



GUÍA PARA ACOMPAÑAR A COMUNIDADES EDUCATIVAS

Promoviendo el
desarrollo socioemocional
de niños y niñas desde una
mirada respetuosa



Autoras

Ximena Espinosa González y Silvia Valenzuela Valenzuela

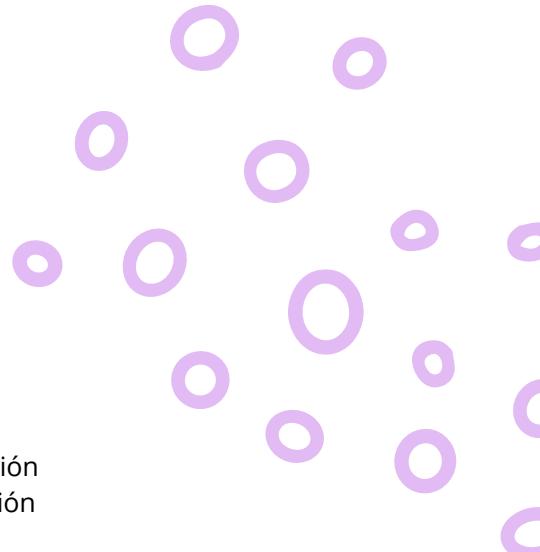

EDICIONES
UCSC

Autoras



Ximena Claudia Espinosa González

Licenciada en Educación
Educadora de Párvulos
Magíster en Educación Inicial
Académica Asociada de la Facultad de Educación
Universidad Católica de la Santísima Concepción
Chile



Silvia Elena Valenzuela Valenzuela

Licenciada en Psicología
Psicóloga
Magíster en Intervención con Jóvenes y Adolescentes
Académica Part-Time de la Facultad de Educación, Facultad de Comunicación,
Historia y Ciencias Sociales y Facultad Medicina
Universidad Católica de la Santísima Concepción
Chile

Diseñadora



Myriam Cáceres Canessa

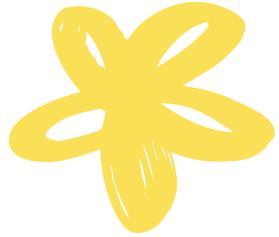
Publicista
Magíster en Comunicación Estratégica
Directora Creativa myra publicidad
Académica Part-Time de la Facultad de Comunicación, Historia y Ciencias Sociales
Universidad Católica de la Santísima Concepción
Chile

"Iniciativa colaborativa entre la Facultad de Educación de la Universidad Católica de la Santísima Concepción y el Proyecto USC2395, financiado por el Ministerio de Educación a través del Programa de Fortalecimiento Institucional para la Educación Superior Regional"

Temáticas de Guía

- Conozcamos algunas cifras y antecedentes importantes sobre salud mental. 5
- Hablemos sobre el apego: importancia de los primeros vínculos en la trayectoria vital. 13
- Acompañemos el cuidado y crianza respetuosa: Estilos de crianza, aspectos vinculares relevantes. 21
- Fortalezcamos habilidades socioemocionales del adulto: Atención, Mentalización, Autamentalización , Regulación (Programa AMAR). 33
- Hablemos sobre la regulación emocional en la infancia: Desde la heterorregulación a la autorregulación. 54
- Potenciamos educación emocional y las habilidades socioemocionales en la infancia. 68
- Repasemos y revisemos conceptos a través de un glosario. 83
- Referencias bibliográficas. 92
- Anexos: Expertos y referentes 98
Instituciones y modelos educativos 101
Documentos y lineamientos institucionales 103
Investigaciones recientes 104
Algunos videos para reflexionar 107
- Agradecimientos. 108

Presentación



¡El futuro de nuestros niños y niñas se construye hoy!
Gabriela Mistral

Bienvenidos y bienvenidas a un viaje fascinante al corazón de la infancia. En estas páginas, exploraremos juntos las temáticas esenciales para favorecer el desarrollo socioemocional de niños y niñas en sus primeros años, ofreciendo una mirada respetuosa y herramientas valiosas para acompañar su crecimiento hacia la felicidad y la plenitud.

Prepárense para profundizar en la importancia del apego seguro como base fundamental para un desarrollo socioemocional saludable, descubriendo la influyente teoría de John Bowlby y el práctico modelo A.M.A.R. de Felipe Lecannelier, que destaca la Atención, Mentalización, Autamentalización y Regulación como capacidades claves en los adultos que acompañan a las infancias.

Además, analizaremos los estilos de crianza, el papel crucial de la educación emocional y los factores que impactan significativamente la salud mental infantil, respaldados por datos y estadísticas relevantes de la realidad chilena y del mundo.

Esta guía es una invitación a cambiar nuestra perspectiva y generar conciencia que nos guíe hacia la prevención y promoción del cuidado respetuoso de las infancias. Creemos firmemente que en nuestras manos reside la maravillosa oportunidad de favorecer la felicidad y el bienestar de los seres humanos desde sus primeros años, lo cual tiene un impacto profundo en nuestro mundo.

Les invitamos a acompañarnos en este recorrido ameno y motivante, donde la reflexión personal y en equipo nos permitirá fortalecer habilidades y construir un entorno más seguro y emocionalmente nutritivo para nuestros niños y niñas.

Ximena y Silvia



Conozcamos algunas cifras y antecedentes importantes



“La salud mental infantil es fundamental para el bienestar individual y el progreso social. Invertir en la promoción, protección y cuidado de la salud mental de niños y niñas es una inversión en el futuro”

Ximena Espinosa González y Silvia Valenzuela Valenzuela

Según el Diagnóstico sobre la situación de derechos de la niñez y adolescencia 2024 (Defensoría de la Niñez, 2024), en 2023 el 22% de la población chilena correspondía a niños, niñas y adolescentes. Se proyecta una disminución al 20% para 2032, junto con un aumento de hogares monoparentales encabezados por mujeres y un crecimiento significativo de la niñez migrante.

UNICEF (2021), en colaboración con el Centro de Justicia Educacional, analizó cómo las interacciones entre cuidadores y niños y niñas, enmarcadas en contextos socioculturales específicos, influyen en el desarrollo infantil en Chile. El estudio ofrece datos relevantes tanto sobre los cuidadores como sobre las experiencias emocionales de niños y niñas.

- En el 96% de los casos, la cuidadora principal es la madre.
- El 76% de los cuidadores secundarios son padres y el 18%, abuelos.
- Edad promedio de las cuidadoras principales: 34 años.
- 27% presenta síntomas de depresión.
- 14% de las mujeres cuidadoras está en rango clínico de estrés parental, especialmente si el hijo es varón.

En el 62% de los hogares se imparte disciplina violenta, ya sea a través de la agresión psicológica (57%) o del castigo físico (59%). Solo en el 32% la disciplina se maneja únicamente a través de métodos no violentos, pese a que el 95% de las cuidadoras dice creer que no se necesitan los castigos en la crianza.

Estas cifras alertan sobre una realidad preocupante que vulnera los derechos de niños y niñas, y refuerzan la necesidad de promover entornos de crianza respetuosa y protección emocional.

Respecto de los niños y niñas:

En términos del desarrollo socioemocional, un 29% de los y las estudiados presenta vulnerabilidad a padecer una angustia silenciosa e interna que denominamos comportamiento internalizante, que incluye: ansiedad, síntomas depresivos, retraimiento, quejas somáticas, aislamiento, entre muchos otros.

Según datos de UNICEF (2023), en contextos de alta vulnerabilidad socioeconómica a nivel mundial, hasta el 83% de los niños y niñas pueden ser víctimas de disciplina violenta, y el 22% realiza algún tipo de trabajo infantil.

La violencia intrafamiliar afecta significativamente la salud mental de niños y niñas, según UNICEF, un 71% de la infancia en Chile recibe algún tipo de violencia de sus padres, siendo víctimas de violencia física un 51,5% (Zuñiga , 2020).

La pobreza, por otro lado, no solo limita las oportunidades educativas y sociales, sino que también representa un factor de riesgo para la salud mental infantil, vulnerando derechos fundamentales como el acceso a una vida digna, al bienestar y al desarrollo integral (UNICEF, 2023).

A partir de la revisión de estudios recientes sobre salud mental infantil y desarrollo socioemocional (por ejemplo, Bisquerra, 2015; Immordino-Yang & Damasio, 2007; UNICEF, 2013), se reconoce que:





- La disciplina violenta incrementa tanto los comportamientos internalizantes (ansiedad, retramiento) como los externalizantes (agresividad, desregulación emocional).
- El estrés parental y los síntomas depresivos están significativamente asociados al uso de métodos disciplinarios violentos.
- A mayor presencia de estrés o depresión en cuidadores, mayor es la probabilidad de dificultades en el desarrollo socioemocional infantil.

Las cifras expuestas revelan un panorama preocupante que compromete gravemente el bienestar integral de niños y niñas en Chile, particularmente en lo relativo a su salud mental, desarrollo socioemocional y entornos de crianza. La alta prevalencia de disciplina violenta, síntomas depresivos en cuidadores y pobreza estructural exige respuestas urgentes y sostenidas. En este escenario, se vuelve imperativo intervenir desde políticas públicas articuladas, programas comunitarios con enfoque territorial y procesos formativos para docentes y adultos responsables, que promuevan prácticas respetuosas, protectoras y garantes de derechos en la infancia, es fundamental promover ambientes respetuosos y afectivos, ya que la salud mental infantil constituye la base del desarrollo integral y de las habilidades socioemocionales necesarias para la vida (Bisquerra, 2015; Immordino-Yang & Damasio, 2007; UNICEF, 2013).



Sobre salud mental



“Es necesario un cambio de paradigma hacia la prevención y promoción de la salud mental, especialmente en la infancia.

Esto implica abordar los factores de riesgo, fortalecer los factores protectores y garantizar el acceso a servicios de salud mental de calidad”

Ximena Espinosa González y Silvia Valenzuela Valenzuela

Tal como señala la OMS (2022), invertir en prevención y promoción de la salud mental en etapas tempranas constituye una estrategia costo-efectiva a largo plazo.

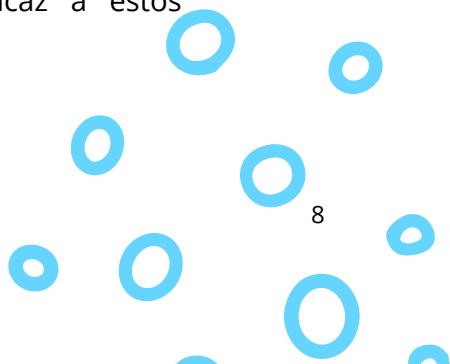
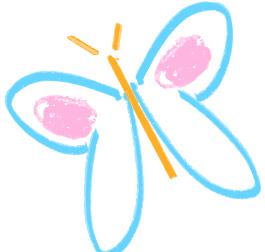
Según UNICEF (2023), las condiciones de salud mental constituyen una importante carga de morbilidad para los adolescentes a nivel mundial. En 2019, los datos del Estudio de la Carga Mundial revelaron que:

- El 13,5% de los niños y el 11,2% de las niñas entre 10 y 14 años presentaban problemas de salud mental.
- En el grupo de 15 a 19 años, las cifras aumentan al 14,1% en niños y 13,9% en niñas.

Entre los trastornos considerados están la depresión, ansiedad, trastornos de conducta alimentaria, trastorno bipolar, TEA, esquizofrenia, discapacidad intelectual idiopática, TDAH y otros trastornos de la personalidad.

Además, en este grupo etario, el suicidio figura como la tercera causa de muerte más común.

Según UNICEF, la falta de datos e investigaciones a nivel nacional puede enmascarar los problemas de salud mental de los niños y jóvenes, dificultando la promoción de servicios y la respuesta eficaz a estos problemas.





Y... ¿Qué pasa en Chile?

“Todo niño, niña o adolescente tiene derecho a un nivel de vida que le permita su mayor realización física, mental, espiritual, moral, social y cultural posible”.
Artículo 25 Ley de Garantías

Desde 2008, las enfermedades mentales se han convertido en la principal causa de ausentismo laboral en Chile, reflejando el alto costo social y económico que estas enfermedades representan para el país.

La OMS (Organización Mundial de la Salud) posiciona a Chile entre los países con mayor carga de morbilidad por enfermedades psiquiátricas. En niños de 1 a 9 años, esta cifra alcanza el 30,3%, aumentando al 38,3% en adolescentes de 10 a 19 años (Zúñiga, 2020).

El Diagnóstico sobre la situación de derechos de la niñez y adolescencia de la Defensoría de la Niñez (2024), señala que el 52.9% de los adolescentes estudiantes de educación media en la zona norte de Santiago cumplen con criterios para uno o más problemas de salud mental. Específicamente, el estudio encontró: 35.2% para depresión, 25.9% para ansiedad generalizada, 28.2% para consumo problemático de sustancias. También se menciona que existe un aumento en las dificultades para dormir en adolescentes, siendo más pronunciado en mujeres, adolescentes con discapacidad y en ciertas regiones como Atacama, O'Higgins, Biobío, La Araucanía y Metropolitana. Entre 2021 y 2022, hubo un aumento del 37% en la tasa de suicidio donde un 44% corresponde a adolescentes de 14 a 17 años.

Por otra parte, en Estudio de políticas públicas relacionadas con la salud mental de niños, niñas y adolescentes, también de Defensoría de la niñez (2022), se menciona que los adolescentes responden positivamente en un 93% para ansiedad, un 92% a depresión, un 78% para autolesiones y un 72% para suicidio o intentos de suicidio.



Según el Observatorio de Salud Mental Chile (2024), existe un claro aumento en los problemas psicosociales y de salud mental en la población infanto-juvenil, incluyendo depresión, ideación suicida y adicciones. Los diagnósticos más frecuentes en este grupo son depresión, ansiedad y Trastorno de Conducta Alimentaria (TCA). Dentro de la muestra de personas de 12 a 18 años (infanto-juvenil), se reportan los siguientes porcentajes en relación con el consumo de sustancias: Alcohol: 29%, Hongos: 9%, Marihuana: 50%, Cocaína - Pasta Base: 16%, Tusi: 37%.

Por lo tanto, es importante considerar:

Aun cuando existen cifras muy preocupantes en términos de la salud mental de nuestros niños, niñas y adolescentes, la evidencia dice que la mayoría de los afectados por un cuadro psicopatológico, no recibe la atención de salud mental que requiere, existiendo una importante brecha que ha sido visible a lo largo de los años en diferentes estudios nacionales.

Como menciona Zúñiga (2023), la intervención temprana en salud mental permite abordar los síntomas antes de que se conviertan en problemas crónicos. Estudios publicados en The Lancet afirman que la inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un retorno del 400%. El enfoque preventivo en términos emocionales, cognitivos y sociales durante la infancia es la estrategia más eficiente para el desarrollo del capital humano.

Según Bisquerra (2024), la Educación Emocional se propone como una forma de prevención primaria para minimizar la vulnerabilidad de las personas ante disfunciones, como el consumo de drogas, la violencia, la ansiedad, el estrés y la depresión.



Los datos presentados reflejan una realidad alarmante que exige respuestas integradas desde el sistema educativo, el sector salud y las políticas públicas. El fortalecimiento de programas de educación emocional, la promoción de la salud mental desde la primera infancia y la inversión en intervenciones preventivas, se proyectan como pilares fundamentales para el bienestar psicosocial de niños, niñas y adolescentes en Chile.



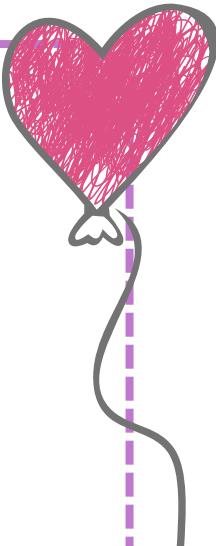
Para trabajo de reflexión personal y en equipo

Tema: Salud mental infantil, condiciones de crianza y factores de riesgo psicosocial

Sobre el contexto demográfico y social de la infancia en Chile

¿Qué desafíos emergen para las comunidades educativas ante el aumento de hogares monoparentales con jefatura femenina?

¿Qué prácticas inclusivas podrían fortalecer la acogida y el desarrollo de la infancia extranjera en los espacios educativos?



Sobre los cuidadores y la salud mental parental

¿Cómo influye la salud mental y el estrés parental en el desarrollo de niños y niñas?

¿Qué apoyos o acompañamientos podrían implementarse desde la comunidad educativa?

¿Qué estrategias pueden aplicarse para apoyar a madres cuidadoras con síntomas de depresión o altos niveles de estrés parental?

¿De qué forma podemos visibilizar y valorar el rol de otros cuidadores secundarios, como padres y abuelos, en la crianza respetuosa?

Sobre la disciplina y la violencia en el hogar

¿Qué nos revelan los datos sobre la persistencia del castigo físico y psicológico en los hogares?

¿Cómo se relaciona con el desarrollo socioemocional infantil?

¿Qué tipo de estrategias y recursos pueden implementarse en la comunidad educativa para promover prácticas de crianza no violentas y respetuosas?

Sobre la salud mental infanto-juvenil

¿Qué factores están contribuyendo al aumento de los trastornos de salud mental en niños, niñas y adolescentes en Chile?

¿Qué rol pueden cumplir las comunidades educativas en la detección temprana de comportamientos internalizantes o externalizantes?

¿Qué acciones concretas podrían desarrollar las escuelas para fortalecer factores protectores emocionales y sociales?



Sobre políticas públicas, inversión y prevención

¿Por qué se afirma que la intervención temprana en salud mental tiene un alto retorno económico y social?

¿Cómo podemos traducir el enfoque preventivo en prácticas cotidianas dentro de la escuela o el jardín infantil?

¿Qué papel juega la educación emocional en la prevención de problemas psicosociales?

¿Cómo puede fortalecerse en los programas curriculares?

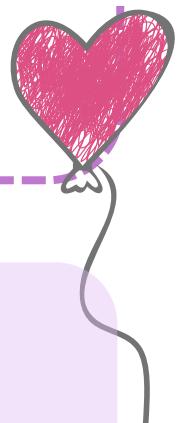
Sobre pobreza, violencia estructural y salud mental

¿De qué manera se entrelazan pobreza, salud mental y prácticas de crianza?

¿Qué aprendizajes surgen al mirar esta relación desde una perspectiva interseccional?

¿Qué rol tienen las instituciones educativas en romper círculos de exclusión, pobreza y violencia?

¿Cómo podemos fomentar una cultura del cuidado colectivo y de apoyo mutuo, sobre todo en contextos vulnerables?



Sugerencias metodológicas:

Conversatorios guiados por temas: dividir en grupos y trabajar por núcleos temáticos.

Análisis de caso o dramatizaciones: crear escenarios que respondan a los datos y discutir respuestas posibles.

Bitácora o diario reflexivo individual: invitar a registrar percepciones y compromisos de acción.

Mediación con recursos visuales: mapas mentales, collage o infografías que sinteticen las reflexiones.

HABLEMOS SOBRE APEGO:

**Importancia de los
primeros vínculos en la
trayectoria vital**



Hablemos sobre el apego; importancia de los primeros vínculos en la trayectoria vital



“La confianza en la disponibilidad de la figura de apego proporciona al niño una base segura desde la cual explorar el mundo”

Bowlby (1988)

La teoría del apego fue inicialmente propuesta por John Bowlby que comenzó a formularla en los años 1940, tras su trabajo con niños institucionalizados durante la Segunda Guerra Mundial. Su formulación teórica más reconocida aparece en la trilogía “Attachment and Loss”, publicada entre 1969, donde planteó que los vínculos tempranos con figuras significativas influyen de manera determinante en el desarrollo emocional, cognitivo y social.

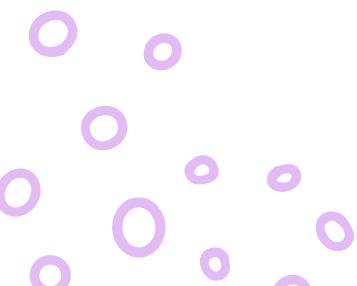
Posteriormente, Mary Ainsworth (Ainsworth et al., 1978) profundizó y validó empíricamente esta teoría mediante el diseño del “experimento de la situación extraña” (Strange Situation Procedure), una observación estructurada que permitió identificar tres estilos de apego en la infancia: seguro, evitativo y ambivalente.

Años más tarde, se incorporó un cuarto estilo, el apego desorganizado, basado en investigaciones con niños expuestos a condiciones de negligencia, trauma o maltrato (Main y Solomon, 1990).

Los aportes de Ainsworth fueron fundamentales para demostrar cómo la sensibilidad y disponibilidad del cuidador influencian la calidad del vínculo, configurando modelos internos de representación que impactan la forma en que los niños y niñas regulan sus emociones y se relacionan con otros a lo largo de la vida.

