



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

“EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS”

AUTORÍA M^a DEL MAR VERA GARCÍA
TEMÁTICA INTERVENCIÓN EDUCATIVA
ETAPA PRIMARIA

Resumen

El desarrollo emocional en los niños es un elemento muy importante para su posterior desenvolvimiento en la sociedad a lo largo de todas las etapas de su vida. Por eso, este artículo intenta acercar al docente los aspectos más importantes sobre el mismo, dándolo a conocer, exponiendo las estrategias para su desarrollo, ... entre otros aspectos.

Palabras clave

Desarrollo, emociones, afectividad, inteligencia, aprendizaje.

1.INTRODUCCION

En el lenguaje popular existe bastante confusión en cuanto al uso que debe darse a términos tales como "afectivo" y "emocional", y con frecuencia resultan poco claras las diferencias existentes entre los estados descritos con las palabras emoción, afecto y sentimiento. Por todo ello, esperamos que tras la lectura de este artículo dichos conceptos queden claros.

Muchas personas utilizan los términos de "crecimiento" y "desarrollo", como sinónimos. En realidad son diferentes, aunque inseparables. El crecimiento se refiere a cambios cuantitativos; aumentos de estatura y estructura. No sólo se hace mayor el niño en el aspecto físico (Desarrollo Fisiológico) sino que aumentan también el tamaño y estructura de los órganos internos y el cerebro. En cambio el desarrollo se refiere a cambios cualitativos y cuantitativos. Se puede definir como una serie progresiva de cambios ordenados y coherentes. "Progresivo" significa que los cambios son direccionales y que avanzan, en lugar de retroceder. "Ordenados" y "coherentes" sugieren que hay una relación definida entre los cambios que tienen lugar y los que los precedieron o los seguirán.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

2. EL ESTUDIO DEL DESARROLLO DEL NIÑO.

El estudio del desarrollo del niño puede definirse como la rama del conocimiento que se ocupa de la naturaleza y la regulación de los cambios estructurales, funcionales y conductuales significativos que se manifiestan en los niños durante su crecimiento y maduración. Sin embargo, el hecho de que esta disciplina se ocupe de las características infantiles no constituye la razón esencial por la cual se la incluye dentro de las ciencias evolutivas. Después de todo, la niñez constituye sólo una fracción del ciclo vital total del ser humano, que está en constante desarrollo. Por consiguiente, los científicos dedicados a investigar este período en particular no son, por fuerza, especialistas en desarrollo infantil; puede tratarse simplemente de anatomistas, fisiólogos, patólogos, psicólogos, médicos o antropólogos que se ocupan en forma exclusiva de los niños.

2.1. Razones para estudiar el desarrollo infantil.

Existen varias razones para estudiar el desarrollo infantil (Según David Ausubel y Edmund Sullivan):

- Se considera que la comprensión de la naturaleza y la regulación de los procesos evolutivos de los niños, basada en una interpretación crítica de los datos empíricos, es un fin importante en sí mismo independientemente de su aplicabilidad a problemas prácticos.
- Siempre que se tomen ciertas precauciones, las generalizaciones en el campo del desarrollo infantil se pueden aplicar para comprender y predecir el desarrollo de un niño en particular.
- Los hallazgos normativos en este campo posibilitan evaluar la conducta actual del individuo en función de los estándares de maduración y de las tareas y problemas evolutivos distintos de su nivel de edad.
- En virtud de las dos razones anteriores y debido a que proporciona una orientación teórica general para los profesionales e investigadores de los campos aplicados afines, se puede considerar que el estudio del desarrollo infantil es una de las ciencias básicas para ciertas disciplinas como la conducción del niño, la psiquiatría infantil, la pediatría y la educación. Es de suponer que el estudio cabal de la literatura científica sobre el desarrollo infantil, o cualquiera de su índole, fomentará una actitud cautelosa y crítica hacia las "modas" transitorias en materia de crianza del niño y promoverá la búsqueda de procedimientos correctos y racionales para manejar los problemas prácticos.

3. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

La inteligencia emocional es considerada como la habilidad esencial de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos adecuadamente y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo o el de los demás.

Esta habilidad para manejar emociones de forma apropiada se puede y debe desarrollar desde los primeros años de vida ya que las emociones se expresan desde el nacimiento, un niño amado, acariciado, será un niño con confianza en sí mismo, un niño seguro. La educación no solo contempla aspectos intelectuales y rendimiento escolar, actualmente se está poniendo énfasis al desarrollo de habilidades emocionales y la autoestima, es decir la educación de los sentimientos, la valoración de sí mismos.

