



INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE EL DESARROLLO TEMPRANO DE LOS NIÑOS

De **48 meses a 60 meses**

## DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

*¿Cómo aprenden los niños sobre los sentimientos y las relaciones?*

### Resumen del DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

Cómo piensan los niños y cómo manejan

- a ellos mismos
- sus sentimientos y comportamientos y
- sus relaciones

... es lo que llamamos *desarrollo socio-emocional*.

El desarrollo de estas habilidades es tan importante para el éxito de los niños en la escuela como lo son otras habilidades, como el lenguaje y la alfabetización y matemáticas.

Durante los primeros cinco años de edad, los niños aprenden cómo...

- manejar su propio comportamiento,
- reconocer, expresar y controlar sus emociones,
- darse cuenta y responder de manera amable a los sentimientos de otros,
- interactuar con amigos,
- ser miembro de un grupo, o
- desarrollar relaciones cercanas con adultos, incluyendo los padres, otros familiares y las maestras.

Los niños aprenden estas habilidades socio-emocionales en relaciones cercanas con adultos a través de comunicación recíproca, experiencias compartidas y dirección cariñosa. El juego también es primordial para ayudar a los niños a aprender estas habilidades. A través del juego, los niños practican sus habilidades sociales, exploran sus sentimientos, prueban nuevos comportamientos y reciben comentarios de parte de otras personas. El juego les permite a los niños conocer más sobre ellos mismos y los demás y desarrollar sus habilidades de comunicación e interacción.



## Introducción

*¿Qué aprende mi hija sobre sí mismo y sus sentimientos?*

- Le gusta sentirse “independiente”, pero todavía le gusta pasar tiempo con sus padres y familiares.
- A su hija de cinco años le entusiasma hacer cosas por sí misma. Puede rechazar su ayuda, incluso si está luchando y se siente frustrada.
- Ha desarrollado muchas habilidades para demostrarle lo que recientemente aprendió a hacer.
- Tienen muchas maneras para describirse a ellos mismos y sus habilidades. “¡Ya tengo cinco años! Eso es más grande que cuatro”. “¡Sé los nombres de todos los planetas”. “¡Sé manejar un monopatín! No podía hacer eso cuando era un bebé”.
- Pueden comenzar a recoger por su cuenta, a veces sin que se lo pidan.
- Han desarrollado algunas maneras de ayudar a calmarse a sí mismos cuando están molestos, pero a veces necesitan el apoyo y consuelo de sus adultos para que les recuerden estrategias que pueden utilizar.
- Pueden expresar y describir sentimientos como triste, enojado, frustrado, confundido y temeroso y pueden explicar qué causo esos sentimientos y pedir consuelo específico.
- A veces pueden predecir qué sentimientos ocurrirán en ciertas situaciones. “Si me golpea, me sentiré triste y no querré jugar con él”.
- También pueden describir los sentimientos de otros niños y con frecuencia identificar la razón por la que se sienten así. “Theo está enojado porque Laurene derrumbó sus bloques”.
- Pueden ofrecer consuelo y mostrar empatía por otros a menudo, especialmente si no estuvieron directamente relacionados en el conflicto.

*¿Qué aprende sobre las personas y las relaciones?*

- Las amistades son importantes para el éxito de los niños en la escuela y en la vida.
- Su capacidad creciente de comunicarse y negociar con sus amigos les permite jugar durante períodos de tiempo más largos e involucrarse en tipos de juego más complejos. Junto con sus amigos, pueden imaginar que están en una nave espacial que viaja hacia el espacio exterior y pueden trabajar en conjunto para construirla con cajas de cartón.
- Pueden comparar a sus amigos con ellos mismos. “Daniel corre más rápido, pero yo puedo construir más alto”.
- Pueden estar desarrollando amistades especiales con ciertos niños y utilizar las palabras “mejor amigo”.
- Todavía están aprendiendo qué significa “amistad” y pueden pensar que si están enojados con alguien, ya no son amigos.
- Tienen una variedad de habilidades para ingresar al juego con otros niños. Podrían mirar durante un tiempo, comenzar a jugar a su lado o podrían preguntar si pueden jugar, sugiriendo que pueden ser el “papá” si juegan a ser una familia.
- Tienen algunas habilidades de negociación y podrían utilizarlas para resolver un conflicto con sus amigos. Con más frecuencia pueden compartir juguetes y materiales en el juego con otros niños, pero de todas maneras se involucrarán en negociaciones acerca de “quién lo tenía primero” y “cuánto durará tu turno”.
- Pueden darles indicaciones a los otros que participan del juego. “Tienes que ser el guardián del zoológico y nosotros seremos los animales”, y a veces recibirán indicaciones de parte de otros.