Estudios actuales (Groh et al., 2014; Cooke et al., 2022) han evidenciado que la calidad del apego temprano se relaciona directamente con la capacidad de autorregulación emocional, el desarrollo de relaciones saludables y la aparición de síntomas psicopatológicos en etapas posteriores.

Bowlby, citado por Guzmán et al. (2016), menciona que a partir de la interacción repetida con figuras significativas, la persona internaliza un conjunto de creencias acerca de sí misma y de los otros y otras, estableciendo un modelo operativo interno, que da cuenta de las diferencias individuales en el apego. El modelo de sí mismo incluye representaciones acerca de las propias capacidades para merecer cuidado y afecto y está relacionado con el grado en el cual se experimenta ansiedad ante el abandono o rechazo/evitación de quien es la figura de apego.





TIPOS DE APEGO Y SU REPERCUSIÓN CON EL DESARROLLO DEL SER HUMANO

A partir de las dimensiones descritas (ansiedad y evitación) y las formas características de involucrarse en relaciones cercanas asociadas a ellas, es que se articulan los llamados estilos de apego. Estos pueden ser definidos como patrones sistemáticos de expectativas, necesidades y conducta social que influyen en la manera en que las personas se involucran en relaciones cercanas. Se distinguen, a modo general, estilos seguros, caracterizados por baja ansiedad y evitación, e inseguros, caracterizados por alta ansiedad y/o alta evitación.

Es importante destacar que los estilos de apego no son estáticos y pueden cambiar a lo largo de la vida dependiendo de la calidad de las relaciones que se establezcan con figuras significativas, incluso dentro del contexto educativo.

Estilos de apego : características, implicancias y orientaciones de apoyo

Estilo de Apego	Características principales	Relación con emociones	Impacto en relaciones interpersonales	Posibles necesidades o apoyos
Apego Seguro	<ul style="list-style-type: none">Confianza en que la figura de apego estará disponible y será sensible a sus necesidades.	<ul style="list-style-type: none">Emociones reguladas.Capacidad para expresar y pedir ayuda.	<ul style="list-style-type: none">Relaciones cercanas, empáticas y estables.	<ul style="list-style-type: none">Fortalecer vínculos positivos.Mantener rutinas y disponibilidad afectiva.
Apego Ansioso (ambivalente)	<ul style="list-style-type: none">Inseguridad respecto a la disponibilidad del otro.Alta necesidad de cercanía y aprobación.	<ul style="list-style-type: none">Emociones intensas y cambiantes.Ansiedad frente al abandono.	<ul style="list-style-type: none">Relaciones con alta dependencia emocional.Temor a la separación.	<ul style="list-style-type: none">Validación emocional constante.Necesidad de contención y estabilidad.
Apego Evitativo	<ul style="list-style-type: none">Minimiza la necesidad de cercanía emocional.Autonomía extrema como defensa.	<ul style="list-style-type: none">Tiende a suprimir emociones.Dificultad para pedir apoyo.	<ul style="list-style-type: none">Relaciones superficiales o distantes.Incomodidad con la intimidad.	<ul style="list-style-type: none">Fomentar la expresividad emocional segura.Promover relaciones graduales.
Apego Desorganizado	<ul style="list-style-type: none">Confusión y contradicción en el vínculo.Presencia de trauma o negligencia.	<ul style="list-style-type: none">Reacciones desproporcionadas.Emociones ambivalentes.	<ul style="list-style-type: none">Relación caótica o conflictiva con figuras significativas.	<ul style="list-style-type: none">Apoyo terapéutico.Intervención psicosocial intensiva y contenedora.

Fuente: Elaboración propia a partir de la teoría del apego de Bowlby y aportes de Guzmán et al. (2016).

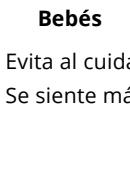
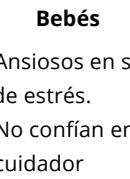
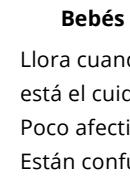
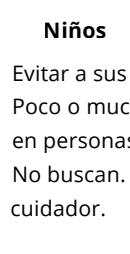
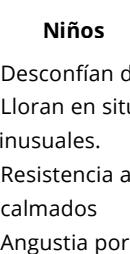
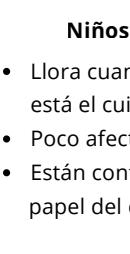
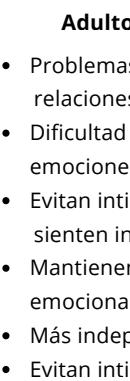
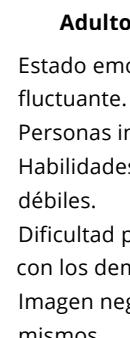
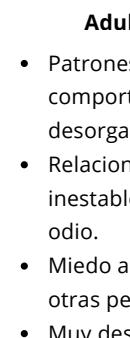


Diversos estudios empíricos, tanto en contextos internacionales (Main et al., 1985; Fonagy et al., 1991) como nacionales (Lecannelier & Hoffmann, 2006), han evidenciado que el tipo de apego desarrollado por el cuidador influye significativamente en el tipo de apego que establece el niño o niña. En el contexto chileno, investigaciones recientes muestran que la sensibilidad emocional y la capacidad de mentalización del adulto predicen la seguridad del vínculo infantil, reforzando la noción de transmisión intergeneracional del apego (Lecannelier, 2014; Lecannelier et al., 2018).

Investigaciones en neurociencias han demostrado que las experiencias tempranas de apego moldean profundamente la arquitectura cerebral del niño. Durante los primeros tres años de vida, el cerebro humano pasa de estar desarrollado en un 22% a más del 65%, y este crecimiento se ve altamente influenciado por la calidad del vínculo con los cuidadores. Cuando el adulto responde de forma sensible y contenedora frente al estrés infantil, no solo promueve seguridad emocional, sino que también activa sistemas cerebrales relacionados con la regulación del estrés, la empatía y la autorregulación emocional, especialmente en regiones como la amígdala, el hipocampo y la corteza prefrontal (Hughes & Baylin, 2012; Lecannelier, 2017). **Esta relación de apego actúa como un “escudo neurobiológico” que ayuda al niño a enfrentar los desafíos de la vida y previene futuros trastornos emocionales.**



La siguiente tabla, adaptada del sitio especializado Tu Conducta (s.f.), ilustra cómo se manifiestan los estilos de apego en distintas etapas de desarrollo. Esta visualización permite reconocer patrones conductuales asociados a cada tipo de apego, facilitando su identificación y comprensión en contextos cotidianos.

APEGO SEGURO	APEGO EVITATIVO	APEGO AMBIVALENTE	APEGO DESORGANIZADO
 Bebés <ul style="list-style-type: none"> Hay conexión entre cuidador y bebé. Explora seguro. 	 Bebés <ul style="list-style-type: none"> Evita al cuidador. Se siente más seguro 	 Bebés <ul style="list-style-type: none"> Ansiosos en situaciones de estrés. No confían en su cuidador Tienen dependencia con el adulto. 	 Bebés <ul style="list-style-type: none"> Llora cuando está y no está el cuidador. Poco afectivo. Están confusos con el papel del cuidador.
 Niños <ul style="list-style-type: none"> Llora cuando no ve a sus cuidadores. Busca consuelo y protección. Prefiere a sus padres que a desconocidos 	 Niños <ul style="list-style-type: none"> Evitar a sus cuidadores Poco o mucho interés en personas extrañas. No buscan consuelo de cuidador. 	 Niños <ul style="list-style-type: none"> Desconfían de extraños. Lloran en situaciones inusuales. Resistencia a ser calmados Angustia por separación del cuidador 	 Niños <ul style="list-style-type: none"> Llora cuando está y no está el cuidador. Poco afectivo. Están confusos con el papel del cuidador.
 Adultos <ul style="list-style-type: none"> Personas confiadas. Buena autoestima. Tienen relaciones saludables Expresan sus emociones Percepción positiva de sí mismos Ven el mundo seguro Confían en los demás 	 Adultos <ul style="list-style-type: none"> Problemas para formar relaciones nuevas Dificultad para decir emociones Evitan intimar porque se sienten incómodos Mantienen distancias emocional. Más independientes. Evitan intimar 	 Adultos <ul style="list-style-type: none"> Estado emocional fluctuante. Personas inseguras. Habilidades sociales débiles. Dificultad para conectar con los demás Imagen negativa de sí mismos. 	 Adultos <ul style="list-style-type: none"> Patrones de comportamiento desorganizado Relaciones sociales inestables de amor y odio. Miedo a intimar con otras personas. Muy desconfiados

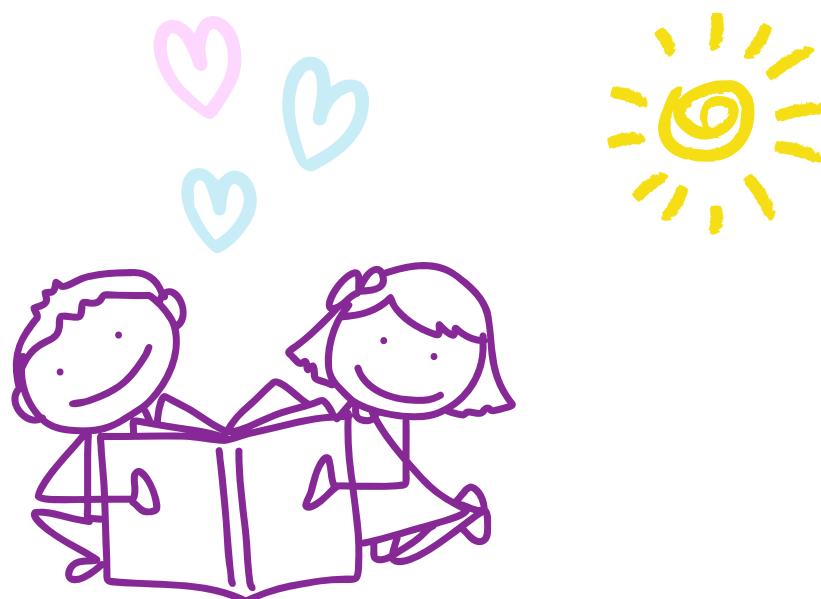
Si bien los vínculos tempranos con figuras parentales son fundamentales en la configuración del apego, diversos estudios han demostrado que las relaciones reparadoras no se limitan al ámbito familiar o terapéutico.

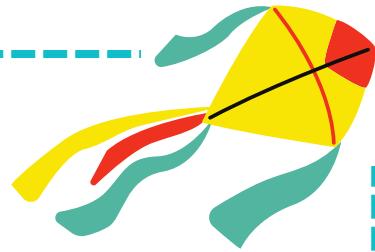
El contexto educativo, particularmente cuando se promueve un clima emocionalmente seguro, puede ofrecer experiencias relacionales significativas que contribuyan a reparar o reconfigurar modelos internos inseguros de apego.

Las figuras educativas sensibles, disponibles emocionalmente y coherentes en su accionar, pueden desempeñar un rol clave como figuras de apego complementarias, especialmente en niños y niñas que no han tenido experiencias tempranas consistentes (Noddings, 2012; Verschueren & Koomen, 2012).

Un entorno escolar que fomente relaciones estables, afectivas y respetuosas, lo que se conoce como “ambientes bien tratantes”, puede incidir positivamente en la regulación emocional, el sentido de seguridad y la autoestima del estudiante, actuando como un espacio de contención, reparación y desarrollo socioemocional (Zych et al., 2020).

Reconocer la importancia del apego no solo nos permite comprender mejor el comportamiento infantil, sino que también nos invita a ser agentes activos en la construcción de relaciones significativas, seguras y transformadoras. El desafío educativo está en sostener espacios donde cada niño o niña pueda sentirse valioso/a, escuchado/a y cuidado/a.





Para trabajo de reflexión personal y en equipo

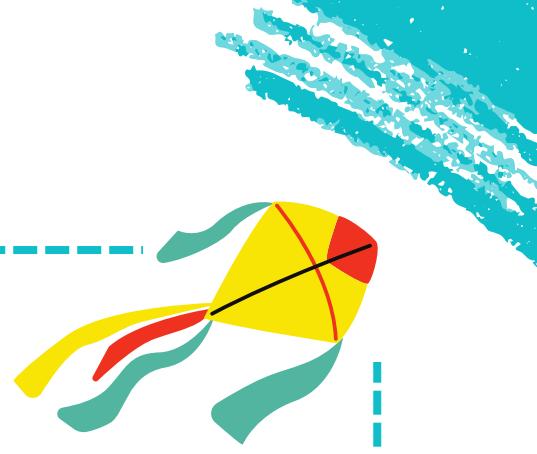
El Apego y su Impacto en la Trayectoria Vital

Reflexión personal

- ¿Qué comprendo por apego seguro? ¿Cómo lo identifico en mí y en los demás?
- ¿Qué tipo de vínculos fueron significativos en mi infancia? ¿Cómo impactaron mi forma de relacionarme?
- ¿Puedo reconocer patrones de apego en mis relaciones actuales? ¿Han cambiado a lo largo del tiempo?
- ¿Qué experiencias personales me han permitido reparar vínculos o generar nuevas formas de relación más sanas?

Reflexión en equipo

- ¿Qué condiciones deben existir en una comunidad educativa para favorecer un apego seguro entre adultos y niños/as?
- ¿Cómo podemos identificar señales de apego inseguro o desorganizado en estudiantes, sin patologizar?
- ¿Qué prácticas cotidianas fortalecen los vínculos reparadores desde nuestro rol educativo?
- ¿Cómo construir un ambiente emocionalmente seguro y predecible para niños y niñas en situación de vulnerabilidad?
- ¿Qué barreras institucionales o culturales dificultan el desarrollo de climas bien tratantes en nuestras comunidades?



Sugerencias metodológicas

- Iniciar la sesión con una breve introducción teórica sobre el apego (puede ser acompañada de un video o lectura corta) para contextualizar el ejercicio.
- En la reflexión personal, promover un ambiente íntimo y respetuoso. Puede hacerse a través de una bitácora escrita, una meditación guiada o dibujo introspectivo.
- Formar grupos pequeños (4-6 personas) para discutir las preguntas en un ambiente de confianza, promoviendo la escucha activa.
- Utilizar materiales visuales de apoyo (infografías, esquemas de estilos de apego) para facilitar la comprensión y estimular el diálogo.
- Hacer puesta en común, donde cada grupo comparte una idea central o compromiso que haya surgido de la reflexión.
- Confección mural, afiche o nube de palabras para visibilizar el pensamiento colectivo.
- Cada participante escribirá una carta a su 'yo educador/a' con acciones concretas que fomenten vínculos seguros con niños/as.

ACOMPAÑEMOS EL CUIDADO Y CRIANZA RESPETUOSA:

**Estilos de crianza,
aspectos vinculares
relevantes**



Aapego y Crianza Respetuosa



“Hay un momento en la vida del ser humano en que el sufrimiento es más frecuente, grave y destructor de la salud mental, emocional y física, ese momento es durante los primeros 6 años de vida”
- Felipe Lecannelier-

El apego según Lecannelier (2022), se entiende como una capacidad que el bebé desarrolla para buscar una forma única de ser cuidado y atendido.

Algunas ideas importantes

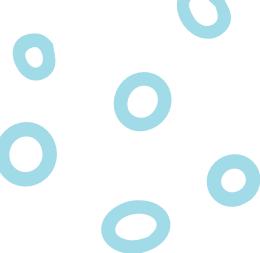
El sistema de apego se da desde el niño al adulto, pues la vinculación del adulto hacia el niño es lo que se denomina sistema de cuidado.

Debemos tomar en cuenta que el bebé nace tan inmaduro y prematuro que el apego le permite la supervivencia, pues le ayuda cuando requiere consuelo, protección, regulación, especialmente en momentos de estrés que se refieren a las situaciones donde tiene miedo, frío, hambre, soledad, sufrimiento de cualquier tipo.

La calidad del apego dependerá de la forma en que las figuras de cuidado mentalizan, protegen, contienen y regulan las experiencias de estrés en los niños y niñas, es muy importante destacar la importancia del cuidado en las situaciones de dolor y es aquí donde comprobamos que los momentos de contención del estrés se transforman en los momentos de oro de la crianza como señala Lecannelier (2022).

Las relaciones cálidas y estables entre educadores y niños y niñas pueden constituir vínculos de apego seguros que compensen experiencias tempranas adversas (Pianta, 1999; Verschueren & Koomen, 2012).

Desde hace varios años se viene evidenciando que dada la cantidad de tiempo que los niños y niñas pasan en los centros educativos, la calidad del apego que traen desde sus casas, de acuerdo con la vinculación que establecen con sus figuras significativas, puede variar considerablemente dependiendo de



cómo se relacione con el educador o educadora. Lo importante es que, en el contexto educativo, dadas sus características, no existe la posibilidad de que el educador no se vincule con los niños y niñas que atiende. El educador tiene el poder de afectar de forma positiva o negativa, la calidad del apego que traen los niños y niñas desde su familia de origen.

Estilos de crianza

El estudio de los estilos de crianza ha evolucionado desde enfoques centrados únicamente en el control hacia modelos que consideran también la calidad del vínculo afectivo. Diana Baumrind (1966) definió originalmente tres estilos parentales a partir del grado de exigencia y control ejercido por los adultos: autoritario, democrático o autoritativo y permisivo. Posteriormente, Maccoby y Martin (1983) ampliaron esta clasificación incorporando una segunda dimensión: el afecto o responsividad, lo que permitió distinguir cuatro estilos según su combinación:

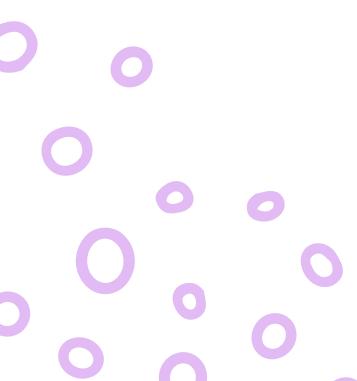
Estilo autoritario: alto en control, bajo en afecto.

Estilo democrático: alto en control, alto en afecto (por ejemplo, desde una disciplina positiva).

Estilo permisivo: bajo en control, alto en afecto.

Estilo negligente: bajo en control, bajo en afecto.

Desde esta perspectiva, los estilos parentales se construyen en la interacción diaria con los hijos e hijas, y están mediados por múltiples factores: creencias culturales, historia familiar, condiciones sociales y características del propio niño o niña (Capano & Ubach, 2013). Así, se reconoce que no existen estilos “puros”, sino una configuración dinámica que puede modificarse con apoyo, reflexión y formación parental. En este marco, la parentalidad positiva emerge como una alternativa superadora, al integrar control y afecto en coherencia con un enfoque de derechos, sensibilidad emocional y participación activa de niños y niñas en su propio proceso formativo.



Autoritario: El estilo autoritario se caracteriza por un alto nivel de control y exigencia, pero baja responsividad afectiva. Las personas adultas que ejercen este estilo tienden a aplicar consecuencias por las malas conductas sin mucho diálogo o flexibilidad, priorizando la obediencia sobre la reflexión. Diversos estudios han evidenciado que este estilo de crianza se asocia con una mayor probabilidad de que niños y niñas desarrollen problemas de conducta como agresión, comportamientos delictivos o antisociales, consumo de sustancias, así como dificultades internalizantes como ansiedad, retraimiento y baja autoestima (Baumrind, 1991; Oliva et al., 2007; Montero Jiménez & Jiménez Tallón, 2009; García-Linares et al., 2002; Pinquart, 2017).



Permisivo: Estos padres y madres se caracterizan por ser cálidos en sus interacciones, pero lábiles en el control de sus hijos. Suelen demorar en actuar ante las malas conductas y no son lo suficientemente eficaces para manejar la situación, son inconsistentes. Este estilo ha sido asociado tanto con conductas internalizadoras como ansiedad y depresión, como con externalizadoras, tales como problemas de conducta, baja autorregulación, dificultades sociales y escaso manejo de límites (Baumrind, 1991; Oliva et al., 2007; Pinquart, 2017; García-Linares et al., 2002; Maccoby & Martin, 1983).



Autoritativo o democrático: Considerado el estilo más asertivo, los padres y madres escuchan a sus hijos e hijas, intervienen oportunamente frente a las malas conductas mediante el diálogo, y generan un ambiente de respeto mutuo. Se asocia consistentemente con resultados positivos en el desarrollo cognitivo, social y emocional. Numerosos estudios han demostrado que niños y niñas criados bajo este estilo presentan mayor competencia psicosocial, regulación emocional, habilidades sociales, mejor rendimiento académico y menor riesgo de involucrarse en conductas de riesgo como el consumo de sustancias (Baumrind, 1991; Darling & Steinberg, 1993; Oliva et al., 2007; Pinquart, 2017; García-Linares et al., 2002).



