



INFORMACIÓN PARA FAMILIAS SOBRE EL DESARROLLO TEMPRANO DE LOS NIÑOS

De **36 meses a 48 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 hijo sobre sí mismo y sus sentimientos?

A su hijo de cuatro años le entusiasma realizar cosas por sí misma. Puede rechazar su ayuda, incluso si está luchando y se siente frustrado. Tiene muchas maneras para describirse y sus habilidades. "¡Ya tengo cuatro!". "Estoy más grande". "Me gusta dibujar". "¡Sé manejar un monopatín!". Puede celebrar sus logros alegremente. Ha desarrollado algunas maneras para ayudar a calmarse a sí misma cuando se siente molesta, pero a veces necesita el apoyo y consuelo de sus adultos para tranquilizarse. Puede comenzar a recoger por sí sola, a veces sin que se lo pidan. Puede pensar sobre cómo ha cambiado. "¡Antes tenía tres años, pero ahora tengo cuatro!"

Puede expresar y describir sentimientos como triste, enojada y asustada, puede explicar qué los causó, y puede pedir consuelo específico. También puede describir los sentimientos de otros niños y a veces identificar la razón por la que se sienten así. "Theo está triste porque Laurene derribó sus bloques". Puede ofrecer consuelo y mostrarse empática por los demás a veces, especialmente si no estuvo directamente involucrada 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 la vida. Su capacidad creciente para comunicarse y negociar con sus amigos les permite jugar durante períodos de tiempo más extensos e involucrarse en juegos más complejos.
- Comienzan a notar y describir las diferencias entre ellos y los demás. "El cabello de Nona es marrón y el mío es negro".
- 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 se enojan con alguien ya no son amigos.
- Tienen algunas habilidades para ingresar al juego con otros niños. Podrían mirar durante un tiempo, comenzar a jugar al lado de los otros o podrían preguntar si puede jugar – sugiriendo que podría ser su "hermana" en el juego de hacer que son una familia.
- Tienen algunas habilidades de negociación y podrían utilizarlas para resolver un conflicto con sus amigos. A veces 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 papá", y a veces recibirán indicaciones de parte de otros. Pero otras veces podrían molestarse y amenazar si las personas no juegan de acuerdo a sus reglas – no pueden venir a su fiesta de cumpleaños.
- Pueden participar en actividades grupales con algunos otros niños, pero no siempre pueden esperar su turno para hablar. Les gusta saber qué sucederá y si les dan información sobre una transición inminente, pueden participar en colaboración.
- Los padres y las maestras son muy importantes para ellos como fuentes de consuelo e información, pero pueden resistirse a recibir indicaciones de adultos, diciendo "no eres mi jefe". Se ven entusiasmados por tomar todas las decisiones y tener que "probar" regularmente para ver si el adulto sigue a cargo de una decisión. Comienzan a poder seguir las reglas, incluso si no hay un adulto cerca, pero a veces necesitan que les recuerden las reglas.



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

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

- Le gusta sentirse “independiente”. Podría tomar más tiempo hacer las cosas cuando ayuda, pero practicar de esta forma la ayuda a sentirse capaz y le da experiencia con sus nuevas habilidades.

Podría tomar más tiempo hacer las cosas cuando ayuda, pero practicar de esta forma la ayuda a sentirse capaz y le da experiencia con sus nuevas habilidades.

- Puede querer elegir su propio atuendo, y también vestirse y desvestirse sola.
- Le gusta ayudar con las tareas del hogar como cocinar, la jardinería, dividir la ropa para lavar, poner la mesa, guardar los juguetes o ayudar a lavar el auto.
- En su intento por ser “adulto”, podría resistirse a hacer lo que le pide. Incluso cuando necesita detenerla o establecer un límite, puede hacerle saber que entiende su idea. Si se resiste a apagar el televisor, incluso luego de que le haya dado una advertencia, puede hablar con ella, reconocerle sus sentimientos, sugerir cuándo puede mirar otra vez, y darle una opción sobre cómo terminar la actividad.
 - “Es momento de apagar el televisor ahora”. (límite positivo)
 - “Sé que te gusta mirar este programa”. (reconocer su idea)
 - “Luego de apagarlo, podemos planificar sobre cuándo puedes volver a verlo”.
 - “¿Puedes apagarlo tú misma o debo ayudarte?” (elección cerrada)
 - “Encontremos otra actividad divertida por hacer. Quizás algo en donde puedas moverte y ser activa, o quizás algo en donde puedas escribir tu propia historia”.

Aprender sobre sus propias emociones

- Hágle preguntas sobre sus sentimientos.
 - “¿Cómo te sientes ahora?”
 - “Mira al niño del libro. ¿Cómo crees que se siente? ¿Por qué crees que se siente así?”
- Ayúdela a entender sus sentimientos ofreciendo nombres para ellos cuando no tiene palabras para decirlo.
 - “Parece que te sientes triste”.
 - “Puede ser frustrante cuando intentas construir una torre y no deja de caerse”.
 - “Puedo ver que estás feliz de ir a la casa de tu amiga”.
- 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?”
 - Cuando comparta sus sentimientos y experiencias con usted, puede escuchar sus ideas y hablarle sobre ellas.
- Ayúdela a encontrar maneras sanas de expresar sus sentimientos.
 - “Pareces estar enojada con tu amiga. ¿Puedes decirle por qué estás molesta?”
 - “Si estás enojada y quieres golpear algo, puedes pegarle a este almohadón, pero puedes hacerle daño al golpear a tu amiga”.



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

- 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 al perro amigable del vecino, puede sentarse en cuclillas a su lado, abrazarlo y hablar sobre el perro. Con frecuencia, su presencia y algo de información e interacción segura lo ayudará a sentirse con menos miedo. Si quiere irse, sigue las indicaciones que da su hijo. A veces tomar una fotografía de lo que le dio miedo y dejar que su hijo mire la foto y hable sobre ella lo ayudará con su miedo.
 - 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.

Esto le permite que confíe en usted sobre sus sentimientos y no sienta que tiene que esconderle sus sentimientos.

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).
- Esté disponible cuando esté jugando con otros niños. Puede necesitar ayuda para negociar, escuchar las ideas de sus amigos, decir sus propias ideas y pensar en soluciones. También puede necesitar ayuda con la seguridad, ya que está contenta de intentar nuevas cosas.

allaboutyoungchildren.org/espanol/