## ¿Cómo aprenden los niños sobre los sentimientos y las relaciones? DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

Pero otras veces podrían molestarte y amenazar con irse si las personas no juegan de acuerdo a sus reglas.

- Pueden participar en actividades grupales con algunos otros niños, y con frecuencia pueden esperar su turno para hablar durante un tiempo.
- Los padres y las maestras son muy importantes para ellos como fuentes de consuelo e información, pero pueden resistirse a recibir indicaciones de adultos o intentar negociar, diciendo, “ordenaré mis juguetes si puedo mirar un video”.
- Parecen entusiasmados por tomar decisiones y continuar realizando “pruebas” para ver si el adulto sigue a cargo de cierta decisión.
- Comienzan a poder seguir las reglas y se las recordarán a otros niños, incluso si no hay un adulto cerca, pero a veces necesitan que les recuerden que deben respetar las reglas.

### **Consejos para apoyar el aprendizaje de su hijo sobre sí mismo como persona, aprender sobre otras personas y aprender sobre sus emociones:**

#### *Aprender sobre sí mismo como persona*

- Incluya a los niños en una tarea del hogar real como doblar la ropa, lavar el auto, sacar el reciclado, llenar el lavavajillas, darle alimento a la mascota. Si rota las tareas para que regularmente aprenda a hacer algo nuevo, puede permanecer más interesado y también aprenderá habilidades diferentes.
- Tómese el tiempo para hablarle acerca de lo que está aprendiendo y muestre interés en sus nuevas capacidades. Esto le hace saber que usted está interesada en él como persona. Sea específica. “Aprendiste a montar en bicicleta utilizando el equilibrio. Vi cuánto tiempo practicaste para poder hacerlo”. Esto es más útil para sus niños que los cumplidos como “buen trabajo”, que no le hace saber que realmente estuvo observándolo.
- Ahora que su hijo está más ocupado con sus amigos, los juguetes y los juguetes electrónicos, es todavía más importante que planifique una rutina para pasar tiempo junto a él. Todavía necesita hablar con usted, leer con usted, hacer juntos sus actividades favoritas y abrazarse.
- Está lleno de preguntas y hace algunas observaciones interesantes sobre el mundo. Además de ofrecerle su opinión sobre las cosas, es también importante pedirle su opinión. Esto le da a él la oportunidad de probar sus teorías, poner sus ideas en palabras y practicar sus habilidades de razonamiento. (niño al padre) “Papi, esa persona acaba de cruzar la calle, pero la luz estaba en rojo”. (padre al niño) “Yo también lo noté. ¿Qué piensas sobre eso?” Esto le da a él la oportunidad de probar sus teorías, poner sus ideas en palabras y practicar sus habilidades de razonamiento.

Esto le da a él la oportunidad de probar sus teorías, poner sus ideas en palabras y practicar sus habilidades de razonamiento.

- Puede discutir sobre ideas más abstractas ahora. Puede hablarle sobre algunos de los valores que son importantes para su familia, por ejemplo la amabilidad, la amistad, escuchar, la cooperación, etc. Le puede hacer preguntas sobre estas ideas y contarle historias para ilustrar estos valores. Estas discusiones diarias le brindan la oportunidad de enseñar a su niño los valores y las creencias de su familia y de su cultura, y le brindan la oportunidad de “pensar en voz alta” sobre su propia creciente comprensión de las cosas.



## ¿Cómo aprenden los niños sobre los sentimientos y las relaciones? DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

Estas discusiones diarias le brindan la oportunidad de enseñar a su niño los valores y las creencias de su familia y de su cultura, y le brindan la oportunidad de “pensar en voz alta” sobre su propia creciente comprensión de las cosas.