Negligente: En este estilo de crianza, los padres y madres no cubren las necesidades básicas de sus hijos o hijas, tanto emocionales como físicas. Se caracterizan por la ausencia o la deficiencia en el cuidado, así como una escasa implicación en la vida cotidiana del niño o niña. Se relaciona con los resultados menos favorables en múltiples dominios del desarrollo. Diversos estudios han mostrado que los niños y niñas expuestos a estilos negligentes presentan mayores dificultades en la autorregulación emocional, menor competencia social, bajo rendimiento académico, así como mayores niveles de ansiedad, depresión y problemas de conducta (Maccoby & Martin, 1983; Oliva et al., 2007; Montero Jiménez & Jiménez Tallón, 2009; Pinquart, 2017; Baumrind, 1991).



La parentalidad positiva se refiere a un estilo de crianza basado en el respeto, la comunicación afectiva y el establecimiento de límites claros, pero no punitivos. Esta forma de relacionarse con niños y niñas promueve el desarrollo emocional saludable, el apego seguro y el aprendizaje de habilidades socioemocionales. Según UNICEF (2013), la parentalidad positiva implica prácticas de cuidado que favorecen el bienestar y la protección, evitando el uso de violencia. Del mismo modo, autores como Darling y Steinberg (1993) y Baumrind (1991) destacan que estilos parentales democráticos, cálidos y consistentes contribuyen significativamente al desarrollo integral, la autorregulación emocional y la autoestima infantil.

En este contexto, la parentalidad positiva se presenta como un modelo actual que promueve el bienestar integral de niños y niñas desde una base afectiva, respetuosa y no violenta. Implica una forma de ejercer la autoridad centrada en vínculos cálidos, estructuras claras, estimulación adecuada y educación sin violencia, promoviendo así una crianza democrática, participativa y constructiva (Rodrigo, Máiquez y Martín, 2010; Capano & Ubach, 2013). Lejos de caer en la permisividad, este enfoque considera la importancia de establecer límites coherentes, guiando desde la contención emocional y el reconocimiento de derechos. Diversas investigaciones han demostrado que este estilo favorece el desarrollo moral, la autorregulación emocional y la autoestima infantil, superando los efectos negativos asociados a estilos autoritarios o negligentes (Baumrind, 1966; Oliva et al., 2007).

El concepto va más allá de una serie de consejos prácticos sobre crianza. Se trata de un enfoque integral que propone una nueva mirada sobre la función parental, orientada al respeto y garantía de los derechos del niño y la niña, su interés superior y la promoción activa de su bienestar y desarrollo integral dentro del núcleo familiar (Rodrigo et al., 2008; Consejo de Europa, 2006). Este enfoque reconoce el rol de los adultos como guías sensibles, disponibles y comprometidos afectivamente, que ejercen la autoridad desde el vínculo, el ejemplo y la coherencia.

Se basa en prácticas que combinan afecto, estructura, estimulación y participación, evitando el uso de la violencia y fomentando la autonomía progresiva de la niñez. Su eje está en acompañar, proteger y educar desde una relación respetuosa, sensible y dialógica (Rodrigo et al., 2015). En el ámbito internacional, ha sido impulsada como política pública por organismos como el Consejo de Europa, que a través de la Recomendación Rec(2006)19 la define como "el comportamiento parental basado en el interés superior del niño, que proporciona cuidado, guía, reconocimiento y empoderamiento no violento" (Consejo de Europa, 2006).

¿Cómo potenciar la parentalidad positiva?

A partir de los aportes de la literatura científica y la práctica clínica, compartimos algunos principios fundamentales de la parentalidad positiva, no solo para padres y madres, sino también para educadores y cuidadores:

Establece límites claros: Los límites son importantes para el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes, pues les aporta seguridad. Establece reglas consistentes y explícalas de manera comprensible.



Fomenta la comunicación: Habla con tu hijo o hija regularmente, escucha sus preocupaciones y respeta sus opiniones.



Practica el afecto: Demuestra tu amor y apoyo de manera constante a través de abrazos, besos y palabras de aliento.



Modela comportamientos positivos: Los niños y niñas aprenden observando a los adultos. Sé un buen modelo a seguir mostrando empatía, paciencia y respeto.



Fomenta la autonomía: Permíteles a tus hijos e hijas tomar decisiones apropiadas para su edad y apóyalos en sus esfuerzos por aprender y crecer.



A considerar :

El autocuidado también es crianza

Cuidar a otros comienza por cuidarse a sí mismo. Ningún adulto puede brindar contención emocional, calma o empatía sostenida si se encuentra desbordado, agotado o emocionalmente ausente. Por eso, el autocuidado no es un acto egoísta, sino una condición necesaria para cuidar bien. Reservar momentos para descansar, compartir con redes de apoyo, pedir ayuda cuando se necesita y reconocer nuestras propias emociones, también es parte de una crianza respetuosa. Cuando un adulto se cuida, modela el respeto por uno mismo y crea las condiciones para vincularse desde el afecto, la presencia y la sensibilidad.

"Para cuidar con respeto, primero debemos tratarnos con respeto a nosotros mismos."

Cuidado Respetuoso Emocionalmente Seguro (C.R.E.S.E)

"Si bien las relaciones cariñosas y sensibles son claves para el desarrollo positivo de los pequeños, no se limitan a los padres, comprenden también al ambiente social cercano y a todos los que conviven con los niños directa e indirectamente.

La protección de la infancia es un tema de ciudadanía, es decir, de preservación de la humanidad de nuestra especie".

-Elizabeth Reichert-

Esta perspectiva ético-afectiva orienta la propuesta del Cuidado Respetuoso Emocionalmente seguro (C.R.E.S.E.), como una actitud mental que reconoce la legitimidad emocional del niño y la niña y la necesidad de un entorno relacional seguro.

El C.R.E.S.E. es una disposición afectiva y reflexiva de los adultos para establecer vínculos seguros, empáticos y reguladores con los niños y niñas, especialmente en momentos de estrés o desregulación emocional.

Principios del C.R.E.S.E.:

- **Tener en mente la mente del niño y la niña, de forma natural, ver las cosas desde su punto de vista.**
- **No hacer al niño o niña lo que no te gustaría que te hicieran a ti, como, por ejemplo, castigos, golpes o gritos.**
- **Cuidar al niño y la niña como un ser legítimo, el rol de los adultos es comprender, aceptar y empatizar con el estrés del niño y la niña.**
- **Buscar el bienestar del niño y la niña a través del cuidado respetuoso.**

Ejemplo: Cuando un niño o niña se frustra porque no logra armar un rompecabezas, el adulto valida su emoción: "Veo que estás enojado porque es difícil. ¿Quieres que lo intentemos juntos?".

Ejemplo: En lugar de gritar cuando el niño o niña derrama un vaso, el adulto respira, se agacha a su nivel y dice con calma: "Vamos a limpiar esto juntos. La próxima vez, podemos intentarlo con más cuidado."

Ejemplo: Ante una rabieta en la entrada del jardín, el adulto no minimiza ni ridiculiza, sino que dice: "Veo que estás triste por separarte. Estoy aquí contigo, y luego volveré a buscarte."

Ejemplo: Un niño o niña comienza a golpear a otros al final de la jornada. En vez de castigar, la educadora observa y comprende que está cansado y sobreestimulado. Propone una actividad tranquila de cierre.

Estrategias para Fortalecer el cuidado respetuoso

Es muy importante que existan diversas estrategias para fortalecer el apoyo familiar, promover una crianza positiva, reforzar el trabajo de comunidades educativas, consideremos:

- Promover prácticas de cuidado y crianza cariñosas y sensibles a las necesidades de los niños y niñas.

- Fomentar la autoeficacia parental a través de la información, la capacitación y el apoyo social.
- Crear espacios de apoyo social para los padres, madres, educadores y cuidadores, como talleres diversos de crianza, promoción desarrollo socioemocional, generando espacios para compartir y reflexionar.
- Considerar y abordar el estrés y la salud mental de madres, educadores y cuidadores.
- Apoyar políticas públicas que mejoren las condiciones de vida y los aspectos socioeconómicos de las familias.
- Promover una disciplina no violenta basada en el respeto y el diálogo.





Para trabajo de reflexión personal y en equipo

Reflexión Individual. Responde de manera personal y honesta:

- ¿Qué figuras fueron clave en tu desarrollo emocional?
- ¿Cómo influyeron tus propias experiencias en la forma en que hoy te vinculas con niños y niñas?
- ¿Puedes recordar un momento en el que contuviste emocionalmente a un niño o niña en situación de estrés? ¿Qué hiciste? ¿Cómo reaccionó?
- ¿Cómo gestionas tu propio estrés emocional en el contexto educativo o familiar?

Diálogo y reflexión en equipos educativos

- ¿De qué manera influimos como educadores en la calidad del apego que los niños y niñas traen desde su hogar?
- ¿Qué estrategias podemos aplicar en el aula para actuar como figuras de apego seguras y contenedoras?
- ¿Cuáles son los desafíos actuales para ejercer un cuidado respetuoso y emocionalmente seguro en nuestros espacios educativos?
- ¿Qué tipo de prácticas debemos erradicar o transformar en nuestra cultura institucional para evitar formas de crianza autoritarias o negligentes?

Compromiso institucional

Como equipo educativo, elaboren una lista de compromisos concretos para fortalecer vínculos seguros y prácticas de cuidado respetuoso. Estos compromisos pueden estar dirigidos a:

- Establecer un lenguaje común sobre apego y crianza en el equipo educativo.
- Crear espacios seguros para niños y niñas que requieren contención emocional.
- Promover la formación continua sobre desarrollo socioemocional, parentalidad positiva y salud mental.
- Generar vínculos positivos con las familias, respetando sus culturas y contextos.

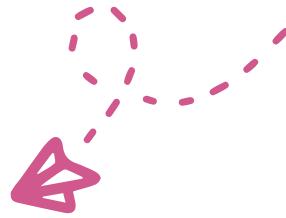
Sugerencias metodológicas:

- Inicia la o las jornadas con una breve lectura o cita significativa sobre el apego o la crianza respetuosa para activar el pensamiento reflexivo.
- Promueve un clima de confianza y respeto en cada instancia de trabajo, validando emociones y puntos de vista diversos.
- Para la reflexión individual, entrega una hoja o diario personal para que cada participante registre sus respuestas en privado.
- Las preguntas grupales pueden trabajarse en duplas o pequeños equipos, con un moderador que estimule la participación equitativa.
- Después del trabajo en grupo, realiza una puesta en común donde cada grupo comparta una conclusión, hallazgo o compromiso.
- Utiliza recursos visuales como infografías, láminas o videos breves que refuerzen el contenido de la guía.
- Finaliza la sesión con un compromiso colectivo (afiche, mural o carta) que represente lo aprendido y las acciones a implementar.
- Fomenta el seguimiento posterior con reuniones o encuentros de retroalimentación o espacios de reflexión institucional sobre los cambios observados.

FORTALEZCAMOS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES DEL ADULTO:

**Atención, Mentalización,
Autamentalización ,
Regulación**





Modelo A.M.A.R. para el Fomento del Apego Seguro

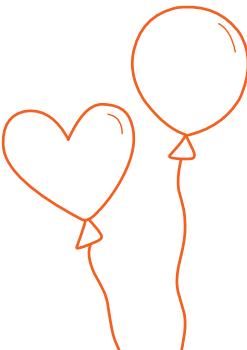
"Acompañar emocionalmente no es solo contener; es comprender, mirar profundamente, y ofrecer presencia desde la calma. Cuando un adulto se regula, abre camino al apego seguro y al florecimiento emocional del niño o niña."

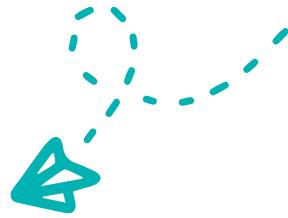
Ximena Espinosa González y Silvia Valenzuela Valenzuela

Modelo desarrollado por Felipe Lecannelier que se centra en el fomento del apego seguro en los niños y niñas a través del desarrollo de cuatro capacidades claves en los adultos que interactúan con ellos y ellas: Atención, Mentalización, Autamentalización y Regulación. Estas capacidades, aplicadas en un marco de Cuidado Respetuoso Emocionalmente Seguro (C.R.E.S.E.), buscan promover el bienestar y la seguridad emocional de niños y niñas durante sus primeros años de vida.

Numerosas investigaciones han evidenciado la efectividad de intervenciones diseñadas desde la teoría del apego para promover el bienestar infantil, especialmente en contextos de vulnerabilidad. Programas como el Circle of Security (Powell et al., 2013), Attachment and Biobehavioral Catch-up (Dozier et al., 2006) y el modelo de mentalización parental (Slade, 2005; Fonagy et al., 2002) han demostrado mejoras en la sensibilidad parental, el apego seguro y la autorregulación infantil. Estas intervenciones tienen como base común el fortalecimiento de la relación cuidador-niño mediante estrategias que promueven la disponibilidad emocional, el reconocimiento de las señales infantiles y la capacidad del adulto para contener emocionalmente al niño o niña.

Desde esta misma perspectiva, el modelo AMAR (Lecannelier, 2019) surge como una propuesta latinoamericana innovadora que traduce estos principios en acciones concretas de prevención y promoción del desarrollo socioemocional en la primera infancia, posicionando el cuidado respetuoso y la intervención vincular como ejes centrales.

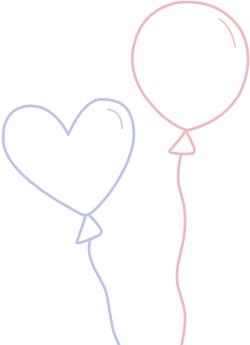




El método A.M.A.R. no busca el consejo práctico de crianza, lo que busca es que el adulto se presente a sí mismo bajo este estado mental y emocional de estar disponible para el niño y la niña.

Estudios científicos respaldan el modelo A.M.A.R. como una estrategia efectiva para proporcionar la contención que los infantes necesitan para desarrollar su seguridad emocional frente a la vida. Investigaciones realizadas por Lecannelier (2017) y colaboradores han demostrado que la implementación de este modelo en contextos educativos y de cuidado infantil promueve significativamente el desarrollo de un apego seguro y el bienestar emocional en la primera infancia. Se debe poner en práctica capacidades que nos permiten estar emocionalmente disponibles para los niños y niñas, sobre todo en momentos de estrés o peligro.

Es importante extender la red de cuidado respetuoso más allá del ámbito familiar, reconociendo la influencia significativa que educadores y otros adultos tienen en el bienestar de las infancias. El rol de educadores y educadoras es fundamental en la aplicación del método A.M.A.R. pues permite fomentar el desarrollo socioemocional de los niños y niñas bajo su cuidado.



Fases del Modelo AMAR



ATENCIÓN: *Observación Minuciosa del Niño y Niña*



Se refiere a la habilidad básica de **atender, contactarse afectivamente y comprometerse** con el desarrollo del niño y la niña.

La Atención implica observar con atención al niño o la niña, identificando sus reacciones, expresiones faciales, lenguaje corporal y temperamento.

La atención individualizada y sensible por parte del cuidador es esencial para el desarrollo de un apego seguro en la infancia. Investigaciones han demostrado que los niños y niñas que reciben respuestas coherentes y sensibles a sus señales emocionales tienden a desarrollar una base segura desde la cual explorar el mundo y regular sus emociones de manera efectiva (Cassidy, 1994). Esta sensibilidad del cuidador permite al niño y niña sentirse comprendido y protegido, lo que fortalece su seguridad emocional y su capacidad para establecer relaciones saludables en el futuro.

Importancia de la Atención:

Permite **individualizar al niño o niña**, reconociendo que cada uno tiene su propia forma de reaccionar y actuar.

Sienta las bases para un **cuidado respetuoso**, al comprender las necesidades e intereses del niño.

Elementos a los que atender, ¿Cómo es el niño o la niña?:

Dimensiones sensoriales: Olfato, gusto, audición, tacto, visión.

Nivel de actividad: Hipoactivo, normoactivo, hiperactivo.

Expresión emocional: Rango de emociones, intensidad, frecuencia.

Conductas de estrés: Externalizantes (pataletas, gritos) e internalizantes (timidez, aislamiento).

Intersubjetividad: Mirada, vocalización, expresión facial, contacto afectivo, estado emocional.

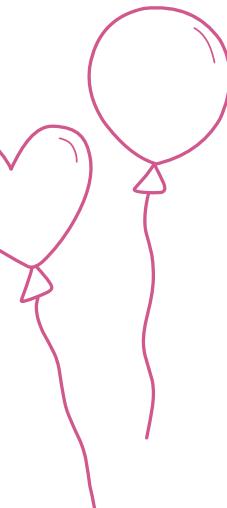
Referencia Social: Cómo el niño y niña interpreta las reacciones emocionales del adulto ante diferentes situaciones.

Atención Conjunta: Capacidad del niño o niña para compartir la atención con el adulto hacia un objeto o evento.

Teoría de la Mente: Habilidad para inferir estados mentales (pensamientos, emociones, deseos) en otros.

Señales no verbales: Expresión facial, mirada, postura corporal para interpretar estados mentales.

Los cuidadores atentos fomentan un apego seguro, ya que la niña o el niño se siente visto, comprendido y cuidado.





MENTALIZACIÓN: Comprender el Mundo del Niño o Niña.

Se refiere a la habilidad de saber **empatizar y comprender lo que le está ocurriendo a un niño o niña**, especialmente en momentos de estrés. Esto implica no criticar ni inferir intenciones negativas en el niño o niña “él es un manipulador”; “ella es agresiva y le gusta pelear”, sino más bien hacer el esfuerzo por comprender qué está tratando de expresar un niño o niña con su malestar (“se enojó porque quiere que lo tomen en brazos”).

La Mentalización implica comprender el mundo interno del niño o niña, poniendo en mente sus emociones, pensamientos, necesidades y deseos.

Importancia de la Mentalización:

Permite **comprender la función de las conductas** del niño o niña, especialmente en momentos de estrés.

Fomenta una **actitud empática y de respeto**, evitando juicios o categorizaciones negativas.

Estrategias para Mentalizar:

Considerar las necesidades ancestrales: Comprender las necesidades biológicas del niño o niña en relación con prácticas de cuidado ancestrales como el sueño compartido, la lactancia a demanda y el contacto físico constante.

La mentalización implica evitar juicios o categorías negativas. Se trata de comprender al niño o niña desde su propia experiencia y perspectiva, sin atribuirle intenciones negativas ni hacer comentarios descalificadores. Los cuidadores con buenas capacidades de mentalización fomentan un apego seguro y ayudan al niño o niña a desarrollar su propia capacidad de mentalización, lo que beneficia sus relaciones sociales y su bienestar emocional.

Es importante considerar que no es una capacidad estática adquirida en la infancia, sino que continúa desarrollándose y refinándose a lo largo de la vida adulta. Investigaciones recientes han demostrado que la capacidad de mentalizar y la conciencia psicológica experimentan un crecimiento significativo desde la adolescencia hasta la adultez temprana, alcanzando su punto máximo en esta última etapa (Luyten et al., 2023). Este desarrollo continuo implica que los adultos pueden seguir fortaleciendo su habilidad para comprender y reflexionar sobre los estados mentales propios y ajenos, especialmente a través de experiencias interpersonales significativas y contextos de aprendizaje adecuados.



AUTOMENTALIZACIÓN: *Reflexionar Sobre Nuestras Propias Reacciones*

Se refiere al proceso de entender **qué le pasa a uno** como padre, madre o cuidador cuando los niños o niñas expresan cosas negativas. Es decir, entender que muchas veces solemos culparlos de cosas que nos molestan a nosotros.

La Automentalización implica **tomar conciencia de nuestros propios procesos emocionales y mentales** como cuidadores, especialmente ante las situaciones de estrés del niño o niña.

Esta habilidad implica que el adulto cuidador desarrolle conciencia sobre sus propias emociones, pensamientos y reacciones, especialmente en situaciones de estrés. Este proceso se relaciona directamente con el desarrollo de competencias emocionales, las cuales han sido ampliamente estudiadas en el ámbito educativo. Bisquerra (2015) propone que las competencias emocionales docentes, como la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, la competencia social y las habilidades de vida y bienestar, son fundamentales para responder adecuadamente ante las necesidades emocionales de los niños y niñas, así como para promover un ambiente de cuidado sensible y respetuoso.

Importancia de la Automentalización:

Permite **regular nuestras propias emociones** para responder de manera más adecuada.