Las personas con inteligencia emocional:

1. Aprenden a identificar sus propias emociones.
2. Manejan sus reacciones emocionales identificando maneras adecuadas de expresarlas.
3. Desarrollan una aceptación incondicional de sí mismos y de los demás.
4. Desarrollan el autocontrol y la empatía: ponerse en el lugar del otro.
5. Desde pequeños aprenden que existen distintos tipos de situaciones y que cada una les exigirá unas u otras respuestas: Resolución de problemas.

4. RASGOS CARACTERÍSTICOS DE LAS EMOCIONES DE LOS NIÑOS:

A continuación, les mostraré los 5 rasgos característicos emocionales de los niños:

1. Emociones intensas: los niños pequeños responden con la misma intensidad a un evento trivial que una situación grave.

2. Emociones aparecen con frecuencia: los niños presentan emociones frecuentes, conforme al aumento de su edad y descubren que las explosiones emocionales provocan desaprobación o castigos por parte de los adultos.

3. Emociones transitorias: el paso rápido de los niños pequeños de las lágrimas a la risa, de los celos al cariño, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

4. Las respuestas reflejan la individualidad: En todos los recién nacidos es similar, pero gradualmente dejan sentir las influencias del aprendizaje.

5. Cambio en la intensidad de las emociones: las emociones que son muy poderosas a ciertas edades, se desvanecen cuando los niños crecen, mientras otras, anteriormente débiles, se hacen más fuertes.

6. Emociones se pueden detectar mediante síntomas conductuales: los niños pueden no mostrar sus reacciones emocionales en forma directa; pero lo harán indirectamente mediante la inquietud, fantasías, el llanto, las dificultades en el habla, etc.

5. ¿CÓMO DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS NIÑOS?

Lo primero que debemos hacer es conocer cómo es el desarrollo emocional del niño en los primeros años para de esta forma saber qué habilidades necesitan estimularse según cada etapa.

El desarrollo evolutivo de la afectividad, se presenta de esta manera:

- El recién nacido siente malestar o sosiego. Llora o ríe. Su mundo es de necesidades, afectos y acciones, el primer trato con la realidad es afectivo.
- Hacia los 18 meses ya se han conectado las estructuras corticales con las profundas del cerebro, lo que permite la aparición de una afectividad inteligente.
- Hacia el primer año, la seguridad del afecto de la madre es lo que permite al niño apartarse, explorar, dominar los miedos y los problemas, una correcta educación proporciona la seguridad y el apoyo afectivo necesarios para sus nuevos encuentros.
- El desarrollo de la inteligencia está muy ligado a la educación de los sentimientos, sentirse seguro es sentirse querido, en la familia uno es querido radical e incondicionalmente. Las experiencias infantiles impregnadas de afecto pasan a formar parte de la personalidad a través de la memoria, aprende a andar y a hablar y su mundo se expande.
- Hacia los dos años entran en su mundo las miradas ajenas, disfrutan al ser mirados con cariño. A partir de ahora cobra gran fuerza educativa la satisfacción ante el elogio o ante las muestras de aprobación de aquellos a quien él aprecia.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

- Hacia los 7-8 años nos convertimos en actores y jueces: reflexión y libertad. Y aparecen el orgullo y la vergüenza aunque no haya público.
- Hacia los 10 años pueden integrar sentimientos opuestos. Empieza a darse cuenta de que los sentimientos deben controlarse.
- La adolescencia es una etapa decisiva en la historia de toda persona. Los sentimientos fluyen con fuerza y variabilidad extraordinarias, es la edad de los grandes ánimos y desánimos, muchos experimentan la rebeldía de no poder controlar sus sentimientos ni comprender su complejidad., el descubrimiento de la libertad interior es importante para la maduración del adolescente, al principio pueden identificar obligación con coacción, el deber con la pérdida de libertad.
- Al ir madurando comprende que hay actuaciones que le llevan a un desarrollo más pleno y otras que le alejan, que lo que apetece no siempre conviene, que una libertad sin sentido es una libertad vacía.
- Ha de descubrir que actuar conforme al deber perfecciona y necesita aceptar el deber como una voz amiga, que se puede asumir con cordialidad.