- En su intento por ser “un adulto”, puede rehusarse a hacer lo que le pide. Incluso cuando necesite detenerlo o ponerle un límite, puede hacerle saber que entiende su idea. Si se resiste a ordenar sus autos, incluso después de que usted le dio una advertencia, puede hablarle de la siguiente manera:
  - “Es hora de guardar tus autos en este momento” (límite positivo)
  - “Sé cuánto te gusta jugar con ellos”. (reconocer su idea)
  - “Debemos guardarlos para que no se rompan o se pierdan” (ofrecer información)
  - “¿Estás listo para guardarlos ahora o te gustaría jugar 5 minutos más?” (elección)
  - “¿Cómo debemos hacer esto? ¿Debemos guardarlos por color o por tipo de auto?” (pedir sus ideas)
  - “Sé que te encanta jugar con tus autos, y debemos guardarlos ahora. Si no los puedes guardar ahora, yo los tendré durante el resto del día y mañana volveremos a intentar”. (límite final y compleción, si es necesario)



## ¿Cómo aprenden los niños sobre los sentimientos y las relaciones? DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

### *Aprender sobre sus propias emociones*

- Regularmente haga tiempo para hablar sobre sus sentimientos.
  - “¿Cómo estuvo tu día? ¿Sobre qué estabas contenta? ¿Te enojaste por algo? ¿Pasó algo triste? ¿Cuál fue tu parte favorita del día?”
  - “¿Cómo crees que se sentía hoy tu amigo cuando Derek no quería jugar con él?”
  - Cuando comparta sus sentimientos y experiencias con usted, puede escuchar sus ideas y hablarles sobre ellas.
  - Ayúdela a entender sus sentimientos ofreciendo nombres para ellos cuando no tenga palabras para expresarlos.
  - “Parece que te sientes triste”.
  - “Puede ser frustrante intentar construir una torre y que se derrumbe todo el tiempo”.
  - “Puedo ver lo contento que estás de ir a la casa de tu amigo”.
- Ayúdela a encontrar maneras sanas de expresar sus sentimientos.
  - Pareces estar enojada con tu amiga. ¿Puedes decirle por qué estás molesta?”
  - “No es seguro golpear a alguien cuando estás enojada. ¿Qué más podrías hacer cuando estás enojada que sea seguro para ti y aquellos a tu alrededor?”.
- Cuando su hijo tenga miedo, permanezca cerca y ofrézcale consuelo. A veces su hijo no quiere que lo alejen de la situación que le da miedo, pero quiere que usted esté ahí para ayudar. Si le tiene miedo a los monstruos, puede preguntarle qué la preocupa. Podría dibujar imágenes del monstruo al que le tiene miedo. Incluso podría ayudarla a formar un libro con sus imágenes (uniéndola con una engrapadora) y escribir sus palabras para la historia. Puede preguntarle qué la haría sentir más segura. Discutir las cosas a las que le tiene miedo puede ayudar a que gane un sentido de dominio y conocimiento que puede ayudarla a que su miedo sea más manejable.
  - Puede hacer un libro con las fotografías o preguntarle si quiere dibujar imágenes para ayudar a hacer un libro con sus imágenes (abrochándolas juntas). Cuando las imágenes o fotografías estén en el pequeño libro, ella podría querer decirle algunas palabras para que escriba sobre las imágenes. Leer este libro con ella puede ayudarla a aprender a manejar sus miedos.
- Hágale saber que todos sus sentimientos son sanos y que usted lo escuchará o reconocerá sus sentimientos.
  - Esto le permite que confíe en usted sobre sus sentimientos y no sienta que tiene que esconderle sus sentimientos, y establece la etapa para que pueda compartir sus sentimientos con usted durante un largo tiempo.

### *Aprender sobre otras personas*

- Proporcione oportunidades para que juegue con otros niños (en el parque, con los vecinos o familiares, en la guardería o clases de padre/niño).
  - Permanezca alerta cuando juegue con otros niños. Puede necesitar ayuda para negociar, escuchar las ideas de sus amigos, decir sus propias ideas y sentimientos y crear en soluciones cuando haya conflictos. También puede necesitar ayuda con la seguridad, ya que ella y sus amigos pueden estar contentos de intentar nuevas cosas y no siempre saben cómo tomar decisiones sanas.