Ayuda a **diferenciar nuestras emociones** de las del niño o niña, evitando proyecciones o respuestas inadecuadas.

Estrategias para Automentalizar:

Reflexionar sobre nuestra filosofía del cuidado: Analizar nuestras creencias y expectativas sobre el desarrollo del niño o niña.

Prestar atención a nuestras señales no verbales: Observar nuestro tono de voz, expresión facial y lenguaje corporal.

Utilizar las dimensiones de autoobservación: Identificar nuestras propias reacciones en las dimensiones de mirada, vocalización, expresión facial, contacto afectivo y estado emocional.





REGULACIÓN: *Acciones para Calmar y Enseñar al Niño o Niña*

Una regulación respetuosa implica validar las emociones del niño o la niña, ofrecer consuelo físico y verbal, y acompañarlo activamente durante momentos de estrés. Esta forma de contención promueve la maduración del cerebro y fortalece la capacidad del niño o niña para autorregularse. Como señalan Siegel y Bryson (2020), los adultos que acompañan emocionalmente en lugar de castigar permiten que los niños y niñas integren sus experiencias difíciles, aprendan a manejar sus emociones y desarrollen una estructura cerebral más resiliente y empática.

Importancia de la Regulación:

Crea un **sentido de seguridad y contención** para el niño o niña.

Promueve el **aprendizaje emocional** a través del modelado y la enseñanza de estrategias de regulación

Estrategias para Regular:

Establecer condiciones básicas de seguridad emocional: Crear un ambiente estable, continuo, específico, predecible, sensible y libre de estrés.

Aplicar estrategias específicas para bebés: Utilizar el relacionamiento intersubjetivo, el masaje y la regulación del llanto.

Aplicar estrategias específicas para niños: Utilizar el Time-In (tiempo de conexión), el juego, las historias y la educación emocional



Para tomar en cuenta :

Time-out vs. Time-in: dos formas de intervenir ante la desregulación infantil

Una regulación respetuosa implica evitar el castigo o el aislamiento del niño o la niña durante momentos de estrés. En este sentido, es importante diferenciar entre el enfoque tradicional del "Time-Out" y la alternativa propuesta por el modelo A.M.A.R., el "Time-In".

Time-Out es una técnica conductista basada en el aislamiento del niño o la niña como consecuencia de una conducta inapropiada, con el objetivo de disminuir su frecuencia. Si bien busca eliminar la conducta, puede interrumpir la conexión emocional con el adulto, especialmente si se aplica en momentos en que el niño o la niña necesita mayor contención.

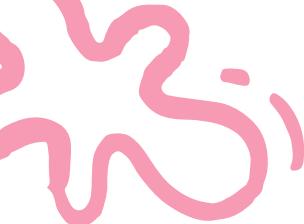
Time-In, en cambio, propone acompañar al niño o niña en su emoción, ofreciéndole un espacio de conexión, validación y regulación conjunta. Esta estrategia se enfoca en enseñar habilidades socioemocionales y fortalecer el vínculo afectivo, permitiendo al niño o niña sentirse comprendido y seguro.

Ejemplos:

Time-Out: Un niño o niña lanza un juguete al suelo y es enviado solo a una silla por 5 minutos para "calmarse".

Time-In: El adulto se acerca, valida su emoción ("veo que estás muy enojado"), le ofrece contención física si el niño o niña lo permite, y lo acompaña a un espacio tranquilo para ayudarlo a identificar lo que siente y pensar juntos cómo manejarlo mejor la próxima vez.





Desde la observación a la regulación : el rol activo del educador o educadora en la implementación del modelo A.M.A.R.

A continuación, se detallan los aspectos claves del rol de la educadora o educador en la aplicación del método A.M.A.R.:

Atención: Observando con Sensibilidad

Micro-observación: Se debe desarrollar la capacidad de observar atentamente a cada niño o niña, identificando su lenguaje corporal, expresiones faciales y reacciones, especialmente ante situaciones de estrés.

Individualización: Reconocer que cada niño o niña es único(a), con su propio temperamento y estilo de apego. Evitar generalizaciones o comparaciones con otros niños y niñas.

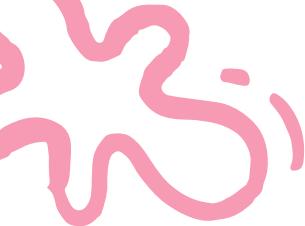
Signos de Alarma: Estar alerta a las Conductas Desorganizadas de Apego, como la agresión, el retramiento, la hiperactividad o la complacencia excesiva, que pueden indicar posibles experiencias traumáticas.

Si bien la micro-observación es crucial para una atención individualizada, la educadora o educador debe adaptarla a la dinámica del aula, donde conviven múltiples niños y niñas con distintas necesidades. En este contexto, se vuelve fundamental implementar herramientas sistemáticas que permitan sostener la observación en el tiempo.

Una de las estrategias más eficaces es el uso del registro anecdótico o diario de aula, que permite documentar episodios significativos de comportamiento, emociones o interacciones de los niños y niñas en momentos claves del día. Este tipo de registro favorece el seguimiento individual, facilita la toma de decisiones pedagógicas y ofrece una base concreta para comprender el desarrollo emocional y conductual de cada niño o niña especialmente en contextos de estrés.

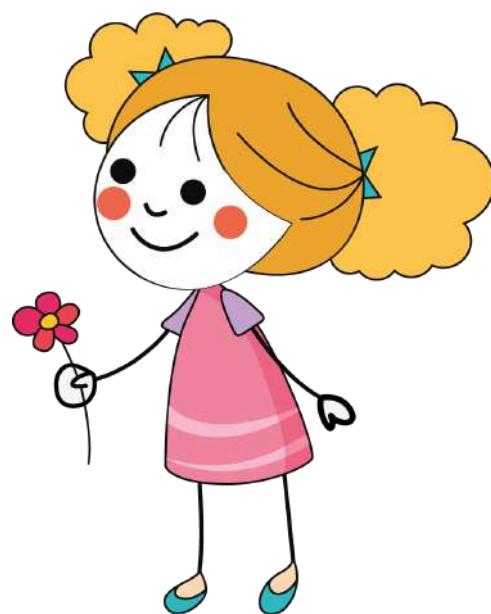
Además, estos registros pueden ser compartidos en reuniones técnicas o en conversaciones con las familias, aportando evidencia sobre el vínculo afectivo y los avances en el bienestar socioemocional de los niños y niñas. Su uso intencionado permite transformar la observación cotidiana en una herramienta profesional de análisis, reflexión y mejora continua del cuidado pedagógico.





Mentalización: Comprendiendo el Mundo Interior del Niño o Niña

Evitar Juicios:	La educadora o educador debe abstenerse de etiquetar o juzgar al niño o la niña, evitando frases como "está manipulando" o "es malcriado".
Perspectiva del Niño o la niña:	Esforzarse por comprender el mundo interior del niño o niña, sus necesidades, emociones e intenciones detrás de su conducta.
Plantilla de Mentalización	Utilizar la Plantilla de Mentalización como herramienta para comprender el origen del estrés del niño o niña, sus estrategias de afrontamiento y la función de su conducta.
Evitar la Búsqueda del "Apego Seguro" como Única Meta:	Comprender que cada niño o niña desarrolla su propio estilo de apego como una forma de adaptación a sus experiencias y a la forma en que se le cuida.





Material de apoyo para mejorar mentalización

Aquí adjuntamos la descripción de los elementos de una plantilla de mentalización que está diseñada para ayudar al sistema de cuidado a comprender y responder a las conductas de los niños y niñas. Se centra en la mentalización como la habilidad cognitiva y afectiva para comprender y empatizar con las conductas de los niños y niñas, incluyendo sus estados mentales, emociones, pensamientos, necesidades y deseos.

Conducta Estresante: Este paso pide identificar la conducta específica del niño o niña que es difícil de acompañar. Es necesario describir la conducta y evitar juicios o interpretaciones. Un ejemplo es "Josefa se tiró al suelo cuando le quité el celular, empezó a gritar y pegarle patadas al suelo".

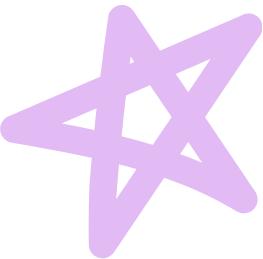
Estímulo Activador: Este paso consiste en identificar el elemento o estímulo que provocó la conducta del niño o niña, ya sea un estímulo interno o externo. Un ejemplo es la separación del cuidador o quitar un juguete. También se pide describir lo que sucedió antes de la conducta.

Proceso Emocional/Mental: En este paso, se busca inferir la emoción que se encuentra en la base de la conducta del niño o niña. Se deben considerar las reacciones no verbales. Se reconoce que a veces es difícil inferir la emoción, y se sugiere que el adulto se ponga en el lugar del niño o la niña para facilitar esta identificación. Ejemplos de preguntas como "¿Cómo cree que se pudo haber sentido Josefa en ese momento?" y "¿Si usted estuviese viendo una película o serie y alguien sin previo aviso, le apaga la televisión gritándole ¿cómo se sentiría usted?"

Estrategia de Afrontamiento: Este paso se enfoca en identificar si la estrategia del niño o la niña para autorregularse es de carácter externalizante, internalizante o mixto. Se busca comprender qué estrategias utiliza el niño o la niña para afrontar sus emociones, por ejemplo: pelear, evitar, complacer, aferrarse. Un ejemplo es "¿Cuándo pasa esto, Josefa tiende a pedir ayuda o cómo trata de resolverlo sola?"

Función de la Conducta: El objetivo de este paso es encontrar la razón detrás de la conducta del niño o la niña. Se pregunta qué es lo que él o ella quiere lograr con su conducta y qué esperan los adultos que hagan en esos momentos de estrés. La clave es entender el propósito o mensaje que el niño o niña está tratando de comunicar. Un ejemplo de pregunta es "¿Qué cree usted entonces, que espera Josefa que haga cuando le sucede esto?"

Es importante considerar que la plantilla busca ayudar a los cuidadores a reflexionar sobre la conducta de los niños y niñas, comprender sus emociones y necesidades, y responder de manera más efectiva, promueve la mentalización y ayuda a evitar conclusiones aisladas sobre el comportamiento. Es una herramienta que busca ser lo más objetiva posible, pero la comprensión de la conducta es un proceso que puede requerir flexibilidad y observación continua. La experiencia y el contexto de cada niño o niña deben ser siempre considerados.





Ejemplo de uso de la Planilla de Mentalización

Caso: Mateo, 4 años

Contexto: Nivel medio mayor en jardín infantil. Observación realizada durante una rutina de transición (paso del juego libre al lavado de manos para ir al comedor).

1. Conducta estresante (descripción sin juicio):

Mateo se tiró al suelo, comenzó a gritar “¡no quiero ir!”, se aferró a un juguete de construcción y empujó a una compañera que intentaba tomarlo de la mano para levantarse.

2. Estímulo activador (evento o situación previa):

Se había anunciado el cambio de actividad con campana, pero Mateo estaba concentrado construyendo una torre muy alta. La educadora pidió a todos guardar sin mirar específicamente a Mateo ni darle tiempo adicional.

3. Proceso emocional/mental (¿cómo podría haberse sentido el niño?):

Possiblemente frustrado o decepcionado por no poder terminar su juego. Puede haber sentido que no fue visto ni escuchado.

¿Cómo me sentiría yo si interrumpen bruscamente algo que me importa?

4. Estrategia de afrontamiento (¿cómo intenta regularse?):

Externalización: grita, se opone físicamente, empuja.

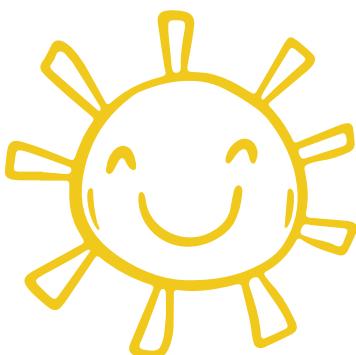
Su conducta parece ser una forma de resistir una situación que no comprende o siente como injusta.

5. Función de la conducta (¿qué está intentando comunicar?):

“Estoy haciendo algo importante para mí.”

“No me gusta que me apuren o ignoren cuando estoy concentrado.”

Quizás espera que lo dejen terminar o que al menos alguien reconozca su frustración.





Automentalización: Reflexionando Sobre la Propia Práctica

Conciencia de las Propias Emociones:	Identificar las propias emociones y reacciones hacia el niño o niña, especialmente ante situaciones desafiantes.
Análisis de la Influencia de las Creencias:	Reflexionar sobre cómo las propias creencias y expectativas sobre el cuidado infantil pueden influir en la forma de interactuar con el niño o la niña.
Identificación de Conductas Desorganizantes de Cuidado:	Reconocer y analizar si se están realizando conductas que puedan estar desorganizando al niño o la niña, como la intimidación, el miedo o la impredecibilidad.
Cuidado Personal:	Reconocer la importancia del autocuidado para poder brindar un cuidado sensible y respetuoso a los niños y niñas.

Es importante reconocer que los adultos también experimentan momentos de desregulación emocional, especialmente en contextos de alta demanda o estrés. Cuando una educadora o cuidador se encuentra emocionalmente sobrepasado, lo más responsable y respetuoso es no intervenir directamente con el niño o la niña hasta haber recuperado un estado de calma y disponibilidad emocional.

¿Qué hacer en esos momentos?

Pedir apoyo al equipo: Solicitar que un colega acompañe la situación mientras se toma un breve espacio para respirar y autorregularse.

Utilizar técnicas personales de calma: Respiración profunda, pausas breves, contacto con la naturaleza o moverse físicamente si es posible.

Reconocer los propios límites: Validar que regular a otro requiere estar disponible emocionalmente. No es signo de debilidad pedir ayuda, sino de autocuidado profesional.

Reflexionar después del evento: Identificar los factores que activaron la desregulación y pensar en estrategias preventivas para futuras situaciones.

Recordatorio clave:

"No podemos ayudar a un niño o niña a calmarse si no estamos calmados. El autocuidado es parte esencial del cuidado del otro."





Regulación: Brindando Apoyo y Seguridad

Ambiente mínimo Esperable: Proveer un ambiente de cuidado estable, continuo, predecible, sensible, comprometido y libre de estrés innecesario.

Time-In: Ante situaciones de estrés, ofrecer consuelo y apoyo al niño o la niña, acompañándolo en su emoción en lugar de recurrir al castigo o al aislamiento.

Comunicación clara y sencilla: Utilizar un lenguaje claro, simple y conciso, especialmente con niños pequeños. Evitar sermones o explicaciones complejas.

Educación Emocional: Enseñar al niño o la niña habilidades para manejar sus emociones de manera saludable, como la identificación de emociones, la empatía y la resolución de conflictos.



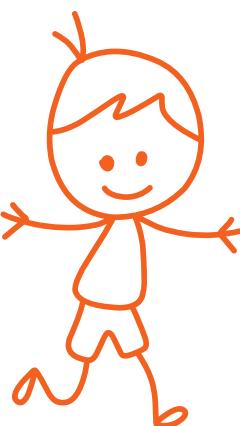
Ejemplos de lenguaje emocional sugerido según edad y situación basado en el enfoque del cuidado respetuoso y la regulación emocional en la infancia.

	Situación Común	Lenguaje Emocional Sugerido	Objetivo
2 a 3 años	Llora al separarse del adulto de apego	"Te da pena que mamá se haya ido. Aquí estoy yo para acompañarte."	Nombrar emoción y ofrecer contención segura
3 a 4 años	Rabieta por frustración al no lograr algo	"Veo que estás enojado porque no salió como querías. A veces eso pasa, ¿te ayudo a intentarlo?"	Validar emoción y ofrecer ayuda en la acción
4 a 5 años	Pelea con un compañero/a por un juguete	"Parece que te enojaste cuando Juan no quiso compartir. ¿Quieres contarme qué pasó?"	Favorecer expresión verbal de la emoción
5 a 6 años	Se burla de otro compañero	"Cuando dices eso, el otro se siente mal. ¿Cómo crees que se sintió? ¿Qué podrías decir ahora?"	Estimular empatía y reparación
4 a 6 años	Miedo ante situación desconocida o ruidos fuertes	"A veces los ruidos asustan. Puedes venir conmigo si lo necesitas. ¿Quieres que respiremos?"	Validar miedo y proponer estrategia de calma
Todas las edades	Está desregulado/a y no puede expresarse verbalmente	"Estoy aquí contigo. No necesitas hablar ahora. Vamos a calmarnos juntos y luego me cuentas."	Acompañar sin exigir verbalización inmediata

Fuente: Elaboración propia a partir de la experiencia profesional en educación infantil y referentes teóricos sobre regulación emocional (Lecannelier, 2020; Siegel & Bryson, 2012; Cury & Bisquerra, 2021).

 **Nota:**

Este lenguaje busca ser respetuoso, empático y ajustado al desarrollo evolutivo, evitando etiquetas o juicios, y fortaleciendo la conexión emocional en momentos de tensión.



Consideraciones Adicionales

Trabajo en equipo y políticas institucionales:

El modelo A.M.A.R. reconoce que el bienestar del niño y la niña está profundamente ligado al bienestar de los adultos que los acompañan. Por ello, se hace urgente que las instituciones educativas adopten políticas claras de prevención del desgaste emocional y promoción del bienestar profesional docente, especialmente en contextos de alta vulnerabilidad.

Estas políticas podrían incluir:

- Espacios regulares de contención emocional para el equipo (reuniones no evaluativas, círculos de cuidado, pausas activas).
- Protocolos de intervención colaborativa en situaciones de desborde emocional infantil, donde el adulto no actúe en soledad.
- Jornadas institucionales de autocuidado y formación emocional como parte del plan anual de desarrollo profesional.
- Acceso prioritario a acompañamiento psicoeducativo, especialmente para quienes trabajan con niños y niñas que han vivido experiencias traumáticas.
- No podemos sostener vínculos seguros si trabajamos en ambientes inseguros para el adulto.
- Apoyar al educador o educadora es una acción ética, preventiva y profundamente transformadora.
- Políticas a incluir que impliquen mantenerse actualizados sobre los avances en el desarrollo infantil y las mejores prácticas de cuidado.

La formación continua del educador y la educadora es un compromiso ético y profesional para aplicar de manera coherente y sensible el modelo A.M.A.R., es fundamental que los equipos educativos mantengan una actitud de aprendizaje constante, ampliando sus capacidades emocionales, relaciones y pedagógicas.

A continuación una rúbrica que creamos y que permite reflexionar sobre la forma de acompañar a niños y niñas desde las propias fortalezas y aspectos por mejorar.

Rúbrica de Autoevaluación de Capacidades A.M.A.R.

Dimensión	Nivel 1: Requiere Apoyo	Nivel 2: En Desarrollo	Nivel 3: Consolidado
Atención	Dificultad para observar e interpretar las señales emocionales y conductuales de los niños y niñas. Respuestas poco sensibles o generalizadas.	Observa algunas señales emocionales y conductuales, pero requiere apoyo para interpretarlas adecuadamente. Respuestas a veces sensibles, pero inconsistentes.	Observa y responde de manera consistente y sensible a las señales emocionales y conductuales de cada niño o niña, adaptando su intervención según las necesidades individuales.
Mentalización	Tiende a interpretar las conductas de los niños y niñas desde una perspectiva adulta, sin considerar sus estados mentales. Emite juicios o etiquetas.	Comienza a considerar los estados mentales de los niños y niñas, pero aún recurre ocasionalmente a juicios o interpretaciones adultocéntricas.	Comprende y valida los estados mentales de los niños y niñas, interpretando sus conductas desde su perspectiva y evitando juicios o etiquetas.
Automentalización	Dificultad para reconocer y reflexionar sobre sus propias emociones y reacciones en la interacción con los niños y niñas. Respuestas impulsivas o automáticas.	Reconoce algunas de sus emociones y reacciones, pero requiere apoyo para reflexionar sobre ellas y entender su impacto en la relación con los niños y niñas.	Reflexiona regularmente sobre sus emociones y reacciones, comprendiendo cómo estas influyen en su práctica y buscando estrategias para regularse y mejorar la interacción con los niños y niñas.
Regulación	Reflexiona regularmente sobre sus emociones y reacciones, comprendiendo cómo estas influyen en su práctica y buscando estrategias para regularse y mejorar la interacción con los niños y niñas.	Intenta mantener la calma y ofrecer contención, pero a veces se desregula o utiliza estrategias poco efectivas. Busca apoyo ocasionalmente.	Mantiene la calma y ofrece contención emocional de manera consistente, utilizando estrategias respetuosas y efectivas para ayudar a los niños y niñas a regularse.



