



INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE EL DESARROLLO TEMPRANO DE LOS NIÑOS

De nacimiento a 8 meses

DESARROLLO SOCIO-EMOCIONAL

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

Resumen de 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.



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

Introducción

¿Qué aprende mi hija sobre sí misma y sus sentimientos?

- Aprender sobre quién eres como persona comienza en el nacimiento. Los bebés nacen con muchas habilidades: ver, oír, comer, vocalizar (llorar y hacer sonidos), pero todo es nuevo para ellos.
- Los bebés típicamente ingresan al mundo listos para relacionarse con las personas, establecer contacto visual, y pronto, a sonreír.
- Están muy interesados en las personas a su alrededor y aprenden acerca de ellos mismos a través de la interacción con su gente (las personas que los cuidan). Por ejemplo, una niña llora porque algo dentro de ella no se siente bien. Cuando su madre le da leche, se siente mejor. Pronto aprende que la sensación dentro de ella se llama “hambrienta” y que se irá cuando llegue la leche.
- Su hija también aprende sobre cómo las personas se sienten por ella. Cuando su gente le sonríe, le habla, la escucha y responde a su llanto y la cría, aprende que es amada e importante.

¿Qué aprende sobre las personas y las relaciones?

- Su hijo también aprende acerca de las personas con quien vive. Reconoce las personas conocidas y les sonreirá y los mirará por más tiempo que a los extraños.
- Elige estar con gente familiar y la buscará en situaciones nuevas o inciertas.
- Atentamente mira las expresiones de su gente en búsqueda de mensajes (¿están sonriendo?, ¿están tensos?, ¿están tristes?) y utiliza estas pistas para ayudarse a entender su mundo. Si su padre lo está sosteniendo y una nueva persona se acerca para decir “hola”, frecuentemente mira a la cara de su padre para comprobar su respuesta antes de interactuar con la nueva persona.
- Comienza a predecir cómo podrían suceder ciertas interacciones con personas. Cuando te ofrece una gran sonrisa, espera con expectación para que también sonrías. Cuando intenta alcanzarte, anticipa que lo levantarás.
- Todavía no sabe que las demás personas tienen sentimientos que son diferentes a los suyos, pero comienza a expresar sus sentimientos de manera más clara y está interesado en observar las expresiones de las otras personas.

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

Aprender sobre sí mismo como persona

- Sonríale a su bebé y háblele regularmente. Escuche y responda a su arrullo y otros sonidos. Estas interacciones cariñosas ayudan a que su bebé se sienta bien con ella misma y sepa que la aman y respetan.

Estas interacciones cariñosas ayudan a que su bebé se sienta bien con ella misma y sepa que la aman y respetan.

- Respóndale rápidamente cuando su hijo tenga hambre, sueño o necesite un cambio de pañal o su atención. Esto ayudará a que su bebé se sienta seguro, amado y confíe en el mundo.

Esto ayudará a que su bebé se sienta seguro, amado y confíe en el mundo.

- Háblele a su hijo. De esta manera, comienza a darle palabras sobre lo que está haciendo.



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

- “Escucho que estás llorando. Creo que tienes hambre. Prepararé todo para poder darte de comer”.
- “Has estado jugando mucho tiempo. Te estás rascando los ojos. Creo que estás cansado. Encontré tu manta favorita y te llevaré a dormir una siesta”.
- “Veo que estás intentando dar una vuelta sobre ti misma y que sigues atascándote con ese brazo, pero sigue trabajando. Sé que lo lograrás”.
- Juegue con su bebé.
 - Los juegos simples como el cú-cú son muy divertidos para su bebé y ayuda a recordarle que puedes irte, pero siempre vuelves.
 - Nombrar las partes de su cuerpo también puede ser una actividad de juego: “¿Dónde está tu nariz?”, y señale o tóquela cuando diga nariz. “¿Dónde está tu oreja?” señale o tóquela cuando diga oreja.
- Involucre a su bebé juguetonamente en rutinas como cambiar pañales o vestirse.
 - “¿Puedes sostener tu pañal limpio mientras te saco el sucio?” “Vamos a ponerte los pantalones... ¿dónde están tus pies? Ah, ¡ahí están! Se estaban escondiendo en tus pantalones”.
 - Todos estos juegos ayudan a que su hijo aprenda sobre su cuerpo y cómo funciona, ¡y también ayuda a que su hijo se sienta bien consigo mismo!

Aprender sobre sus propias emociones

- Su hijo se comunica a través del llanto, especialmente durante los primeros meses de vida. Responda de manera cariñosa cuando su hijo llora o demuestra angustia.
 - Es importante intentar descubrir cómo y qué pide su hijo cuando llora. Pero incluso si ha intentado todo y todavía llora, apreciará que la sostenga con cariño y le diga que igualmente está allí para ella. Su presencia apacible la ayudará a sentirse mejor incluso si no deja de llorar.
- Háblele a su hijo. De esta manera, comienza a darle palabras sobre lo que está sintiendo. Los bebés son sensibles a los gritos y otras expresiones de enfado y pueden tener miedo o molestarse al verlos, incluso si usted no está enfadado con ellos.
 - “Escucho que estás llorando. ¿Te sientes triste porque papá se fue afuera?”
 - “Agitas tus brazos en el aire. ¡Te ves tan contento por ver a papá!”
 - Sea consciente de la manera en que expresa sus sentimientos frente a su hijo. Ellos son sensibles a las emociones y están aprendiendo cómo expresarse por sí mismos al verla a usted.

Aprender sobre otras personas

- Tómese el tiempo en nuevas situaciones para ayudar a su bebé a acostumbrarse a las nuevas personas. A algunos bebés les gusta mirar a las personas durante un rato antes de dejarse sostener.
- Si planea que una persona nueva cuide a su bebé, pase algún tiempo ayudando a su bebé a que se sienta cómodo con la persona nueva. Podría visitar a la persona nueva con su bebé durante una hora o más antes de irse. Las primeras veces que deje a su bebé con una persona nueva, vuelva luego de una o dos horas, para que su bebé comience a entender que se va y después vuelve.

allaboutyoungchildren.org/espanol/