



## Apoyar el desarrollo de la expresión de emociones

Temprano en la vida, los bebés expresan emociones a través de expresiones faciales, vocalizaciones y lenguaje corporal. La expresión de la emoción se puede definir como “la capacidad en desarrollo de expresar una variedad de sentimientos a través de expresiones faciales, movimientos, gestos, sonidos o palabras” (California Department of Education, 2009, p. xi).

Comprender y expresar una variedad de emociones son aspectos clave en el desarrollo de las relaciones sociales de los niños pequeños.



### El papel crítico de los cuidadores

El desarrollo socioemocional saludable de los bebés y niños pequeños se produce a través de relaciones cálidas, positivas y seguras con adultos cariñosos y afectuosos. El desarrollo emocional comienza temprano en la vida y es un aspecto crítico del desarrollo que está firmemente ligado a todas las demás áreas del crecimiento y desarrollo de los niños.

Los cuidadores de bebés y niños pequeños desempeñan un papel importante en el apoyo a bebés y niños pequeños en entornos de cuidado infantil para desarrollar su capacidad de sentir, manejar y expresar emociones de manera positiva. Reconocer y comprender que los bebés no nacen con la capacidad de comprender y manejar sus sentimientos es de vital importancia. Necesitan adultos que los apoyen para ayudarlos a crecer y desarrollarse en esta área.

**Los cuidadores pueden observar los siguientes signos que los bebés y niños pequeños están desarrollando la capacidad de expresar emociones:**



Alrededor de los 8 meses de edad, los niños pueden expresar una variedad de emociones, como felicidad, tristeza, sorpresa, ira y miedo (California Department of Education, 2009).



Alrededor de los 18 meses de edad, los niños pueden “expresar emociones de manera clara e intencional y comenzar a expresar algunas emociones complejas como el orgullo” (California Department of Education, 2009, p. 25).



Alrededor de los 36 meses de edad, los niños pueden expresar emociones complejas como orgullo, vergüenza, pena, y culpa. Los niños pueden usar palabras para describir sentimientos a otros o representarlos en juegos de simulación (California Department of Education, 2009).

**En entornos de cuidado infantil, los cuidadores pueden apoyar a los bebés y niños pequeños a medida que desarrollan la capacidad de expresar emociones al hacer lo siguiente:**

- ◆ Usar un tono de voz calmado y alentador al hablar con bebés y niños pequeños
- ◆ Mostrar calidez y afecto a los bebés y niños pequeños y brindarles comodidad física sosteniéndolos, meciéndolos y abrazándolos, según corresponda a las preferencias de cada niño
- ◆ Responder rápida y consistentemente a las necesidades físicas y emocionales de los bebés y niños pequeños
- ◆ Ofrecer y alentar el uso de artículos de comodidad familiares, como un chupete, una manta o un animal de peluche favorito (siempre respetando las normas de seguridad)
- ◆ Alentar y permitir que los niños pequeños expresen sus emociones y enseñarles estrategias para manejar los sentimientos fuertes (por ejemplo, respiración profunda para los niños pequeños, usar una pelota para apretar o pedir ayuda a un adulto)

**Cita**

California Department of Education. (2009). *California infant/toddler learning and development foundations* [Fundamentos de aprendizaje y desarrollo de bebés y niños pequeños de California]. <https://www.cde.ca.gov/sp/cd/re/documents/itfoundations2009.pdf>

*El Centro Estatal de Capacitación (SCBC, sigla en inglés) trabaja con líderes estatales y territoriales y con sus socios para crear sistemas y programas innovadores para la primera infancia que mejoran los resultados para los niños y sus familias. El SCBC está financiado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., a través de la Oficina Nacional de Cuidado Infantil de la Administración para Niños y Familias.*

**Centro Estatal de Capacitación,  
Servicio de la Oficina Nacional de Cuidado Infantil**

9300 Lee Highway  
Fairfax, VA 22031

Teléfono: 877-296-2401  
Correo electrónico: CapacityBuildingCenter@ecetta.info

**Suscríbese para recibir actualizaciones**  
[http://www.occ-cmc.org/occannouncements\\_sign-up/](http://www.occ-cmc.org/occannouncements_sign-up/)



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**