Para trabajo de reflexión personal y en equipo

Comprensión general del modelo

¿Qué aspectos del modelo A.M.A.R. resuenan con nuestra práctica cotidiana?

¿Qué ideas nuevas o significativas aporta este modelo a nuestra concepción del cuidado?

¿Qué diferencias existen entre el cuidado tradicional y el cuidado respetuoso que promueve el modelo A.M.A.R.?

Rol del adulto como figura de contención

¿De qué manera cada integrante del equipo se convierte en una figura de apego seguro para los niños y niñas?

¿Cómo nos preparamos emocionalmente para estar disponibles cuando los niños/as enfrentan estrés o desregulación?

¿Qué tan conscientes somos de cómo nuestra propia historia personal o estado emocional impactan en nuestra forma de cuidar?



Observación y atención individualizada

¿Estamos realmente observando al niño o a la conducta?

¿Qué significa "ver" con sensibilidad?

¿De qué manera adaptamos nuestras observaciones a la dinámica del aula?

¿Qué herramientas usamos o podríamos usar para sostener la observación individual (por ejemplo, registros, bitácoras, intercambios entre educadoras)?

Comprensión del mundo interno del niño/a (mentalización)

¿Cómo evitamos caer en juicios o etiquetas frente a conductas desafiantes?

¿Qué nos dice una conducta difícil sobre las necesidades emocionales del niño/a?

¿Qué beneficios trae analizar conductas con la plantilla de mentalización en equipo?

Reflexión sobre el rol y las emociones del adulto (automentalización)

¿Cómo manejamos nuestras propias emociones cuando acompañamos momentos difíciles?

¿Qué señales nos indican que necesitamos pausar o pedir apoyo entre colegas?

¿Cómo promovemos una cultura de autocuidado y cuidado mutuo en el equipo?



Estrategias de regulación y acompañamiento

¿Qué estrategias usamos actualmente para contener y calmar a los niños/as?
¿Son respetuosas y efectivas?

¿Cómo implementamos acciones como el Time-In o la enseñanza emocional en la rutina?

Desafíos y oportunidades

¿Qué barreras hemos encontrado al intentar implementar prácticas basadas en el modelo A.M.A.R.?

¿Qué apoyos o condiciones institucionales serían necesarios para sostener este enfoque a largo plazo?

¿Qué compromiso podemos asumir como equipo para avanzar en este camino?

Comunidad de práctica

¿Cómo nos apoyamos entre colegas cuando enfrentamos situaciones emocionalmente desafiantes?

¿Qué espacios de reflexión interna o conjunta necesitamos reforzar?

¿Cómo podemos transformar esta reflexión en una oportunidad de formación continua?

Sugerencias Metodológicas para trabajar el Modelo A.M.A.R. con equipos educativos

Taller de análisis participativo del documento

Objetivo: Comprender los pilares del modelo A.M.A.R. y reflexionar sobre su aplicación en el rol docente.

Metodología: Lectura guiada por secciones + trabajo en subgrupos.

Dinámica sugerida:

Dividir el documento por fases (Atención, Mentalización, etc.) y asignarlas a distintos equipos.

Cada equipo realiza un resumen, identifica ideas clave y plantea una situación práctica en la que aplicar ese componente.

Se cierra con una puesta en común en plenario.

Estudio de caso con plantilla de mentalización

Objetivo: Comprender una conducta infantil desde el enfoque de la mentalización.

Metodología: Trabajo colaborativo con plantilla.

Dinámica sugerida:

Presentar un caso real o ficticio con una conducta desafiante.

Aplicar en grupo los pasos de la plantilla de mentalización: conducta, estímulo, emoción, afrontamiento, función.

Finalizar con una reflexión sobre cómo cambiaría la intervención del adulto tras este análisis.

Rondas de diálogo reflexivo: "Mi rol emocional como educador/a"

Objetivo: Favorecer la autamentalización y el cuidado del adulto.

Metodología: Círculo de diálogo con facilitación.

HABLEMOS SOBRE LA REGULACIÓN EMOCIONAL EN LA INFANCIA:

**Desde la
heterorregulación a la
autorregulación.**





“La forma en que niños y niñas enfrentarán el mundo el dia de mañana, comienza con las oportunidades que tengan hoy”
Ximena Espinosa González y Silvia Valenzuela Valenzuela

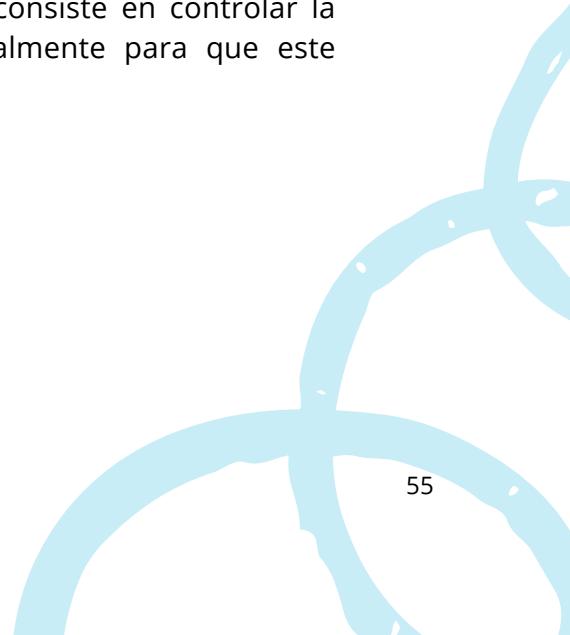
La regulación emocional en la infancia se caracteriza por una transición gradual de la heterorregulación a la autorregulación. En las primeras etapas de la vida, los bebés dependen en gran medida de sus cuidadores para la regulación de sus emociones.

“La regulación emocional es una capacidad que emerge progresivamente desde la infancia temprana y se consolida a lo largo de los primeros años de vida, dependiendo tanto de la maduración cerebral como de la calidad de las relaciones tempranas” (Thompson, 1994; Calkins, 2004).

“Antes de desarrollar estrategias autónomas, los niños y niñas requieren experiencias constantes de co-regulación con adultos emocionalmente disponibles, que actúan como ‘cerebros auxiliares’ en el proceso de aprendizaje emocional” (Shanker, 2017).

A medida que los niños y niñas crecen, desarrollan gradualmente sus propios mecanismos de autorregulación. Este proceso se ve facilitado por la maduración de las estructuras cerebrales, el desarrollo de habilidades cognitivas como la atención y la memoria, y las experiencias de interacción social.

Se debe tener claro que antes de que niños y niñas sean capaces de gestionar sus emociones de manera autónoma, requieren de múltiples experiencias de co-regulación, es decir, situaciones en las que el adulto acompaña activamente el proceso emocional del niño, validando su experiencia, modelando estrategias y brindando contención emocional. La co-regulación no consiste en controlar la emoción del niño, sino en estar disponible emocionalmente para que este aprenda gradualmente a autorregularse.



Este proceso implica mirar, nombrar, acoger y sostener las emociones del niño/a desde una postura empática y respetuosa. La calidad y constancia de estas experiencias interactivas de co-regulación son fundamentales, ya que se constituyen en el terreno sobre el cual se construye la futura capacidad de autorregulación (Shanker, 2017; Siegel & Bryson, 2020).

Importante destacar que la calidad de las interacciones tempranas tiene un impacto significativo en el desarrollo socioemocional y la regulación emocional del niño, es así como la respuesta sensible, las interacciones triádicas y las prácticas de crianza y valores culturales juegan un papel importante en este proceso.

Factores que influyen en la calidad de las interacciones:

- **Salud mental y capacidad de regulación emocional de los cuidadores:**

La presencia de psicopatología o dificultades en la regulación emocional de los cuidadores puede afectar negativamente la calidad de las interacciones familiares y el desarrollo socioemocional del niño y la niña. Si los cuidadores presentan dificultades para manejar sus propias emociones, les resultará más difícil responder de manera sensible y ajustada a las necesidades de los infantes.

Ejemplo (contexto familiar):

Una madre con síntomas de ansiedad intensa reacciona con irritación cuando su hijo de dos años llora por no querer vestirse. Le dice bruscamente: “¡Siempre estás molestando por todo!”. El niño, lejos de calmarse, se angustia más.

Interpretación: La dificultad de la madre para regular su ansiedad le impide contener emocionalmente al niño, lo que deteriora la calidad de la interacción y obstaculiza el aprendizaje emocional.

- **Historia vincular y patrón de apego de los cuidadores:**

La propia historia de apego de los cuidadores puede influir en la forma en que interactúan con el niño y la niña. Cuidadores con un patrón de apego seguro tienden a ser más sensibles y disponibles emocionalmente, lo que favorece la creación de un ambiente seguro y estable para el niño y la niña.

Ejemplo (contexto educativo):

Una educadora que creció con modelos autoritarios tiende a interpretar el llanto persistente como "manipulación" y responde con rigidez: "Aquí no lloramos por cualquier cosa".

Interpretación: Su historia de apego condiciona una respuesta menos empática, lo que dificulta la construcción de un vínculo de seguridad para el niño o niña

- **Capacidad de mentalización de los cuidadores:**

La capacidad del adulto para reconocer e interpretar los estados mentales del niño, conocida como función reflexiva parental o mentalización, es clave para ajustar las respuestas de cuidado (Fonagy et al., 2002; Slade, 2005)."

Ejemplo (contexto familiar):

Un padre ve que su hija de 4 años lanza un juguete con frustración. En lugar de retarla inmediatamente, se agacha, la mira y dice: "Parece que estás muy enojada. ¿Te gustaría que pensemos juntas qué podemos hacer?".

Interpretación: El padre logra mentalizar: reconoce el estado emocional de la niña y ajusta su respuesta con empatía y contención.

- **Coordinación y apoyo entre los cuidadores:**

La forma en que los cuidadores se coordinan y se apoyan mutuamente en la crianza del niño y la niña es fundamental para la calidad de la interacción. Cuando los cuidadores trabajan en equipo, se crea un ambiente más estable y predecible.

Ejemplo (contexto educativo):

Durante una jornada de jardín, un niño se desregula. Mientras una técnica en párvulos lo acompaña en un espacio tranquilo, la educadora retoma la actividad con el grupo sin interrumpir la rutina. Luego, ambas comparten lo observado.

Interpretación: La coordinación entre adultas evita una sobreexposición del niño, garantiza contención y mantiene un ambiente estable para el resto del grupo.



- **Resolución de conflictos:**

La forma en que los cuidadores resuelven los conflictos, tanto entre ellos como con el niño y la niña, también influyen en la calidad de las interacciones. Una resolución de conflictos constructiva, basada en el diálogo y el respeto mutuo, favorece un ambiente familiar positivo.

Ejemplo: Dos cuidadores discuten delante del niño o niña sobre cómo actuar frente a una pataleta. Uno grita; el otro se retira molesto. El niño o niña observa en silencio, en tensión.





Impacto de las interacciones tríadicas en el desarrollo socioemocional del niño y niña :

Las interacciones triádicas son aquellas experiencias relacionales en las que un niño o niña se vincula simultáneamente con dos figuras adultas significativas (por ejemplo, madre y padre, o dupla educativa), quienes también interactúan entre sí. Este tipo de experiencias relacionales promueven el desarrollo de habilidades socioemocionales, ya que exponen al niño/a a formas más complejas de coordinación, comunicación y regulación conjunta (Fivaz-Depeursinge & Corboz-Warnery, 1999).

- **Desarrollo de la autorregulación:** Interacciones triádicas de calidad, caracterizadas por la sensibilidad, el apoyo y la coordinación entre cuidadores, favorecen el desarrollo de la autorregulación en el niño y la niña. Estas experiencias le proporcionan un modelo de regulación emocional y le permiten aprender a manejar sus propias emociones de forma adaptativa.
- **Seguridad en el apego:** Las interacciones triádicas positivas contribuyen a la formación de un apego seguro en el niño y la niña. La presencia de dos figuras de cuidado sensibles y disponibles les brinda un sentido de seguridad y confianza, favoreciendo su exploración del entorno.
- **Desarrollo de habilidades sociales:** La participación en interacciones triádicas permiten al niño y la niña observar e internalizar diferentes formas de interacción social. Esto les permite desarrollar habilidades de comunicación, empatía y cooperación, fundamentales para establecer relaciones interpersonales saludables.
- **Impacto en la salud mental:** La calidad de las interacciones triádicas en la infancia puede tener un impacto a largo plazo en la salud mental de niños y niñas. Interacciones positivas se asocian a un menor riesgo de desarrollar problemas de salud mental, mientras que las interacciones negativas pueden aumentar la vulnerabilidad a la psicopatología.

Es importante destacar que la calidad de las interacciones triádicas no solo se ve afectada por los factores mencionados anteriormente, sino también por el temperamento del niño y la niña, sus experiencias previas, su nivel de desarrollo y su estado de salud general.

Modelo procesual de la regulación emocional (Gross & Thompson, 2007):

Este modelo que queremos resaltar, distingue entre estrategias tempranas y tardías en el proceso de regulación. Esta mirada se articula con el modelo A.M.A.R. pues invita a observar, comprender, contener y acompañar activamente los estados emocionales de niños y niñas en sus distintas etapas.

Estrategias tempranas (enfocadas en el antecedente):

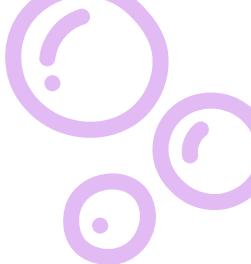
- Selección de la situación:** Elegir o evitar situaciones que provoquen determinadas emociones.
- Modificación de la situación:** Cambiar la situación para alterar su impacto emocional.
- Despliegue de la atención:** Dirigir la atención hacia o lejos de los estímulos emocionales.
- Cambio cognitivo:** Reevaluar la situación para cambiar su significado emocional.

Estrategias tardías (enfocadas en la respuesta):

- Modulación de la respuesta:** Controlar la expresión conductual y fisiológica de la emoción.

Según Gross & Thompson (2007), las estrategias tempranas están orientadas a modificar los antecedentes de la emoción, mientras que las tardías buscan regular la respuesta emocional una vez que ha emergido. En ambos casos, el rol del adulto sensible es clave para enseñar gradualmente a los niños y niñas cómo afrontar sus emociones de manera adaptativa.





Ejemplo práctico de estrategias de regulación emocional en el aula:

Contexto:

Durante una actividad de arte en nivel medio mayor (4 años), una niña llamada Emilia comienza a frustrarse porque no logra dibujar una figura como la había imaginado. Rasga la hoja con enojo y empieza a llorar, mostrando signos de desregulación emocional.

Estrategia temprana:

Despliegue de la atención (redirigir)

Acción de la educadora:

Antes de que la emoción escale, la educadora se aproxima y, con tono suave y contacto visual, le dice:

"Emilia, veo que eso te está frustrando. ¿Te gustaría venir a ayudarme a elegir los colores para pintar la cartelera del grupo? Después podemos volver a tu dibujo juntas."

Intención pedagógica:

La educadora aplica una estrategia temprana al redirigir la atención de Emilia hacia una nueva actividad significativa, previniendo una mayor desregulación. Al mismo tiempo, valida su emoción y le ofrece una salida respetuosa.

Estrategia tardía: Modulación de la respuesta

Acción de la educadora (si la frustración ya escaló):

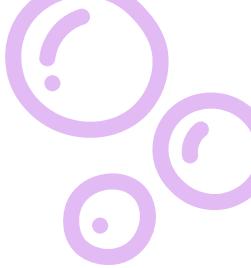
Emilia comienza a llorar más intensamente y lanza los lápices. La educadora se agacha a su altura, respira profundo y le dice:

"Estoy aquí contigo. Vamos a sentarnos juntas un momento, parece que esto fue muy difícil para ti. Respiraremos juntas... uno... dos..."

Luego de contenerla con contacto físico (si la niña lo permite), le ofrece palabras que nombran su emoción:

"A veces cuando algo no nos resulta nos enojamos. Eso nos pasa a los grandes también. Cuando estés lista, podemos pensar cómo continuar."





Intención pedagógica:

Aquí la educadora aplica una estrategia tardía: no intenta evitar la emoción, sino modular la respuesta emocional ya activada, conteniendo con su presencia, nombrando lo ocurrido y ayudando a Emilia a recuperar la calma.

Implicancias pedagógicas para la práctica educativa

Comprender la regulación emocional como un proceso que transita desde la heterorregulación hacia la autorregulación, pasando por la esencial co-regulación, implica asumir que los adultos son modelos activos y determinantes en la construcción del bienestar emocional infantil. La manera en que los equipos educativos acompañan las emociones de niños y niñas impacta profundamente en su desarrollo socioemocional, en su capacidad de relacionarse, de resolver conflictos y de aprender.

Por ello, es fundamental que educadoras y educadores:

Cultiven una presencia emocional disponible, capaz de sostener y contener en momentos de desregulación; Fortalezcan su reflexión sobre la práctica, reconociendo los factores personales y contextuales que influyen en su forma de cuidar; Promuevan espacios seguros, predecibles y afectivos, donde el niño o niña pueda sentirse visto, comprendido y validado; Sean parte de comunidades pedagógicas que valoren el trabajo colaborativo y el cuidado mutuo como pilares del bienestar integral.

En definitiva, educar también es acompañar emocionalmente, y este acompañamiento se aprende, se afina y se fortalece día a día en el vínculo vivo con la infancia.

La comprensión del proceso de regulación emocional desde una perspectiva evolutiva y contextual (Gross & Thompson, 2007) se vuelve especialmente relevante cuando se traduce en prácticas concretas en el aula. A continuación, se presentan estrategias específicas para educadoras y educadores de párvulos, alineadas con el modelo A.M.A.R. (Lecannelier, 2019) e inspiradas en autores como Siegel y Bryson (2020), que integran conexión emocional, lenguaje validante y acciones respetuosas que favorecen la regulación emocional en la infancia.

Estrategias para acompañar regulación emocional

Estrategia	Descripción	Ejemplo	Habilidad del A.M.A.R
Conecta antes de acompañar	Valida la emoción del niño o la niña antes de intervenir en la conducta. Autamentalizar es importante también para conectar.	"Veo que estás muy enojado(a) porque no quieres guardar los juguetes. Estoy aquí contigo."	Atención – Mentalización - autamentalización
Nombra para hacer consciente	Prestar atención para identificar la emoción y después hacerla consciente es un ejercicio necesario. Ayuda al niño niña a nombrar su emoción para disminuir su intensidad.	"Creo que estás frustrado(a) porque querías seguir jugando. ¿Es eso lo que sientes?"	Atención - Mentalización – Regulación
Integración cuerpo-mente	Usa juegos sensoriales o físicos para calmar antes de hablar de lo ocurrido.	Invitar al niño niña a tomar agua, respirar profundamente o apretar una pelota antes de conversar.	Regulación – Autamentalización
Contar la historia	Ayuda al niño o niña a relatar lo ocurrido para dar sentido a la experiencia.	"Primero pasó esto... luego te sentiste así... y ahora estamos buscando una solución juntos."	Mentalización – Regulación
Uso del "Time-In"	Acompañar emocionalmente en lugar de aislar. Es imprescindible haber mentalizado adecuadamente	Llevar al niño o niña a un rincón de calma con apoyo verbal, sin dejarlo solo ni retarla.	Mentalización - Regulación – Atención

Estrategia	Descripción	Ejemplo	Habilidad del A.M.A.R
Repetir rutinas de seguridad	Reafirmar los límites desde el cuidado, con consistencia y calidez.	Repetir con tono suave: "Primero guardamos, luego podemos elegir otro juego. Yo te ayudo."	Regulación – Automentalización
Uso del juego como herramienta de conexión	Uso del juego como herramienta de conexión Convertir momentos tensos en oportunidades lúdicas para reconectar.	Pensemos que estos bloques son un tren que nos lleva a la estación de la calma."	Atención – Regulación

Fuente: Elaboración propia inspiradas en Siegel & Bryson (2020) y alineadas con el modelo A.M.A.R.

Estas estrategias no solo permiten responder ante la desregulación infantil, sino también modelar formas de relación emocionalmente seguras y respetuosas. El rol de la educadora y el educador como figura emocionalmente disponible se fortalece cuando cuenta con herramientas prácticas que sostienen su intención pedagógica de acompañar, contener y educar desde el vínculo.

Si bien se propone la articulación de las estrategias del modelo AMAR como una guía para acompañar procesos de regulación emocional, es importante señalar que dichas habilidades operan en un continuo dinámico y no necesariamente en un orden secuencial. En la práctica, el acompañamiento de un niño o niña en situaciones de alta carga emocional puede requerir la activación simultánea o alternada de varias habilidades del modelo. Esto implica considerar el contexto, la intencionalidad del adulto y la particularidad del momento emocional vivido. **Reconocer esta flexibilidad no solo enriquece la propuesta, sino que también refuerza su potencial formativo, adaptativo y respetuoso del proceso individual.**



Para trabajo de reflexión personal y en equipo

Sobre el rol del adulto en la regulación emocional:

¿Cómo reconozco que un niño o niña necesita apoyo para regularse emocionalmente?