6. ESTRATEGIAS PARA ESTIMULAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS NIÑOS:

- **Dar nombre a los sentimientos:** Ser capaces de nombrar emociones como la cólera o la tristeza, les ayuda a reconocer esas emociones cuando las sienten. Y saber qué es lo que sienten les puede ayudar a sobrellevar ese sentimiento. Enséñele a su niño a reconocer emociones (alegría, tristeza, cólera, miedo) a través de cuentos, tarjetas con dibujos, etc.
- **Relacionar gestos con sentimientos:** Es importante que el niño aprenda a identificar emociones en otras personas, de esta manera desarrollará la empatía. Haga gestos de sorpresa, tristeza, cólera, alegría, temor..., converse con él acerca de las emociones que podrían estar sintiendo los personajes de un cuento o los actores de televisión.
- **Orientarlos:** Una vez que sus hijos sepan reconocer sus emociones, déles normas básicas para enfrentarse a ellas. Una buena norma es "Cuando expreses tu enfado no puedes hacerte daño ni a ti, ni a los demás, ni a las cosas". Explique a sus hijos lo que sí pueden hacer. Por ejemplo: correr en el jardín, dibujar figuras enfadadas, dar puñetazos a una almohada, arrugar un periódico, etc. Hacer esto no es malo, al contrario, expresar lo enojado que se siente es saludable, siempre que se exprese de manera aceptable. Además de ello se debe enseñar al niño a relajarse cuando estén nervioso o disgustado, anímelo a respirar hondo mientras cuentan



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

hasta tres y a expulsar despacio el aire. O dígame que cierre sus ojos y tensen los músculos, cuenten hasta seis y relajen los músculos.

- **Actuar con empatía:** En los niños más pequeños es recomendable reconocer sentimientos en ellos mismos y en los demás, empiece con las actividades de "Dar nombre a los sentimientos" y "Relacionar gestos con sentimientos". También puede hacer juegos de imitar los gestos del compañero, estas actividades permiten "ponerse en el lugar del otro".
- **Alabar lo positivo:** Felicítelos cuando sus hijos se enfrenten bien a sus emociones o muestren preocupación por los demás, dígame que usted se da cuenta de ello. Ejemplos: "Muy bien hecho lo de marcharte a tu cuarto a tranquilizarte".
- **Enséñele con el ejemplo:** Esta es la mejor manera para que sus hijos entiendan cómo expresar adecuadamente las emociones, sin causar daño. Por ejemplo si ha pasado un mal día en la oficina, váyase de paseo en lugar de gritar y desquitarse con los demás. Otras estrategias para calmar el estrés son: respirar hondo, darse un baño caliente, llamar a un amigo o escribir en su diario. Si tiene una explosión de mal genio delante de sus hijos, hable luego con ellos. Cuénteles por qué estaba enfadado. Luego explíqueles que se enfrentó a sus sentimientos de forma equivocada y que intentará hacerlo mejor la próxima vez.

7. ¿QUÉ ACTITUDES TOMAN LOS NIÑOS HACIA SUS CAMBIOS?

A medida que progresa la edad adulta, muchos hombres y mujeres les temen a los cambios, ya sea que se trate de la pérdida de la visión o la acumulación de grasa en la edad madura, que le anuncia al mundo que están envejeciendo, o bien, las responsabilidades adicionales que lleva aparejadas la edad. Por el contrario, los niños tienden a recibir con "beneficios" todos los cambios, porque los acercan más a los privilegios y la libertad que asocian a la "edad adulta".

Los estudios sobre la "felicidad" revelan también que las actitudes de los niños hacia el cambio son, en su mayor parte, favorables. Los informes retrospectivos en los que los adultos miran hacia atrás y tratan de recordar lo que sentían sobre sus propias vidas a diferentes edades, han revelado que sus recuerdos más sobresalientes se relacionaban con sus primeras experiencias nuevas, cada una de las cuales era un símbolo del progreso hacia la madurez (Madurez Escolar).

El hecho de si las actitudes individuales de los niños hacia el cambio son en general favorables o desfavorables depende de muchos factores, entre ellos:

1. La conciencia que tienen los niños de los cambios. A medida que los bebés se va haciendo más autónomos, comienzan a resentir que se les atienda.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

2. El modo en que los cambios afectan su conducta. Si los cambios les permiten a los niños ser más independientes de la ayuda de los adultos o les da mayor fuerza y velocidad, con el fin de que puedan tomar parte en las actividades de juegos que asocian con otros niños, recibirán los cambios con favoritismo (beneficios).
3. Las actitudes sociales hacia los cambios afectan a los niños al igual que los adultos. Por ejemplo, la mayoría de los padres animan a sus hijos a "crecer" lo más pronto posible.
4. Las actividades sociales se ven afectadas, al menos hasta cierto punto, por el modo en que influye el cambio en el aspecto del niño. A medida que un niño cariñoso se convierte en preadolescentes desgarrado y que se le caen los dientes, lo que le da a su rostro un aspecto cómico, si no de fealdad, el niño puede resultar menos atractivo para los adultos.
5. Las actitudes culturales afectan al modo en que las personas tratan a los niños, como resultado de los cambios en su aspecto y su conducta. En su mayor parte, las actitudes son más favorables hacia los bebés y los niños pequeños que hacia los mayores.

