

SEÑALES DE ALERTA. AUTOESTIMA NEGATIVA:

- Insatisfacción continua con lo que hace
- Resalta solo los efectos o aspectos negativos
- Se siente incapaz de hacer las cosas por si solo
- Muestra muchas dudas cuando debe tomar una decisión
- Es negativo respecto a sus posibilidades
- Se queja que los demás no le tiene en cuenta o le rechazan
- Se responsabiliza de los sucesos negativos que ocurren a su alrededor
- Con frecuencia manifiesta un estado de ánimo triste



CÓMO FOMENTAR LA AUTOESTIMA

- Crear un clima familiar donde prime el afecto incondicional, que el niño se sienta seguro y querido independientemente de lo que haga o diga
- Expresar cariño, elogiar, y favorecer el contacto físico positivo
- Ayudar al niño a reconocerse como alguien único y especial
- Encontrar tiempo para estar con el/ella
- Evitar comparaciones

- Fijar la atención en las cualidades positivas
- Ayudar a crear un proyecto realista y ajustado a las posibilidades del niño
- Hacer ver las cosas que no están bien hechas, concretándolo a la acción y evitando descalificaciones como persona ("te has comportado mal" vs "eres malo")
- Evitar castigos físicos
- Fomentar la independencia y la autonomía, tener iniciativa y confiar en sus propias posibilidades. Tratar de resolver sus propios problemas
- Asumir pequeños riesgos y aprender de los errores
- Elogiar los esfuerzos aunque no consiga los objetivos planteados



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

Centro de Atención Infantil Temprana (CAIT)

Hospital San Juan de Dios

Avda. del Brillante 106

14012, Córdoba

www.sjd.es/cordoba



DESARROLLO EMOCIONAL INFANTIL



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

www.sjd.es

¿QUÉ ES EL DESARROLLO EMOCIONAL?

Es el resultado de la interacción entre el desarrollo cognitivo y la experiencia social.

Incluye tres facetas importantes: la expresión emocional, el control de las propias emociones y la comprensión y respuesta a las emociones de los demás



1. DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN EMOCIONAL

Está presente desde el nacimiento con las expresiones emocionales básicas de agrado-desagrado, que conllevan un deseo de proximidad vs malestar o rechazo

Progresiva diferenciación y diversificación: alegría-malestar, cólera- sorpresa, miedo-tristeza

Poco a poco hay mayor diferenciación y discriminación de las situaciones que generan las emociones

Las más tardías en aparecer en el periodo infantil son las Emociones autoconscientes o socio-morales (vergüenza, orgullo, culpa) que conllevan un conocimiento de las normas sociales, la evaluación de la propia conducta en función de dichas normas y la atribución de responsabilidad por ajustarse o no a las normas

2. CONTROL DE LAS PROPIAS EMOCIONES

La autorregulación o control emocional es la capacidad de modular la expresión externa de las emociones, ante situaciones y normas sociales que así lo requieran.

En los menores de 2 años habría poca o ninguna autorregulación. Lo que sienten por dentro, lo expresan por fuera.

De 3 a 4 años, comienza a aparecer cierta regulación, pero aun es poco eficaz, y requiere control externo

A partir de los 4 años, muestran mayor habilidad de autorregulación, teniendo en cuenta las normas sociales. Expresan sus emociones cuando ellos y ellas quieren.



3. LA COMPRESIÓN Y RESPUESTA A LAS EMOCIONES DE LOS DEMÁS

En menores de 2 años, hay una comprensión muy inespecífica de las emociones. Aparece el contagio emocional

De 3 a 4 años, va mejorando la comprensión emocional, pero aun poco es poco específica. Los niños/as aprenden de su propia experiencia que determinadas situaciones conllevan ciertas emociones

A partir de los 4 años muestran un mayor conocimiento de las emociones, y realizan atribuciones causales más adecuadas

3. DESARROLLO DE LA IDENTIDAD

Formado por el AUTOCONCEPTO Y LA AUTOESTIMA

AUTOCONCEPTO es la idea general que elaboramos sobre nosotros mismos en distintos aspectos de nuestra vida. Al inicio de la infancia, muy ligado a aspectos físicos y tangibles: soy un niño/a, alto/bajo, delgado/gordo... Poco a poco, se desarrollan atributos internos o de formas de ser: soy simpática, soy tímido, soy divertido...

AUTOESTIMA es la valoración que hacemos del autoconcepto, y puede ser positiva o negativa.

Se forma a través de las opiniones de las personas significativas desde el nacimiento. De esto depende que el niño/a se sienta querido y protegido y se perciba así mismo como alguien importante y valioso