¿De qué manera respondo ante una rabietas, un retraimiento o una expresión intensa de emoción?

¿Qué me enseña mi propia historia emocional sobre cómo reacciono frente a estas situaciones?

Sobre las interacciones triádicas:

¿En qué momentos del día promovemos interacciones triádicas de calidad en nuestro contexto?

¿Cómo coordinamos entre adultos nuestra respuesta ante una situación emocional desafiante con un niño/a?

¿Qué fortalezas y desafíos tenemos como equipo en la resolución de conflictos con y entre niños/as?



Sobre factores que afectan la calidad del vínculo:

¿Cómo influye mi estado emocional en la forma en que me vinculo con los niños/as?

¿Qué estrategias usamos para cuidar la salud emocional del equipo educativo?

¿Qué prácticas de acompañamiento tenemos cuando un colega se encuentra desregulado?

Sobre el desarrollo de la autorregulación:

¿Qué oportunidades ofrecemos para que niños/as experimenten y regulen sus emociones de forma autónoma?

¿Cómo promovemos el juego simbólico, la conversación emocional, o el lenguaje emocional cotidiano?

¿Qué rol juegan nuestras expectativas de "buena conducta" en la comprensión del desarrollo emocional infantil?



Sugerencias metodológicas:

Algunas actividades que se pueden realizar con los equipos: *Mapa de ciclo emocional*:

Dibujar en grupos un "ciclo emocional infantil" desde una situación disparadora hasta su resolución.

Identificar: señales del niño, intervención del adulto, recursos internos o externos ofrecidos.

Análisis de casos:

Presentar ejemplos reales o ficticios.

Analizar con apoyo del modelo de Gross & Thompson: ¿Qué estrategia temprana o tardía está siendo utilizada? ¿Qué podría ajustarse?

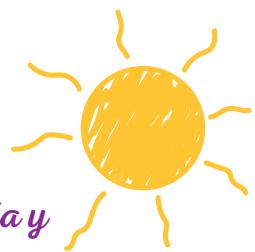
Círculo de autocuidado docente:

Espacio para que el equipo comparta cómo se sienten frente a la demanda emocional del aula.

Reflexión sobre límites, colaboración y estrategias personales de regulación emocional.

POTENCIAMOS EDUCACIÓN EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIOEMOCIONA- LES EN LA INFANCIA





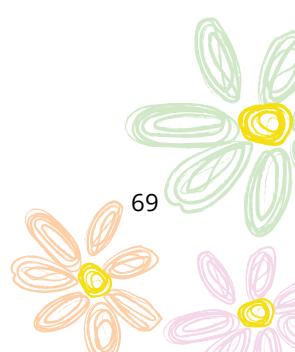
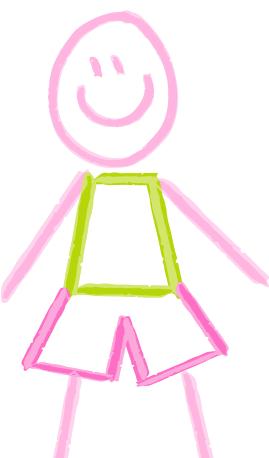
"Todo niño viene al mundo programado para la armonía y para la felicidad; sin embargo, para alcanzar dichos dones el menor precisa la compañía de adultos que le guíen y le eduquen emocionalmente"

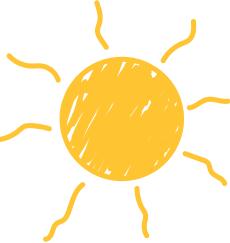
-Amanda Céspedes-

Según Bisquerra (2024), la educación emocional es un proceso continuo, intencionado y sistemático que busca desarrollar competencias emocionales como la conciencia, la regulación y la autonomía emocional, así como las habilidades sociales y para la vida, con el fin de alcanzar el bienestar personal y social.

Educar las emociones es fundamental para el desarrollo integral del ser humano, ya que las emociones juegan un papel central en la vida de las personas, afectando su bienestar, sus relaciones interpersonales, su capacidad de aprendizaje y su salud en general.

Rafael Bisquerra, referente en esta temática, Doctor en Ciencias de la Educación, Licenciado en Pedagogía y en Psicología, en su libro "Educación emocional y bienestar" (2024), define la educación emocional como un proceso enfocado en el desarrollo de competencias emocionales para alcanzar el bienestar personal. Menciona que este proceso debe estar presente a lo largo de la vida: en la familia, en la educación infantil, primaria, secundaria, universidad, formación profesional, en las organizaciones y en las personas mayores, etc. Su objetivo final es el bienestar emocional, para ello, se centra en el desarrollo de las competencias emocionales, que incluyen la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional, las competencias sociales y las habilidades de vida para el bienestar.





Muchas veces se ha ignorado la importancia de las emociones en la educación, enfocándose principalmente en lo cognitivo, sin embargo, investigaciones en neurociencias han demostrado que somos seres emocionales y que las emociones son la base de la acción humana, influyen en cómo aprendemos, determinan cómo nos relacionamos con los demás, con nosotros mismos y cómo enfrentamos los desafíos de la vida.

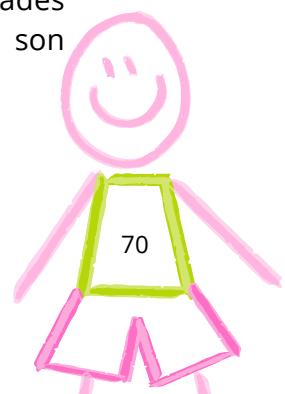
Numerosas investigaciones han demostrado que la educación emocional tiene un impacto positivo en el rendimiento académico, la conducta prosocial y el bienestar psicológico de los estudiantes. Un metaanálisis realizado por Durlak et al. (2011), que abarca más de 270.000 estudiantes, evidenció que los programas de aprendizaje socioemocional (SEL) aumentan significativamente el rendimiento académico (+11 puntos porcentuales en promedio), reducen los comportamientos problemáticos y mejoran las actitudes frente a la escuela.

Además, organizaciones internacionales como CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) han consolidado marcos y competencias clave para el desarrollo socioemocional que son aplicables desde la primera infancia hasta la educación superior (CASEL, 2023).

Amanda Céspedes (2013), destacada psiquiatra infanto-juvenil y especialista en neurociencias, resalta la importancia de la armonía emocional como un estado de bienestar integral que permite a las personas vivir en plenitud, menciona que no se logra reprimiendo las emociones, sino aprendiendo a comprenderlas, regularlas y expresarlas de manera saludable, la armonía emocional se construye a lo largo de la vida a través de las experiencias, especialmente las relaciones interpersonales.

Algunos beneficios de la Educación Emocional:

- **Mejora del rendimiento académico:** Cuando los niños y niñas se sienten emocionalmente seguros y comprendidos, pueden concentrarse mejor en el aprendizaje. La capacidad de regular las emociones, como la ansiedad y la frustración, también contribuye al éxito académico.
- **Fortalecimiento de las relaciones interpersonales:** Las habilidades sociales, como la empatía, el asertividad y la comunicación efectiva, son esenciales para establecer relaciones saludables con los demás.





- **Prevención de problemas de salud mental:** La educación emocional ayuda a los niños y niñas a desarrollar resiliencia, la capacidad de afrontar las adversidades y el estrés, lo que reduce el riesgo de desarrollar problemas de salud mental, como la ansiedad, la depresión y las conductas de riesgo.
- **Promoción del bienestar personal y social:** Una buena gestión emocional permite a las personas disfrutar más de la vida, tener relaciones más satisfactorias y contribuir positivamente a la sociedad.

En su libro "Educar las Emociones", Céspedes describe un conjunto de elementos esenciales para el desarrollo emocional y social saludable, especialmente durante la infancia. Agregaremos algunos ejemplos a ello.

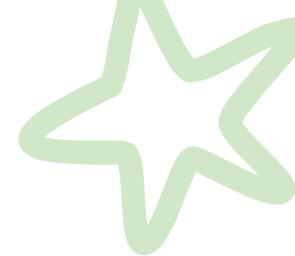
1. Aceptación Incondicional: Enfatiza la importancia de aceptar al niño o la niña en su totalidad, con sus virtudes y defectos, sin esperar cambios inmediatos. Esta aceptación debe ser genuina y reflejarse en las actitudes, ya que niños y niñas son muy sensibles a la falsedad y la hipocresía. La aceptación incondicional nutre la confianza básica del niño y la niña y le permite desarrollar una autoestima sana.

Ejemplo: La educadora acoge al niño o niña aunque haya cometido un error: "Lo que hiciste no estuvo bien, pero igual te quiero y estoy contigo."

2. Contención Emocional: Niños y niñas, especialmente los preescolares, necesitan la presencia de un adulto significativo que les brinde seguridad y apoyo emocional. La contención emocional implica acompañarles en sus momentos de alegría, tristeza, miedo o rabia, ayudándole a comprender y regular sus emociones.

Ejemplo: Durante una crisis por separación matutina, la educadora se sienta con el niño, lo sostiene si él lo permite, le dice con calma: "Veo que estás triste. Te acompaña hasta que te sientas mejor."





3. Vínculos Afectivos Sólidos: El desarrollo de vínculos afectivos seguros y estables con sus padres, madres, educadores y otros adultos significativos es fundamental para el bienestar emocional del niño y la niña. Estos vínculos proporcionan un sentido de pertenencia, seguridad y amor, elementos esenciales para un desarrollo psicológico saludable.

Ejemplo: La presencia constante de la educadora transmite confianza: saluda con cercanía, responde al llanto con contacto visual y físico.

4. Estímulos para el Asombro y la Belleza: Destaca la importancia de despertar en el niño y la niña la capacidad de asombro ante la belleza de la vida, ya sea a través del contacto con la naturaleza, la música, la literatura o el arte. Experiencias que nutren la sensibilidad, la creatividad y la capacidad de apreciar lo simple y lo grandioso.

Ejemplo: En un paseo por el jardín del establecimiento, la educadora se detiene a observar un insecto con los niños. Les pregunta: "¿Han visto sus colores? ¿Qué creen que está haciendo?".

5. Cultivo de Valores Éticos: La formación del carácter y la conciencia moral son aspectos cruciales en la educación emocional. Se resalta la importancia de guiar al niño y la niña hacia la reflexión, la responsabilidad, la honestidad, la empatía y el amor compasivo. Estos valores éticos proporcionan una brújula moral para la toma de decisiones y la construcción de una vida con sentido.

Ejemplo: Tras una discusión entre dos niños, la educadora guía una conversación: "¿Cómo te sentiste cuando pasó esto? ¿Qué podríamos hacer para cuidar al otro y resolver juntos?".





6. El Amor como Fuerza Generativa: Enfatiza que el amor es la fuerza motora que activa y fortalece el desarrollo emocional y social del niño y la niña. El amor proporciona seguridad, confianza, resiliencia y la capacidad de enfrentar las adversidades. Es el "nutriente" esencial para el alma humana.

Ejemplo: Un niño con baja autoestima muestra frustración con facilidad. La educadora le recuerda a diario con afecto: "Estoy orgullosa de ti. Estás aprendiendo. Cada paso cuenta. Siempre puedes intentarlo de nuevo."

7. Estimulación de los Talentos: Al igual que Howard Gardner, Céspedes reconoce la importancia de identificar y estimular los talentos innatos de cada niño y niña. Brindar oportunidades para desarrollar sus habilidades, ya sean artísticas, intelectuales, deportivas o sociales, nutre la autoestima, la motivación y el sentido de propósito.

Ejemplo: Un niño muestra gran interés por construir. La educadora le propone diseñar un rincón de juego para el aula. Valida su aporte y lo invita a explicar su idea al grupo, reconociendo su capacidad.

8. Acompañamiento en las Tareas del Desarrollo: Los niños y niñas enfrentan diversos desafíos en cada etapa de su desarrollo. Los adultos significativos deben acompañarlos en estas tareas, brindándoles apoyo, orientación y herramientas para afrontar los obstáculos y alcanzar sus metas. A pesar de la creciente evidencia sobre la importancia de la educación emocional, aún falta mucho por hacer para incorporarla de manera efectiva en el sistema educativo.

Ejemplo: Un niño comienza a dejar el pañal, y la educadora lo acompaña con paciencia, refuerza sus logros, valida retrocesos sin crítica, y comunica a la familia con lenguaje positivo.





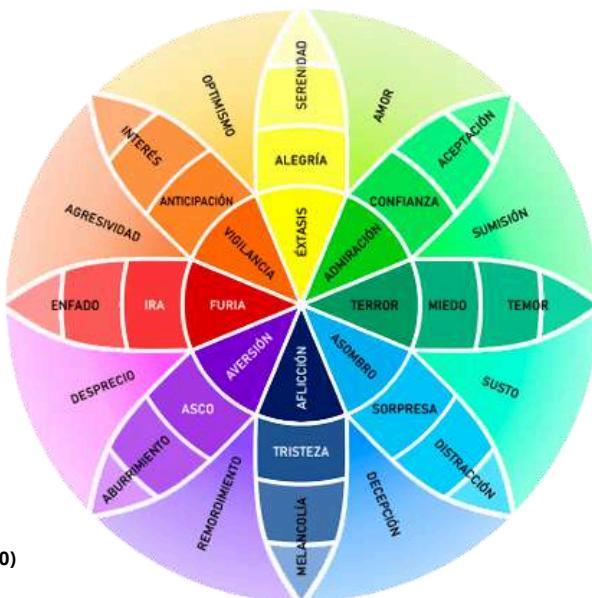
Revalorar las emociones como oportunidades de crecimiento socioemocional

Todas las emociones cumplen una función adaptativa y constituyen una oportunidad para el desarrollo socioemocional (Izard, 2001; Saarni, 1999). Desde el enfoque de la teoría del apego y modelos como CRESE y AMAR, se reconoce que incluso aquellas emociones consideradas incómodas o desafiantes (como la tristeza, el miedo o la frustración) pueden convertirse en escenarios valiosos de aprendizaje, si son acogidas, validadas y acompañadas respetuosamente (Lecannelier, 2019; Immordino-Yang & Damasio, 2007).

En coherencia con el modelo AMAR, proponemos trascender una mirada dicotómica sobre las emociones. Acompañar a niños y niñas en su alfabetización emocional implica validar y resignificar cada experiencia afectiva como parte del aprendizaje (Brackett, 2019; Bisquerra, 2015). Las emociones “difíciles” o de malestar no deben ser evitadas, sino atendidas desde la empatía, la contención y la regulación compartida, pilares fundamentales de un vínculo seguro. Así, se transforman en oportunidades para crecer, confiar y vincularse desde lo seguro (Fonagy et al., 2002; Lecannelier, 2019).

La rueda de las emociones de Plutchik: una herramienta para educar en emociones

El psicólogo Robert Plutchik (1980) desarrolló una teoría que representa las emociones como una rueda tridimensional. Este modelo no clasifica las emociones como buenas o malas, sino que reconoce su valor adaptativo, considerando que todas ellas nos preparan para la supervivencia, la vinculación social y el aprendizaje.



Plutchik, R. (1980)



Su modelo se organiza en torno a tres dimensiones claves:

- **Tipología:** Emociones básicas (alegría, tristeza, ira, miedo, confianza, aversión, sorpresa y anticipación) y emociones compuestas o secundarias.
- **Antagonismo:** Las emociones opuestas se ubican en extremos de ejes (ej. alegría vs tristeza, miedo vs ira), mostrando la polaridad emocional.
- **Intensidad:** Las emociones se expresan con diferente fuerza (ej. del temor al terror), reflejando niveles que pueden modular la respuesta emocional y conductual.

Esta herramienta visual facilita la **alfabetización emocional**, promoviendo la comprensión de la variedad, intensidad y matices del mundo emocional, y apoyando la regulación desde una mirada integradora y no binaria (Plutchik, 1980).

Funciones de las emociones: claves para su acompañamiento

Como señala Lucas Raspall (2017), lo que define la salud emocional no es la emoción en sí, sino **cómo la gestionamos**. Desde este enfoque, todas las emociones son válidas y cumplen funciones vitales para la vida humana:

Función adaptativa

Nos preparan para responder a las demandas del entorno:

- El miedo activa respuestas de protección (lucha o huida).
- La tristeza facilita la reorganización emocional tras una pérdida.

Función social

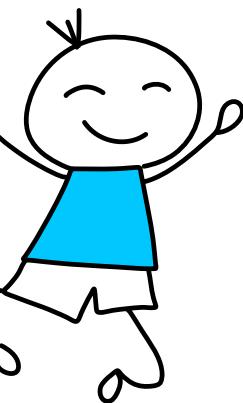
Facilitan la comunicación y la conexión con otros:

- La alegría fortalece vínculos sociales.
- La ira comunica límites o malestares en relaciones.

Función motivacional

Dirigen nuestras decisiones, atención y acciones:

- El entusiasmo impulsa la exploración y el aprendizaje.
- El temor puede motivar la preparación y prevención.





Función en el aprendizaje

Impactan directamente en cómo aprendemos:

- Las emociones agradables facilitan la consolidación de conocimientos.
- Las emociones intensas como el miedo pueden bloquear procesos cognitivos si no son reguladas.

El rol del adulto: acompañar desde la conciencia emocional

Padres, madres, educadores y cuidadores son figuras clave para **potenciar la inteligencia emocional** en la infancia. Esto implica:

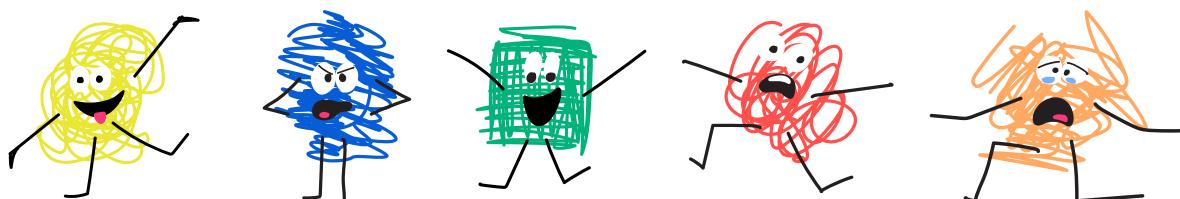
- Validar y nombrar las emociones propias y ajenas.
- Reconocer la polaridad y riqueza del mundo emocional.
- Enseñar estrategias de regulación.
- Cultivar la empatía y el respeto mutuo.

Educar emocionalmente no significa evitar el malestar, sino **habilitar espacios seguros donde cada emoción tenga lugar, sentido y acompañamiento**.

La formación del educador en este ámbito es fundamental. Es necesario que desarrolle su propia inteligencia emocional y adquiera herramientas para educar emocionalmente a niños y niñas, así como para acompañar a las familias en esta labor. Esto implica incluir la alfabetización emocional en los currículos de formación inicial docente y promover instancias de capacitación continua en esta área.

Además, es clave facilitar procesos de reflexión personal que permitan al futuro educador profundizar en cómo su propia historia vital influye en sus prácticas de acompañamiento. Si no contamos con estos espacios reflexivos, podemos tener la percepción de que nos vinculamos de forma saludable con la infancia, cuando en realidad podríamos estar perpetuando patrones de interacción poco respetuosos.

Por ello, es indispensable generar ambientes emocionalmente seguros y respetuosos del proceso de cada niño y niña, donde se fomente la curiosidad, la motivación intrínseca, la expresión emocional auténtica y el aprendizaje de estrategias de autorregulación.





Importante

Desde una perspectiva actual, autores como Maurice Elias y Marc Brackett han reforzado la importancia de iniciar la alfabetización emocional desde la niñez, entendida como el proceso por el cual los niños y niñas aprenden a identificar, nombrar, comprender y regular sus emociones. Para Elias (2006), la educación emocional no debe ser un añadido, sino un componente central del currículo escolar, ya que “sin habilidades socioemocionales, los estudiantes no pueden aprender de forma efectiva ni desarrollar relaciones positivas”. En esta misma línea, Brackett (2019), creador del enfoque RULER, argumenta que enseñar sobre emociones desde la infancia no solo mejora el clima escolar y las relaciones interpersonales, sino que también impacta directamente en el rendimiento académico, el bienestar mental y la resiliencia. Estos enfoques coinciden en que invertir en alfabetización emocional desde los primeros años es una decisión ética, educativa y social que tiene efectos duraderos en el desarrollo integral.

