



Fichas para familias:

Acompañando el desarrollo emocional de niños y niñas





Subsecretaría de Educación Parvularia
Julio 2025

Acompañando el desarrollo emocional de niños y niñas

Todas las personas necesitamos ser acompañadas emocionalmente por otras. En el caso de guaguas, niñas y niños este acompañamiento es de gran importancia ya que les permite desarrollarse emocionalmente, vincularse con otras personas y enfrentar situaciones de estrés, aprendizajes los marcarán durante toda su vida.

El vínculo más importante que las guaguas, niñas y niños construyen con otras personas se conoce como apego y se define como aquella relación con la madre, padre o cuidador principal que se supone es constante y receptivo a sus necesidades.

Cuando esta relación es cálida, íntima y continua y entrega satisfacción y alegría, hablamos de "apego seguro", el que constituye la principal base para un

adecuado desarrollo socioemocional.

Para que una guagua, niño o niña, tengan un apego seguro con su persona cuidadora es importante prestar atención a sus necesidades, responder a ellas de manera oportuna, reconocer sus emociones y acompañarlas, construyendo un ambiente de seguridad y buen trato. Para ello se requiere:

- Estar emocionalmente disponibles a señales de necesidades o deseos, tanto corporales (dolor, hambre, sueño) o emocionales (molestia, compañía)
- Tener la capacidad permanente de preguntarse sobre lo que podrían estar sintiendo frente a determinadas situaciones.

- Reflexionar respecto de las creencias sobre la crianza y las expectativas que las personas cuidadoras tengan sobre las guaguas, niños y niñas que están a su cuidado y cómo estas afectan la interacción.
- Comprender la importancia del acompañamiento emocional, especialmente cuando ocurre en contextos de estrés.

Acompañamiento emocional ante situaciones de estrés

El llanto intenso, los gritos, los golpes erráticos y lanzamiento de objetos son manifestaciones comunes en guaguas, niños y niñas, ya que están aprendiendo progresivamente a identificar y regular sus emociones frente al estrés por lo que deben reconocerse siempre como una manifestación de un malestar y como conductas que requieren una atención sensible y respetuosa y compañía y nunca como una estrategia intencionada de manipulación merecedora de castigo.



El estrés en guaguas, niñas y niños, puede producirse por causas diferentes a las que les suceden a las personas adultas, algunas situaciones que pueden generarlo son:

- Separarse de miembros su familia o cuidadores
- Perder objetos o tener que abandonar lugares
- No querer obedecer órdenes
- No poder participar de actividades con otras personas
- Tener que exponerse a situaciones sociales
- Dolor producido por un malestar físico o un accidente
- Conflicto con otros niños o niñas

Es importante comprender que experimentar estrés no debe considerarse necesariamente como algo negativo. Muchas situaciones de estrés forman parte de la vida cotidiana de niños y niñas, como el primer día en el jardín, recibir una vacuna o alejarse de sus figuras de apego. Estas situaciones constituyen oportunidades para reconocer y transitar por

diversas sensaciones corporales y emociones, que resultan clave para el desarrollo socioemocional.

Asimismo, contar con el apoyo sensible y respetuoso de personas adultas para enfrentar situaciones de estrés, como pérdidas, desastres o accidentes importantes, permite responder adecuadamente a la adversidad y recuperarse más prontamente de ella.



Guaguas, niños y niñas desde edades muy tempranas imitan la respuesta frente al estrés de sus figuras de apego, por lo que estas situaciones son muy importantes para modelar su desarrollo emocional.

Cuando las personas adultas acompañan desde un estado emocional negativo, se genera una predisposición a una actitud de defensiva y control que dificulta un acompañamiento sensible y amoroso y en ese acto, guaguas, niños y niñas van aprendiendo que las respuestas de las personas adultas tienen ciertas características. Esa interacción de manera permanente va instalando un estilo de apego hacia sus cuidadores/as

Experimentar adversidades importantes, frecuentes y sostenidas en el tiempo, como abuso físico o emocional, falta de atención o situaciones extremas, sin la presencia de personas adultas que brinden protección y acompañamiento emocional, puede generar estrés tóxico, y afectar el desarrollo emocional y teniendo consecuencias negativas, profundas y duraderas



Algunas estrategias que suelen ser de utilidad para responder adecuadamente al estrés de guaguas, niños y niñas:

- Prepararse para entregar acompañamiento emocional: darse un momento breve para buscar la tranquilidad.
- Ofrecer cobijo físico y emocional: ponerse a la altura, ofrecer un abrazo, desarrollar una respiración conjunta.
- Buscar las causas que podrían estar provocando el malestar: dolor, hambre, sueño, frustración, conflicto con otras personas.
- Enseñar a reconocer las señales corporales de la emoción y a expresar las emociones que están provocando: “tienes rabia, yo también aprieto las manos cuando me enojo”
- Empatizar y validar el estado emocional del niño o niña: “entiendo que tengas rabia, a mi también me molesta que (...)"
- Acompañar en el tránsito hacia identificar emociones y actitudes que contribuyan a su bienestar y regulación, promoviendo formas

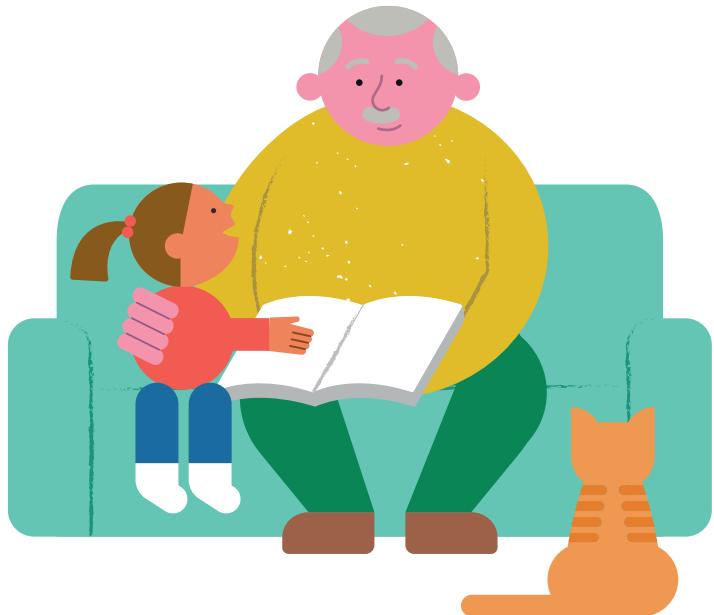
adaptativas para sí mismo y otras personas:
“¿quieres un abrazo?”

- Promover la resolución del conflicto, identificando el problema, evaluando causas y buscando soluciones: ¿Cómo podemos solucionarlo? ¿Te puedo ayudar?"



Mayor información: [https://www.crececontigo.
gob.cl/](https://www.crececontigo.gob.cl/)

**Si necesitas conversar o chatear con alguien:, de
lunes a viernes de 08:30 a 19.00 horas, al teléfono
800 200 818 o www.fonoinfancia.cl.**





En colaboración con UNICEF