



## Queridos apoderados;

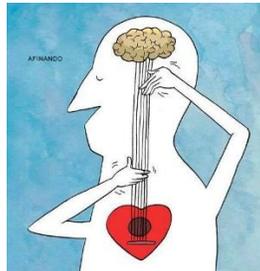
Dando inicio a nuestra primera Unidad “Emociones”, es quiero compartir con ustedes, el siguiente documento, el cual aborda la importancia de propiciar un ambiente contenedor sano (entendiéndose éste como el rol que deben cumplir las figuras parentales) para propiciar de este modo un desarrollo emocional óptimo desde la temprana infancia.

A continuación, encontrarán además un video que da cuenta de la misma temática

<https://www.youtube.com/watch?v=AdcVzTOVqmE>

---

## ¿Qué es lo esperable en el desarrollo emocional de un niño?



El niño tiene desde su nacimiento, la capacidad fundamental de relacionarse socialmente. Pero podrá desarrollarla siempre y cuando haya alguien, el cuidador primario, disponible para establecer esta relación social. Por eso, se puede pensar que para el bebé no es posible desarrollarse en soledad.

El bebé nace en un estado de indefensión tal que para sobrevivir, constituirse en ser humano y desarrollar su potencialidad genética necesita de otras personas que le provean de todo aquello que es necesario, ya que no puede hacerlo por sí mismo. Los niños entonces, al presentar una estructura psíquica inmadura en formación, se encuentran en un estado de gran fragilidad.

Las experiencias afectivas con sus cuidadores primarios en los primeros años de vida tienen una enorme influencia a favor del desarrollo cognitivo, social y emocional, íntimamente relacionados.

Entonces...*la constitución de lo subjetivo dependerá de lo intersubjetivo.* Comprendiendo la importancia de lo anterior es que me gustaría introducirlos en algunos conceptos básicos que como cuidadores primarios debemos conocer y que apunta a lo que nuestros niños necesitan.

En primer lugar entenderemos por desarrollo emocional o afectivo al proceso por el cual el niño construye su identidad (su yo), su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo



que lo rodea, a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. A través de este proceso el niño puede distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos conscientes como los inconscientes”.

Ahora para que este desarrollo emocional se adquiera de manera óptima, requiere de 3 principales acciones por parte de sus cuidadores, las cuales explicaré a continuación:

### **1. Sostén emocional:**

Alude a la necesidad de “*ser sostenido emocionalmente por otro*”. En el caso de los niños quienes aún no son capaces de regular sus emociones ya que muchos de ellos ni siquiera han desarrollado conciencia emocional de las mismas, resultará crucial contar con un cuidador hábil y efectivo a la hora de contener y procesar aquellos estados displacenteros, sirviendo de canalizador de su angustia, y modulador de sus reacciones.

Entendiendo esto, comprenderemos la importancia de que este sostén emocional se de en un marco de vínculo estable, un vínculo de apego cotidiano y previsible que le permitan al niño construir una relación de apego seguro.

### **2. La constitución de la regulación afectiva:**

En la primera infancia, el niño(a) carece de la capacidad de regular por sí mismo sus estados emocionales quedando a merced de reacciones emocionales intensas. La regulación afectiva solo puede tener lugar en el contexto de una relación con otro ser humano. El contacto físico y emocional (abrazar, hablar, tranquilizar) permite al niño establecer la calma en situaciones de necesidad de ir aprendiendo a regular por sí mismo sus emociones. Para esto resulta crucial que el adulto ponga en juego una capacidad empática que le permita comprender que es lo que necesita ese niño. Se trata de mentalizar certeramente aquella necesidad, entendiendo la mentalización como la capacidad de interpretar el comportamiento del otro.

### **3. La constitución de la confianza básica:**

La confianza se relaciona con la seguridad que un niño tiene de saber que sus cuidadores son sensibles a sus necesidades físicas y emocionales y que van a estar disponibles si los necesita. Por lo que la confianza básica es un logro que se da como resultado de numerosas interacciones satisfactorias entre el bebe/niño y sus cuidadores primarios.

La expectativa que tiene el niño sobre lo que se puede esperar de los demás se crea a partir de las experiencias tempranas concretas de interacciones positivas y repetidas en el tiempo. Se construyen así esquemas mentales acerca de cómo es estar con el otro.

Resulta de suma importancia comprender la influencia y repercusión de los vínculos afectivos en el desarrollo cerebral.



*Saint Gaspar College*

*Misioneros de la Preciosa Sangre*

Formando Personas Integras



---

*“El desarrollo del cerebro del infante depende en parte de las experiencias que vive. El vínculo temprano tiene un impacto directo en la organización cerebral. Un niño es producto de un entrecruzamiento entre la biología con la que nace, el contexto en el que se cría y la capacidad psíquica y mental que va constituyendo”*

A modo de resumen, resulta crucial nuestro rol como principales figuras de apego, constituyéndonos como modeladores y canalizadores de las experiencias futuras de nuestros niños, comprendiendo que la subjetividad se crea en primera instancia, en la interrelación con sus cuidadores primarios.

---

Por último, comprendiendo el contexto actual por el cual atravesamos, les comparto un cuento creado por la psicóloga Andrea Cardemil “Hibernando” quien hace una analogía entre un oso que debe hibernar y todos los sentimientos que eso le provoca, como la cuarentena por la cual estamos atravesando todos nosotros.

[Hibernando.pdf](#)

María Jesús Sinclair  
Psicóloga Ciclo Preescolar