Para cerrar este recorrido, se propone una **rúbrica de autoevaluación** que permite reflexionar sobre el propio rol como educador o educadora en la promoción del desarrollo socioemocional desde una mirada respetuosa.

Rúbrica de Autoevaluación: Educación Emocional y Práctica Pedagógica

Criterio	Nivel 1: Requiere Apoyo	Nivel 2: En Desarrollo	Nivel 3: Consolidado	Nivel 4: Compromiso activo
1. Conciencia emocional ¿Reconozco y comprendo mis propias emociones y cómo influyen en mi práctica?	Apenas comienzo a identificar mis emociones.	Reconozco algunas emociones y empiezo a relacionarlas con mi actuar pedagógico.	Identifico con claridad mis emociones y reflexiono sobre su impacto en el aula.	Integro mi conciencia emocional para actuar con mayor coherencia y regulación en el aula.
2. Disposición para co-regular ¿Soy capaz de acompañar emocionalmente a niños y niñas en situaciones intensas?	Me cuesta responder sin perder el control.	A veces logro acompañar emocionalmente, pero necesito apoyo.	Generalmente logro sostener al niño/a con contención y empatía.	Me siento confiado/a y activo/a en procesos de co-regulación y guía emocional.
3. Empatía y validación ¿Valido las emociones de los niños y niñas sin juzgarlas o minimizarlas?	A veces interpreto las emociones como conductas inadecuadas.	Reconozco la importancia de validar emociones, aunque me cuesta hacerlo siempre.	Escucho y valido las emociones de los niños/as con atención y respeto.	Integro la validación como parte esencial de mis vínculos y apoyo a otros docentes.
4. Aplicación pedagógica ¿Integro estrategias de educación emocional en mi quehacer cotidiano?	Aún no aplico estrategias de educación emocional en mi práctica.	Comienzo a integrar pequeñas acciones o actividades emocionales.	Aplico con regularidad estrategias concretas de alfabetización emocional.	Diseño y adapto mis prácticas para fortalecer intencionadamente la educación emocional.

5. Compromiso
con el desarrollo
emocional docente
¿Reflexiono sobre
mi historia
emocional y busco
formarme?

No he explorado mi historia emocional ni buscado formación en el tema.

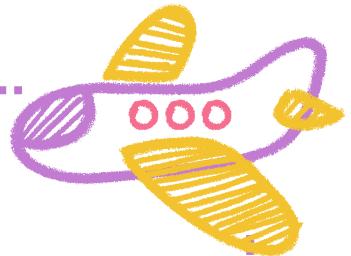
Reconozco la importancia de este proceso, pero me falta continuidad

He iniciado procesos de formación/reflexión personal sobre lo emocional.

Busco activamente mi crecimiento emocional como base para mi rol docente.

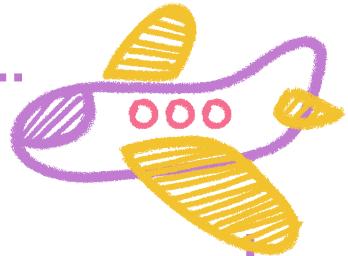
Fuente: Elaboracion propia basada en enfoques de educacion emocional y reflexion profesional docente , influenciada por Bisquerra, 2009;Goleman , 1995; y Lecannelier, 2020.





Para trabajo de reflexión personal y en equipo

- *¿Qué aspectos de la lectura resonaron con mis propias experiencias en la educación de niños y niñas?*
- *¿Cuáles de los 8 elementos propuestos por Amanda Céspedes veo reflejados en mi práctica? ¿Cuáles me desafían?*
- *¿De qué manera nuestras emociones como educadores influyen en el clima emocional del aula?*
- *¿Cómo se podría incorporar la alfabetización emocional en la rutina pedagógica diaria?*

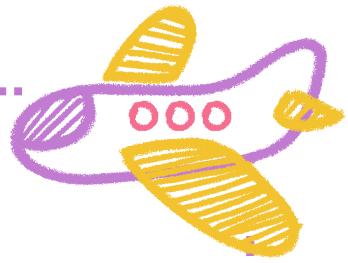


Análisis de casos pedagógicos:

- En grupos, elijan dos de los ocho principios de Céspedes (ej. Contención Emocional y Estímulo para el Asombro).
- Construyan una situación real o ficticia donde se evidencie un conflicto o un momento emocional complejo.
- Analicen: ¿Cómo se podría actuar desde los principios elegidos? ¿Qué actitudes del adulto podrían generar un ambiente emocionalmente seguro?
- Objetivo: Apropiarse de los principios mediante la resolución reflexiva de casos.

Rueda de Emociones

- Material: Imagen de la rueda de Plutchik.



Instrucciones para trabajar imagen de la rueda de Pluchik:

Observen la imagen y comenten en duplas:

- ¿Qué emociones reconozco que frecuentemente viven los niños y niñas en el aula?
- ¿Cuáles emociones me resultan fáciles de acoger? ¿Cuáles me incomodan?

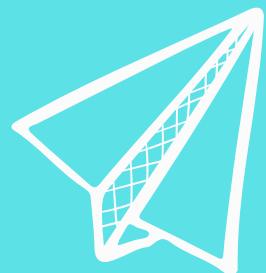
Luego completen de forma individual:

- Una situación reciente donde un niño o niña expresó una emoción intensa.
- ¿Cómo respondí? ¿Hubo co-regulación? ¿Qué podría mejorar o repetir?
- Cierre: Reflexión personal y compromiso docente

Escriba un breve texto donde responda:

- ¿Qué descubrimientos hice hoy sobre la educación emocional?
- ¿Qué quiero seguir aprendiendo?
- ¿Cuál será mi compromiso para fortalecer la alfabetización emocional en mi aula o comunidad?
- Opcional: Pegue en un mural su compromiso junto con una imagen o palabra que represente su visión de una infancia emocionalmente respetada.

REPASEMOS Y REVISEMOS CONCEPTOS A TRAVÉS DE UN GLOSARIO





A.M.A.R.: Acrónimo que representa las cuatro capacidades adultas esenciales para el desarrollo de un cuidado respetuoso y la promoción del apego seguro en la infancia: Atención, Mentalización, Automentalización y Regulación. Este modelo ha sido implementado y evaluado en Chile y México durante trece años, con estudios financiados por el gobierno chileno e instituciones privadas.

Aapego: Vínculo emocional fuerte que se establece entre el bebé y su cuidador principal. Es un sistema de comportamientos que busca proximidad y seguridad ante situaciones de estrés. Se desarrolla a través de la interacción constante y la respuesta sensible del cuidador a las necesidades del bebé. Influye en el desarrollo emocional, social y psicológico del niño o la niña a lo largo de la vida. Los tipos de apego se pueden clasificar en: Seguro e inseguro y dentro del apego inseguro se encuentra el apego inseguro ansioso, evitativo y desorganizado.

Atención: Habilidad básica de atender, contactarse afectivamente y comprometerse con el desarrollo del niño o niña. Implica observarlos con atención, identificando sus reacciones, expresiones faciales, lenguaje corporal y temperamento. Es crucial para individualizarlos y comprender sus necesidades. La atención de los cuidadores fomenta un apego seguro.

Atención Conjunta (AC): Habilidad del niño o la niña para compartir la atención con el adulto hacia un objeto o evento. Implica una coordinación de miradas, gestos y expresiones que fomenta la comunicación y la interacción social. Se desarrolla a partir de los 9 meses, con dos tipos de gestos: responder a la AC (seguir la mirada del adulto) e iniciar la AC (mostrar un objeto al adulto). La AC predice la calidad de la comunicación del niño y la niña más que la cantidad de palabras que puede pronunciar.

Autoeficacia Parental: Concepto introducido por Bandura (1977), clave en la percepción de competencia del rol cuidador. Se refiere a la percepción de los padres, madres o tutores sobre su propia capacidad para criar a sus hijos e hijas de manera efectiva. Los adultos con alta autoeficacia parental se sienten más seguros y competentes en su rol, lo que puede llevar a interacciones parentales más positivas y a un mejor desarrollo infantil.

Automentalización: Proceso de entender qué le pasa a uno como adulto cuando los niños o niñas expresan cosas negativas. Implica tomar conciencia de los propios procesos emocionales y mentales como cuidadores, especialmente ante las situaciones de estrés del menor. Permite regular las propias emociones para responder de manera más adecuada y ayuda a diferenciar las emociones del cuidador, evitando proyecciones o respuestas inadecuadas.





Autonomía: La capacidad de niños y niñas para tomar decisiones independientes y asumir la responsabilidad de sus acciones. Implica también desarrollar juicio moral, autoconfianza y regulación emocional.

Buena práctica: Toda experiencia, guiada por principios, objetivos y procedimientos apropiados, que ha arrojado resultados positivos, demostrando su eficacia y utilidad en un contexto concreto.

Competencias emocionales: Habilidades que nos permiten entender y manejar nuestras emociones de manera saludable.

Comunicación bidireccional: Un estilo de comunicación en el que tanto los adultos como niños y niñas se sienten libres de expresar sus pensamientos y sentimientos, y donde se fomenta el diálogo abierto.

Comunidad educativa: Conjunto de personas involucradas en el proceso educativo, incluyendo familias, profesorado y alumnado. La coordinación de la comunidad educativa es fundamental para la implementación efectiva de la educación emocional.

Conductas desorganizadas de Apego: Incluyen la agresión, el retramiento, la hiperactividad o la complacencia excesiva, las cuales pueden indicar posibles experiencias traumáticas.

Conductas Externalizantes: Conductas y reacciones que el niño o la niña expresan hacia el exterior como pataletas, gritos, llantos, golpes e hiperactividad. Son más visibles y suelen generar mayor preocupación en los adultos.

Conductas Internalizantes: Conductas y reacciones que el niño o la niña no expresa hacia el exterior, como tristeza, soledad, timidez, ansiedad y sobrecontrol. Son menos visibles, pero pueden tener consecuencias negativas a largo plazo.

Co-regulación: Etapa intermedia entre la heterorregulación (regulación por parte del adulto) y la autorregulación (capacidad del niño/a para manejar sus emociones por sí mismo/a). Implica un proceso relacional en el que el adulto acompaña activamente al niño en la gestión de sus emociones, modelando estrategias y ofreciendo seguridad emocional. La co-regulación es clave para que el niño aprenda, a través del vínculo, a identificar, nombrar y modular sus emociones. Es especialmente relevante en la primera infancia y en contextos de alta demanda emocional.





Cuidado Respetuoso Emocionalmente Seguro (C.R.E.S.E.): Actitud y marco de acción que orienta la implementación del Modelo A.M.A.R. (Lecannelier, 2022). Se basa en el respeto absoluto por el mundo interno del niño y la niña, promoviendo bienestar emocional a través de un cuidado sensible, empático y consciente. El C.R.E.S.E. permite traducir las capacidades del modelo AMAR en prácticas cotidianas que favorecen el apego seguro y el desarrollo socioemocional.

Crianza autoritativa: Un estilo de crianza que permite al niño y la niña auto-regularse, pero también le explica las consecuencias de sus acciones.

Crianza (Parenting): Se refiere al proceso de cuidado y educación de los hijos e hijas por parte de los padres o tutores.

Desarrollo Socioemocional: Este término abarca las capacidades del niño o niña para comprender, manejar y expresar sus emociones, así como para establecer y mantener relaciones saludables con los demás. El desarrollo socioemocional es un proceso continuo que comienza en la infancia y continúa a lo largo de la vida.

Estilos de Apego: Patrones de comportamiento que reflejan la forma en que el niño o la niña se relaciona con su cuidador principal. Se identifican cuatro estilos principales: seguro, ansioso-evitativo, ansioso-resistente y desorganizado. No son diagnósticos, sino formas de comprender el vínculo de apego.

Estilos de crianza: Hacen referencia a un conjunto estable pero complejo de actitudes, creencias y comportamientos del padre, madre o tutor hacia el hijo o hija y que configuran un patrón de prácticas de crianza que abarcan la exigencia, la capacidad de respuesta y la comunicación.

Estrés Parental: El estrés asociado con la crianza puede tener un impacto negativo tanto en los padres, madres o tutores como en los niños y niñas. El estrés parental puede provenir de diversas fuentes, como dificultades económicas, problemas de salud mental o la falta de apoyo social. Es importante abordar el estrés parental para promover el bienestar familiar.

Factores de riesgo: Son las condiciones o circunstancias que aumentan la probabilidad de problemas en el desarrollo socioemocional. Algunos factores de riesgo incluyen la psicopatología parental, la pobreza, la falta de conocimiento de los cuidadores, negligencia y la falta de acceso a servicios de salud.



Factores protectores: Son las condiciones o circunstancias que promueven el desarrollo socioemocional saludable. Algunos factores protectores incluyen la respuesta sensible de los cuidadores, el apoyo social, capacitación cuidadores y un entorno familiar estable.

Gatillador: Evento o acción que provoca la conducta estresante en el niño o la niña. Puede ser un evento externo, como que un hermano le quite un juguete, o una acción del cuidador, como un reto o un castigo. Identificar el gatillador es importante para comprender la función de la conducta del niño o niña.

Heterorregulación: Regulación de las emociones del bebé por parte de sus cuidadores. Este proceso es fundamental en las primeras etapas de la vida.

Hitos del desarrollo socioemocional: Son los comportamientos y capacidades que se esperan en diferentes etapas del desarrollo socioemocional. Los hitos del desarrollo varían según en individuo, la edad y están influenciados por factores socioculturales.

Impacto de los estilos de crianza en el desarrollo socioemocional: La influencia en el desarrollo social, emocional y psicológico de los niños y niñas, afectando aspectos como la autoestima, la independencia, la capacidad de socializar y la salud mental.

Interacciones triádicas: Se refieren a intercambios que involucran a tres participantes. En el contexto del desarrollo infantil, una interacción triádica típica incluye al niño o la niña y a dos figuras de cuidado, puede involucrar cuidador, madre, padre, abuelo y/o educador. Estas interacciones se diferencian de las diádicas, que solo involucran a dos participantes, al ofrecer una dinámica más compleja y rica en posibilidades de aprendizaje.

Interés superior del niño o la niña: Significa que todas las decisiones que se tomen en relación a una niña, niño o adolescente deben ir orientadas a su bienestar y pleno ejercicio de derechos.

Intersubjetividad: Capacidad de los bebés para conectar y comunicarse con sus cuidadores a través de la interpretación de señales emocionales y mentales. Implica una comprensión mutua que va más allá de lo observable. Se basa en la capacidad innata de los bebés para imitar expresiones faciales, percibir cambios emocionales en el cuidador y responder a las expresiones faciales del adulto.

Intervención temprana: Se refiere a la detección e intervención oportuna ante los primeros signos de problemas de salud mental. Las fuentes destacan que la intervención temprana es crucial para prevenir que los síntomas se conviertan en crónicos y para mejorar los resultados a largo plazo.

Locus de control interno: La creencia de que uno tiene control sobre su propia vida y sus resultados.

Maximización del apego: Se refiere a la búsqueda activa en que el bebé busca ser cuidado y atendido de acuerdo con los cuidadores que tiene, se activa en los primeros 6 meses de vida.

Mentalización: Habilidad de saber empatizar y comprender lo que le está ocurriendo a un niño o una niña, especialmente en momentos de estrés. Implica comprender su mundo interno, poniendo en mente sus emociones, pensamientos, necesidades y deseos. Fomenta una actitud empática y de respeto, evitando juicios o categorizaciones negativas. Los cuidadores con buenas capacidades de mentalización fomentan un apego seguro y ayudan al menor a desarrollar su propia capacidad de mentalización. Considerar que es una habilidad que se desarrolla y no un estado fijo.

Neuroplasticidad: Capacidad del cerebro para reorganizarse, adaptarse y formar nuevas conexiones neuronales a lo largo de la vida, especialmente en respuesta a experiencias, aprendizajes y relaciones significativas. En la infancia, la neuroplasticidad es máxima, lo que permite que las experiencias de cuidado respetuoso, estimulación emocional y vínculos seguros influyan directamente en el desarrollo de funciones cognitivas, emocionales y sociales. Esta propiedad cerebral es la base científica que sustenta la importancia de la educación emocional temprana.

Parentalidad: Se refiere al rol de ser padre o madre. Actualmente existen diversas formas de acceder a la parentalidad, como la adopción, la subrogación de vientre, etc.

Parentalidad positiva: Es aquella que promueve vínculos afectivos sanos, protectores y estables, destaca la prevalencia del interés superior de los niños, niñas y adolescentes por encima de cualquier otra consideración, concibiéndolos como sujetos de derechos (no solo como receptores pasivos de necesidades que hay que satisfacer) y destacando su participación en la familia y la sociedad y su protagonismo como actores de cambio social. Implica cultivar un ambiente emocionalmente seguro y estimulante donde los menores puedan prosperar y alcanzar su máximo potencial.



Perspectiva de género: Enfoque que no discrimine según género, para así visibilizar y reconocer las diferencias entre las personas.

Planilla de Mentalización: Herramienta para guiar la mentalización en situaciones de estrés. Consiste en cuatro preguntas: Se vincula al "Modelo A.M.A.R.".

- ¿Cuál es la conducta estresante? Describir la conducta del niño sin juicios.
- ¿Cuál es el gatillador de la conducta? Identificar qué provocó la conducta.
- ¿Cuál es el proceso emocional del niño? Inferir la emoción que el niño está experimentando.
- ¿Cuál es la función de la conducta? Comprender el porqué de la conducta desde la perspectiva del niño.

Prácticas de crianza: Son acciones específicas y observables que los padres, madres o cuidadores utilizan para socializar a sus hijos e hijas, como elogiar, castigar, establecer límites, etc.

Resiliencia: La capacidad de adaptarse y recuperarse de las adversidades.

Regulación emocional: Capacidad para manejar las emociones de manera saludable, incluyendo la tolerancia a la frustración. Es un componente clave de la educación emocional y esencial para prevenir la violencia. Se desarrolla progresivamente desde la heterorregulación hacia la autorregulación (Gross & Thompson, 2007).

Referencia Social: Capacidad del niño o niña para interpretar las reacciones emocionales del adulto ante diferentes situaciones. Le permite evaluar la seguridad o el peligro de una situación basándose en la expresión facial y emocional del adulto. Desarrolla la comprensión social y la capacidad de aprendizaje.

Regulación: Implica aplicar acciones concretas para calmar el estrés del niño o la niña y enseñarle habilidades socioemocionales para afrontar situaciones desafiantes. Crea un sentido de seguridad y contención que promueve el aprendizaje emocional.



Regulación emocional: Se refiere a la capacidad del niño o niña para modular sus emociones, tanto en intensidad como en duración, para responder de manera adaptativa a las demandas del entorno. La regulación emocional se desarrolla gradualmente a través de la interacción con los cuidadores, pasando de una regulación externa a una autorregulación.

Respuesta sensible: Es la capacidad del cuidador o cuidadora para percibir, interpretar y responder de manera apropiada y contingente a las señales y necesidades del niño o la niña. La respuesta sensible es esencial para el desarrollo de la regulación emocional y la seguridad emocional del niño y la niña.

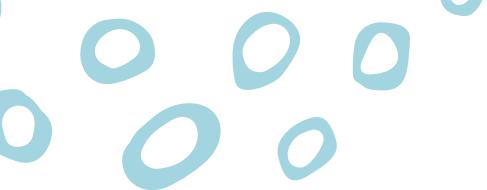
Riesgo psicosocial: Los factores de riesgo son aquellas condiciones biológicas, psicológicas o sociales que aumentan la probabilidad de que aparezca una determinada conducta, situación o problema que comprometen en menor o mayor medida el ajuste personal y social de las personas.

Roles de género: Se refieren a las expectativas y normas sociales asociadas a ser hombre o mujer. Los roles de género pueden influir en las prácticas de crianza y en la distribución de las tareas de cuidado dentro de la familia. Es importante promover una crianza libre de estereotipos de género para fomentar la igualdad y el desarrollo integral de niños y niñas.

Salud mental: Es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Seguridad emocional: Sensación de confianza, protección y bienestar que experimenta el niño o la niña cuando sus necesidades físicas y emocionales son satisfechas de forma consistente.

Sujetos de derecho: Todas las niñas, niños y adolescentes tienen que ser reconocidas y respetadas en sus derechos, con igualdad de condiciones que las personas adultas, con reconocimiento de su participación como sujetos activos de cambio dentro de todos los espacios sociales en que se desarrollan: la familia, la escuela, la comunidad y otros.

