una respiración profunda para ayudarme a calmarme").

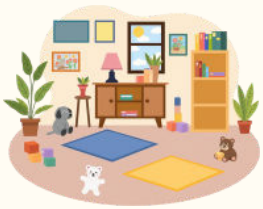
El entorno puede incluir herramientas, espacios y actividades que ayuden a los niños a reconocer y manejar sus emociones.

Gráficas de emociones



- Usa gráficas o ruedas con una variedad de emociones para ayudar a los niños a nombrar sus sentimientos
- Anima a los niños a señalar o hablar sobre cómo se sienten
- Usa las gráficas como punto de partida para conversaciones que apoyen la autorregulación y la comunicación saludable

Rincones acogedores



- Crea un espacio tranquilo y silencioso con asientos cómodos y luz suave
- Añade decoración relajante y elementos amigables con los sentidos para que los niños se sientan seguros y cómodos
- Invita a los niños a usar el espacio cuando necesiten un descanso para ayudarles a regular sus emociones

Momentos de mindfulness



- Guía a los niños en ejercicios de atención plena para ayudarles a concentrarse
- Incluye movimientos suaves, como estiramientos o yoga
- Programa la atención plena en tu rutina diaria y ten libros o guías visuales sobre mindfulness disponibles en el entorno