7. CONDICIONES DE LAS QUE DEPENDEN EL DESARROLLO EMOCIONAL:

Los estudios de las emociones de los niños han revelado que su desarrollo se debe tanto a la maduración como al aprendizaje y no a uno de esos procesos por sí solo. La maduración y el aprendizaje están entrelazados tan estrechamente en el desarrollo de las emociones que, algunas veces, es difícil determinar sus efectos relativos, en donde se distinguen:

a) Papel de la Maduración: El desarrollo intelectual da como resultado la capacidad para percibir los significados no advertidos previamente, el que se preste atención a un estímulo durante más tiempo y la concentración de la tensión emocional en un objeto. El aumento de la imaginación, la comprensión y el incremento de la capacidad para recordar y anticipar las cosas, afectan también a las reacciones emocionales. Así, los niños llegan a responder estímulos ante los que se mostraban indiferentes a una edad anterior. El desarrollo de las glándulas endocrinas, es esencial para la conducta emocional madura. El niño carece relativamente de productos endocrinos que sostienen parte de las respuestas fisiológicas a las tensiones. Las glándulas adrenales, que desempeñan un papel importante en las emociones, muestran una disminución marcada de tamaño, poco después del nacimiento. Cierta tiempo después, comienza a crecer; lo hacen con rapidez hasta los cinco años, lentamente de los 5 a los 11 y con mayor rapidez.

b) Papel del Aprendizaje: Hay cinco tipos de aprendizaje que contribuyen al desarrollo de

C/ Recogidas Nº 45 - 6ªA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

patrones emocionales durante la niñez. En el siguiente cuadro, se presentan y explican esos métodos y el modo en que contribuyen al desarrollo emocional de los niños.

1. Aprendizaje por ensayo y error: incluye principalmente el aspecto de respuestas al patrón emocional. Los niños aprenden por medio de tanteos a expresar sus emociones en formas de conductas que les proporcionan la mayor satisfacción y abandonar las que les producen pocas o ninguna. Esta forma de aprendizaje se utiliza a comienzos de la infancia, que más adelante.

2. Aprendizaje por Imitación: Afecta tanto al aspecto del estímulo como al de la respuesta del patrón emocional. Observar las cosas que provocan ciertas emociones a otros, los niños reaccionan con emociones similares y con métodos de expresiones similares a los de la o las personas observadas.

3. Aprendizaje por Identificación: es similar al de imitación en que los niños copian las reacciones emocionales de personas y se sienten excitados por un estímulo similar que provoca la emoción en la persona imitada.

4. Condicionamiento: significa aprendizaje por asociación. En el condicionamiento, los objetos y las situaciones que, al principio, no provocan reacciones emocionales, lo hacen más adelante, como resultado de la asociación.

5. Adiestramiento: Se les enseña a los niños el modo aprobado de respuesta, cuando se provoca una emoción dada. Mediante el adiestramiento, se estimula a los niños a que respondan a los estímulos que fomentan normalmente emociones agradables y se les disuade de toda respuesta emocional. Esto se realiza mediante el control del ambiente, siempre que es posible.

8. CONCLUSIÓN

Como conclusión, podemos decir que tanto la maduración como el aprendizaje influyen en el desarrollo de las emociones; pero el aprendizaje es más importante, principalmente porque se puede controlar. También la maduración se puede controlar hasta cierto punto; pero sólo por medios que afectan a la salud física y al mantenimiento de la homeostasis, o sea, por medio del control de las glándulas cuyas secreciones se ven estimuladas por las emociones.

El control sobre el patrón de aprendizaje es una medida tanto preventiva como positiva. Una vez que se aprende una respuesta emocional indeseable y se incluye en el patrón del niño, no sólo es probable que persista, sino que se haga también cada vez más difícil de modificar a medida que aumenta su edad.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009

Puede persistir incluso hasta la vida adulta y necesitar ayuda profesional para modificarse. Por esto se puede decir con justicia que la niñez es un "período crítico", para el desarrollo emocional.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y WEBS

- Martínez López, M. (2005). Cómo favorecer el desarrollo emocional y social de la infancia:hacia un mundo sin violencia. Los libros de la Catarata.
- Sroufe, L. Alan (2000). Desarrollo emocional: la organización de la vida emocional en los primeros años. México: Oxford University Press.
- www.soitu.es/soitu/2008/12/03/info/1228305146_806848.html
- www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/Curricula/CCHA/15_CCHA_SP_SocialEmot_0606_v3.pdf
- www.eljuegoinfantil.com/psicologia/evolutiva/emocional/

Autoría

- Nombre y Apellidos: M^a del mar Vera García
- E-mail: cascabel_girl@hotmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 15 – FEBRERO DE 2009