

## LAS ETAPAS DEL DESARROLLO EMOCIONAL

### LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES

El desarrollo de las emociones sigue paralelo al desarrollo cognitivo y al desarrollo moral.

El aprendizaje emocional tiene lugar desde los primeros meses de vida del niño.

Los lactantes son capaces de expresar y discriminar desde los 3 meses de edad las emociones de alegría, ira, miedo, sorpresa, desagrado y tristeza.

Es vital, si pretendemos una educación integral atender no sólo al desarrollo de capacidades cognitivas sino enseñar a los hijos a expresar las distintas emociones que suscitan las situaciones del día a día.

Veamos en la siguiente gráfica la evolución de la emocionalidad para que sepamos conocer y comprender cada etapa para poder ayudar mejor a nuestros hijos.

EDAD	Manifestación emocional
<b>En el nacimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las emociones que se consideran innatas o están presentes ya en el mismo momento de nacer son las denominadas de supervivencia: el llanto, la sonrisa, el interés y el disgusto.</li> <li>Durante los 8 o 9 meses posteriores al nacimiento, el desarrollo emocional posee funciones de supervivencia y comunicación con los padres o cuidadores.</li> <li>La experimentación del estado de calma o placer en los bebés se produce como consecuencia de aliviar la molestia ocasionada por el pipí y la caca (sentirse limpio). También por satisfacer las necesidades de hambre, sentirse colmado, y por reducir la tensión muscular, calmarse al cambiarlo de postura.</li> </ul>
<b>1er mes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aparecen las primeras caricias como respuesta al placer visceral.</li> <li>Reconocen en los demás emociones positivas como la alegría y emociones negativas como el enfado. Responden al arrullo.</li> </ul>
<b>3 primeros meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alrededor de los 3 meses aparece la sonrisa social, que induce a que los adultos le estimulen socialmente de manera continuada. Esta sonrisa se va haciendo más específica y diferencial con respecto a los padres o los cuidadores.</li> <li>Se producen reacciones por sobresaltos o ruidos súbitos, inicio de la ansiedad.</li> <li>Aparece el susto como respuesta ante los estímulos bruscos.</li> <li>Desde los 2 a los 5 meses, los bebés desarrollan la capacidad de discriminar entre expresiones faciales de contento, de rabia, de sorpresa.</li> </ul>
<b>4 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ríe cuando manipula sus juguetes.</li> <li>Los bebés de 4 meses pueden discriminar entre un gesto furioso y un gesto de tristeza.</li> </ul>
<b>5 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comienza a desarrollarse el interés que ya estaba presente en el nacimiento, como búsqueda de nuevos estímulos hacia todo lo que le rodea.</li> <li>Aparece también la sorpresa, al experimentar el niño que no se cumplen todas sus expectativas sobre lo que le rodea. Puede sorprenderse al observar una cara de enfado cuando él realmente esperaba una sonrisa.</li> <li>Responde con risas a la manipulación táctil.</li> </ul>
<b>6 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se excita fácilmente dando muestras de alegría.</li> <li>Ríe y chilla en el juego.</li> <li>Presenta reacciones de asombro.</li> <li>Reacciona con miedo al retirarle la base sobre la que se apoya.</li> </ul>
<b>7 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Presenta reacciones de ansiedad ante estímulos inesperados o desconocidos.</li> </ul>
<b>8 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifican al significado emocional de una emoción, tanto positiva como negativa.</li> </ul>
<b>6-8 meses</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muestran comportamientos empáticos al ver llorar a otro niño.</li> <li>Aparece la emoción de miedo y la culpa. La función que cumple la aparición del miedo es la de preservación y autoprotección. Experimentar la culpa implica la conciencia de que las acciones propias son el origen de algo que ocurre a su alrededor.</li> <li>Continúan desarrollándose las habilidades empáticas. Lloro cuando riñen al hermano.</li> <li>Supera el temor a la pérdida repentina del soporte. Supera pequeñas situaciones de miedo.</li> <li>A partir de los 19 meses comienza a inhibir sus emociones.</li> </ul>
<b>1 año</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Durante el primer año y medio de vida, los niños realizan un aprendizaje de las conductas afectivas de los demás, las cuales le sirven de fuente de información para evaluar situaciones indefinidas o ambiguas, y pueden responder vicariamente al malestar de otros, aunque inicialmente no aparezcan conductas instrumentales de ayuda empática.</li> </ul>
<b>2 años</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Imita la expresión facial de emociones básicas.</li> </ul>
<b>3 años</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Distinguen a las personas por la relación emocional que establecen. Personas que le proporcionarán ayuda, juego, etc.</li> </ul>
<b>3 años y medio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocen emociones y sentimientos en los personajes de los cuentos explicados por los adultos.</li> </ul>
<b>4 años</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emplean términos como feliz, contento, alegre, enfadado, asustado...</li> </ul>
<b>Hasta los 5/ 6 años</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se produce un acelerado aprendizaje de la expresividad emocional.</li> <li>Se producen manifestaciones conductuales que implican estados emocionales: hacer bromas a compañeros, molestar intencionadamente.</li> </ul>