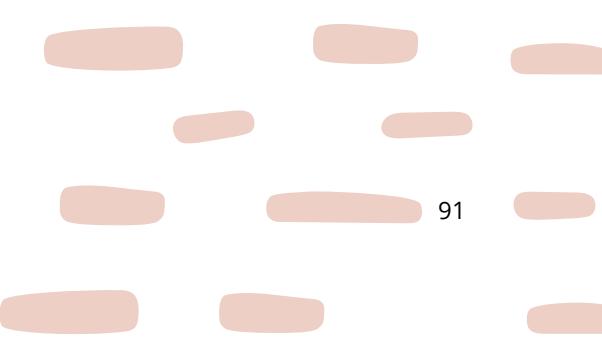


Talleres de crianza: Estos talleres son espacios diseñados para brindar apoyo e información a los padres, madres y cuidadores sobre diversos aspectos de la crianza. Los talleres de crianza pueden abordar temas como la disciplina, la comunicación, el desarrollo infantil y la prevención de la violencia. El valor de estos talleres es su tarea de promover prácticas de crianza positivas y fortalecer a las familias.

Teoría de la mente: Capacidad para comprender que los demás tienen estados mentales (pensamientos, emociones, deseos) diferentes a los propios. Permite anticipar, comprender y responder al comportamiento de otros. Se desarrolla a partir de los 2 años, con la capacidad de hablar de emociones y deseos. Alcanza su "kit completo" a los 4-6 años, con la comprensión de las falsas creencias.

Time-In: Estrategia de regulación que consiste en conectar con el niño o niña en momentos de estrés, ofrecerle seguridad, contención y ayuda para calmarse. Busca validar las emociones del niño o la niña y enseñarle estrategias de regulación. Se opone al "time-out", que implica aislar al niño o niña.

Tolerancia a la frustración: Capacidad para manejar la frustración de manera constructiva, evitando reacciones impulsivas o agresivas. Es un aspecto específico de la regulación emocional y crucial para prevenir la ira y la violencia.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.

Álvarez Navarrete, S., Hidalgo Ramírez, N. U., Morán Álvarez, M. D., & Reyes Soto, R. A. (2019). Factores que inciden en el apego seguro. *PsicoEducativa: Reflexiones y Propuestas*, 5(9), 8–12.

Barroso Braojos, O. (2019). Educación para un apego seguro: aproximación para pediatras. *Pediatría Atención Primaria*, 21(81), e25–e30.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887–907. <https://doi.org/10.2307/1126611>

Benavidez V, V., & Flores P, R., (2019). La importancia de las emociones para la neurodidáctica. *Wimb Lu*, 14(1), 25–53.

Bisquerra, R. (2015). Competencias emocionales para un cambio de paradigma en educación. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 7–20.

Bisquerra, R. (2024). *Educación emocional y bienestar*. Editorial Humana.

Bowlby, J. (1988). Una base segura: *Aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Paidós.

Brackett, M. A. (2019). *Permission to feel: Unlocking the power of emotions to help our kids, ourselves, and our society thrive*. Celadon Books.

Calkins, S. D. (2004). Early attachment processes and the development of emotional self-regulation. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 324–339). Guilford Press.



Capano, D., & Ubach, N. (2013). Los estilos educativos parentales desde los modelos interactivo y de construcción conjunta: Revisión de las investigaciones. Universidad Nacional de La Plata.

CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning) (2023). *What is SEL?* <https://casel.org/what-is-sel/>

Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 228–249.

Chile Crece Más. (2024). *¿Qué es el apego y cómo podemos fomentarlo con nuestros hijos/as? Chile Crece Contigo.* https://www.crececontigo.gob.cl/wp-content/uploads/2019/12/4-Apego_CCrianza_2019.pdf

Chisholm, D., Sweeny, K., Sheehan, P., Rasmussen, B., Smit, F., Cuijpers, P., & Saxena, S. (2016). Scaling-up treatment of depression and anxiety: A global return on investment analysis. *The Lancet Psychiatry*, 3(5), 415–424.

Cicchetti, D., & Cummings, E. M. (Eds.). (1990). *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention*. University of Chicago Press.

Consejo de Europa. (2006). *Recomendación Rec(2006)19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre Políticas de Apoyo al Ejercicio Positivo de la Parentalidad.* <https://rm.coe.int/16804f4d65>

Cooke, J. E., Kochendorfer, L. B., Stuart-Parrigon, K. L., Koehn, A. J., & Laursen, B. (2022). Secure and insecure attachment and children's emotion regulation: A meta-analytic review. *Emotion*, 22(2), 186–201.

Costa-Rodríguez, C., Palma-Leal, X., & Farías, C. S. (2021). Docentes emocionalmente inteligentes. *Estudios Pedagógicos* (Valdivia), 47(1), 219–233.

Céspedes, A. (2013). *Educar las emociones*. Penguin Random House Grupo Editorial Chile.

Damasio, A. (2007). *El error de Descartes: La emoción, la razón y el cerebro humano* (9.^a ed.). Crítica.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496.



Defensoría de la Niñez. (2024). *Diagnóstico sobre la situación de derechos de la niñez y adolescencia en Chile 2024*. <https://www.defensorianinez.cl/>

Dozier, M., Peloso, E., Lindhiem, O., Gordon, M. K., Manni, M., Sepulveda, S., ... & Levine, S. (2006). Developing evidence-based interventions for foster children: An example of a randomized clinical trial with infants and toddlers. *Journal of Social Issues*, 62(4), 767-785.

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.

Elias, M. J. (2006). *The educator's guide to emotional intelligence and academic achievement: Social-emotional learning in the classroom*. Corwin Press. Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). Affect regulation, mentalization, and the development of the self. Other Press.

García-Linares, M. C., de la Torre, M. J., & Casanova, P. F. (2002). Estilos educativos parentales y conductas problemáticas en adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 55(4), 613-630.

Gardner, H. (1993). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences* (2.^a ed.). Basic Books.

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.

Groh, A. M., Fearon, R. M. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Steele, R. D., & Roisman, G. I. (2014). The significance of attachment security for children's social competence with peers: A meta-analytic study. *Attachment & Human Development*, 16(2), 103-136.

Guzmán, M., Etcheverry, M., & López, D. (2016). *Apego y salud mental en la infancia*. Editorial UChile.

Guzmán-González, M., Carrasco, N., Figueroa, P., Trabucco, C., & Vilca, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psyke (Santiago)*, 25(1), 1-13.

Hughes, D., & Baylin, J. (2012). *Brain-based parenting: The neuroscience of caregiving for healthy attachment*. W.W. Norton & Company.



- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3–10.
- Izard, C. E. (2001). Emotional intelligence or adaptive emotions? *Emotion*, 1(3), 249–257.
- Koomen, H. M. Y., & Verschueren, K. (2012). Teacher-child relationships from an attachment perspective. *Attachment & Human Development*, 14(3), 205–211.
- Lansford, J. E., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bombi, A. S., Bornstein, M. H., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Steinberg, L., Tapanya, S., Tirado, L. M. U., Zelli, A., & Alampay, L. P. (2022). Bidirectional relations between parenting and children's behavior problems from ages 8 to 13 in nine countries. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(5), 586–594.
- Lecannelier, F. (2017). *Intervenciones clínicas en apego y salud mental infantil*. Ediciones Universidad del Desarrollo.
- Lecannelier, F. (2019). *A.M.A.R.: Modelo de intervención y prevención para el cuidado respetuoso*. Fundación América por la Infancia.
- Lecannelier, F. (2022). *Un universo maravilloso*. Editorial Planeta Chilena S.A.
- León, M. J., & Olhaberry, M. (2020). Triadic interactions, parental reflective functioning, and early social-emotional difficulties. *Infant Mental Health Journal*, 41(4), 431–444.
- Luyten, P., Campbell, C., Fonagy, P., Lowyck, B., & Vermote, R. (2023). The development and dynamics of mentalizing in adulthood: Toward a social-ecological model. *Psychoanalytic Psychology*, 40(2), 85–99.
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (pp. 1–101). Wiley.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.



Montero Jiménez, M., & Jiménez Tallón, M. A. (2009). Los estilos educativos parentales y su relación con las conductas de los adolescentes. *Familia*, 39, 77–104.

Monzalve-Macaya, M., Sánchez-Contreras, S., & Díaz-Levicoy, D. (2023). Examinando la formación en manejo y apoyo conductual en el aula y sentido de eficacia de futuros profesores. *Formación Universitaria*, 16(1), 1–10.

Observatorio de Salud Mental Chile. (2024). *Estudio salud mental octubre 2024*. <https://www.saludmentalchile.cl/>

Olhaberry, M., & Sieverson, C. (2022). Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 33(4), 358–366.

Oliva, A., Parra, Á., Sánchez-Queija, I., & López, F. (2007). Estilos de socialización parental y ajuste adolescente. *Infancia y Aprendizaje*, 30(1), 93–106.

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Promoción de la salud mental: Conceptos, evidencias emergentes y prácticas*.

<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240035117>

Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with internalizing symptoms in children and adolescents: A meta-analysis. *Marriage & Family Review*, 53(7), 613–640.

Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. In R. Plutchik & H. Kellerman (Eds.), *Emotion: Theory, research, and experience* (Vol. 1, pp. 3–33). Academic Press.

Powell, B., Cooper, G., Hoffman, K., & Marvin, B. (2013). *El círculo de seguridad. Intervención para padres y cuidadores*. Editorial Gedisa.

Pérez Cano, M. de G., Flores Bravo, I. M., & Ramenzoni, V. (2022). Estilos de crianza: Revisión conceptual y perspectivas actuales. En *Actas del XIV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*. Universidad de Buenos Aires.

Raspall, L. (2017). *Criar sin dramas: Una guía para cuidar la salud emocional de tus hijos*. Plataforma Actual.

Raspall, L. (2017). *Neurociencias para educadores*. Homo Sapiens Ediciones.

Reichert, E. (2011). *Infancia, la edad sagrada. La Llave*. Barcelona.



Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C., & Byrne, S. (2008). La parentalidad positiva: Una estrategia para el apoyo a las familias en Europa. *Revista de Estudios de Juventud*, (83), 13–26.

Rodrigo, M. J., Martín, J. C., & Máiquez, M. L. (2015). *Promoviendo la parentalidad positiva: Recursos para el trabajo con familias vulnerables*. Gobierno de Canarias.

Rodrigues, M., Veiga, F. H., & Janeiro, I. N. (2022). Parenting styles and academic achievement: The mediating role of self-regulated learning and school engagement. *European Journal of Psychology of Education*, 37, 257–276.

Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. Guilford Press.

Shanker, S. (2017). *Self-Reg: How to help your child (and you) break the stress cycle and successfully engage with life*. Penguin Books.

Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2020). *El cerebro del niño: 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo* (Ed. revisada). Editorial B.

Slade, A. (2005). Parental reflective functioning: An introduction. *Attachment & Human Development*, 7(3), 269–281.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52.

Tu Conducta. (s.f.). *Los 4 tipos de apego*. <https://www.tuconducta.com/guia-infantil/tipos-de-apego>

UNICEF. (2013). *El bienestar infantil en los países ricos: Una visión comparativa*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. <https://www.unicef.org/es/informes/el-bienestar-infantil-en-los-paises-ricos>

UNICEF. (2021). *Interacciones parentales para el cuidado, aprendizaje y desarrollo de los niños y niñas en Chile*.
<https://www.unicef.org/chile/media/4791/file/Interacciones%20parentales.pdf>

Zych, I., Farrington, D. P., Llorent, V. J., & Ttofi, M. M. (2020). *Protecting children against bullying and its consequences*. Springer Nature.

Zúñiga, M. (2020). Violencia familiar y desarrollo emocional infantil en Chile: Una revisión crítica. *Revista Chilena de Pediatría*, 91(5), 765–772.



ANEXOS

RECURSOS COMPLEMENTARIOS PARA LA EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL EN COMUNIDADES EDUCATIVAS

Los siguientes recursos han sido seleccionados con el propósito de ampliar la comprensión, promover la reflexión crítica e impulsar la implementación de estrategias de educación socioemocional desde un enfoque de derechos, apego seguro y bienestar integral en comunidades educativas. Su organización por categorías facilita su integración en procesos de planificación pedagógica y formación docente.

Expertos y referentes en educación socioemocional

A continuación, se presentan especialistas destacados cuyas trayectorias académicas y propuestas pedagógicas han contribuido significativamente a la comprensión y promoción del desarrollo socioemocional desde una mirada respetuosa, basada en la evidencia científica, los derechos de la infancia y el acompañamiento de niños, niñas y adolescentes.

Felipe Lecannelier

Doctor en Psicología, creador de la metodología AMAR y el Modelo de Apego y Complejidad (MAC). Experto en infancia, docente e investigador. Se ha consolidado como uno de los principales referentes en América Latina en temas de apego, crianza respetuosa y educación emocional , siendo pionero en la promoción de prácticas sensibles y basadas en evidencia científica para el trabajo con niños y niñas.

Instagram: <https://www.instagram.com/felipelecanelieroficial/?hl=es>

Charla: "Mirando la infancia y el trauma complejo desde una propuesta respetuosa"
<https://www.youtube.com/live/vVjxVymA6c8?si=la3KYUMICPJUWNFR>





Amanda Céspedes

Médico cirujano, especialista en neuropsiquiatría infantil. Presidenta de Fundación Educacional Amanda. Ampliamente reconocido en el ámbito latinoamericano por su incansable labor en la promoción de una educación emocionalmente consciente , basada en el conocimiento del desarrollo cerebral, afectivo y social de niños, niñas y adolescentes. **Libros:**

<https://www.curriculumnacional.cl/portal/Autor/Amanda-Cespedes-Calderon/>

Video: "¿Cómo abrir el corazón desde la educación?"

<https://youtu.be/o1eEAd0Inew?si=XoNRpjcf7rS9UNKZ>

Fundación Amanda: <https://fundacionamanda.cl/nosotros/>

Rafael Bisquerra

Doctor en Ciencias de la Educación, Lic.es Doctor en Ciencias de la Educación, Licenciado en Pedagogía y en Psicología, y catedrático emérito de la Universidad de Barcelona. Es considerado uno de los pioneros y principales referentes en educación emocional en el mundo hispano. Ha dedicado más de tres décadas a investigar, difundir y aplicar programas de alfabetización emocional en contextos escolares, universitarios y comunitarios. Es fundador y actual presidente de la Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar (RIEEB)sistema de , una organización que impulsa la integración sistemática de la educación emocional en las políticas públicas y los sistemas educativos de América Latina y Europa.

Página: <https://www.rafaelbisquerra.com/>

Video: "¿Qué puede hacer la educación para prevenir la violencia?"

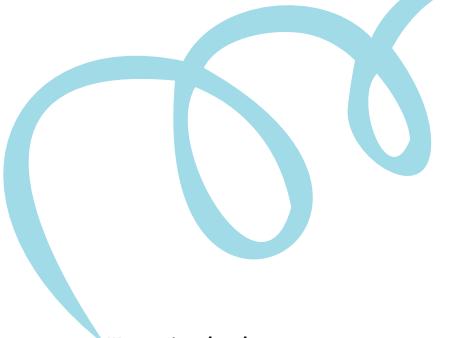
[https://youtu.be/NNzpl0Yf -k?si=nak1VKbUEKRot-8K](https://youtu.be/NNzpl0Yf-k?si=nak1VKbUEKRot-8K)

Jorge y Demián Bucay

Médico psiquiatra y psicoterapeuta es médico psiquiatra y psicoterapeuta gestáltico, ampliamente conocido por su obra en desarrollo personal y acompañamiento emocional. Su enfoque conecta profundamente con los principios de la crianza respetuosa y puede ser de gran utilidad para la formación docente inicial y continua , especialmente en temas relacionados con la gestión emocional, la autoridad pedagógica y la construcción de ambientes bien tratantes. **Video:** "Cómo educar sin premios ni castigos"

[https://youtu.be/X5LIWAJJNcY?si=W3mCAgFTLjedf- I](https://youtu.be/X5LIWAJJNcY?si=W3mCAgFTLjedf-I)





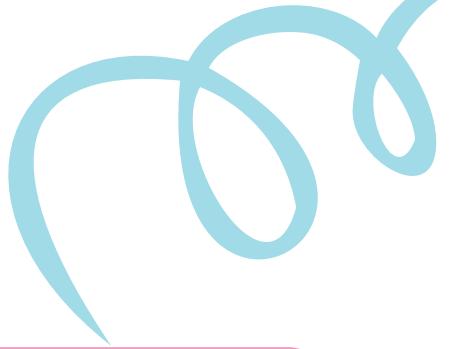
Francesco Tonucci

Pedagogo, psicopedagogo e investigador italiano, creador del proyecto "La ciudad de los niños". Es uno de los referentes más influyentes en el ámbito de la pedagogía crítica y la educación con enfoque de derechos. Su obra promueve una mirada centrada en la infancia como sujeto social activo, con derecho a participar, ser escuchado ya desarrollarse en ambientes respetuosos, estimulantes y no adultoscéntricos. Sus propuestas han inspirado políticas públicas y programas educativos en múltiples países, incluido Chile. En formación docente, sus ideas resultan clave para comprender la importancia de escuchar a las infancias y transformar los espacios educativos en entornos emocionalmente seguros y democráticos. Proyecto internacional "La ciudad de los niños": <https://www.lacittadeibambini.org/> **Libro destacado:** La ciudad de los niños: Un modo nuevo de pensar la ciudad **Video :** " Escuchar a los niños para cambiar la educación" - <https://youtu.be/lthfiEg-CnQ>

Daniel J. Siegel

Médico psiquiatra, profesor clínico de psiquiatría en la Escuela de Medicina de la UCLA y codirector del Mindful Awareness Research Center. Es reconocido mundialmente por su trabajo en neurociencia interpersonal, apego, desarrollo cerebral y salud mental infantil. Su modelo de "cerebro integrado" y los conceptos de parentalidad consciente y disciplina sin drama han transformado la manera y disciplina sin drama han transformado la manera en que familias y educadores abordan el acompañamiento emocional de niños y niñas. Junto a la Dra. Tina Payne Bryson, ha desarrollado herramientas prácticas basadas en el funcionamiento del cerebro infantil que ayudan a fortalecer el vínculo, la autorregulación y el bienestar emocional en el aula y en el hogar. **Libros destacados:** El cerebro del niño: 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo y Disciplina sin lágrimas: una guía imprescindible para orientar y alimentar el desarrollo mental de tu hijo **Sitio oficial:** <https://www.drdansiegel.com/> **Video:** "El niño con cerebro completo" - <https://youtu.be/3XLEuF7xwUA>





Instituciones y modelos educativos

Las siguientes instituciones ofrecen modelos, recursos y estrategias pedagógicas validadas para fortalecer la educación socioemocional desde la infancia. Su trabajo promueve ambientes bien tratantes, prácticas educativas sensibles y la formación de comunidades escolares centradas en el cuidado, la empatía y el desarrollo integral.

Fundación Educacional Amanda

La Fundación Amanda promueve una propuesta educativa que integra los conocimientos actuales de las neurociencias con el desarrollo emocional, cognitivo y social en la infancia. Su modelo busca sensibilizar a educadores sobre la importancia del entorno emocional seguro, la regulación afectiva y el rol del adulto como mediador del bienestar infantil. En el aula, sus recursos permiten diseñar experiencias que respeten los ritmos de desarrollo cerebral, favorezcan la autorregulación emocional y fortalezcan el vínculo afectivo con los niños y niñas. En formación docente, sus materiales se utilizan para capacitar en prácticas sensibles, no adultoscéntricas y basadas en el cuidado consciente.

<https://fundacionamanda.cl/nosotros/>

Fundación Integra

El modelo Oveja Nanaí, desarrollado por Fundación Integra, propone una guía de intervención emocional que combina cuentos, juegos y acompañamiento sensible para fortalecer la alfabetización emocional en la infancia

<https://www.integra.cl/familias/modelo-de-educacion-emocional-oveja-nanai/>

CPEIP – Ministerio de Educación

El Centro de Perfeccionamiento, Experimentación e Investigaciones Pedagógicas (CPEIP) pone a disposición materiales orientados a fortalecer las competencias emocionales de docentes y equipos educativos. Estos recursos incluyen guías de apoyo socioemocional, estrategias de autocuidado profesional, fichas pedagógicas y conferencias formativas.



En el aula, pueden ser utilizados para diseñar actividades de contención emocional, promover la empatía y generar espacios de conversación segura con niños y niñas. En formación docente, son útiles para reflexionar sobre el rol del educador/a como figura significativa, identificar factores de riesgo psicosocial y construir climas educativos que prioricen el bienestar, el vínculo afectivo y la salud mental de las comunidades escolares.

Recursos: <https://www.cpeip.cl/apoyos-para-la-contencion-socioemocional/>

Conferencias: <https://cpeip.cl/Categoria-conferencias/socioemocional/>

Educarchile

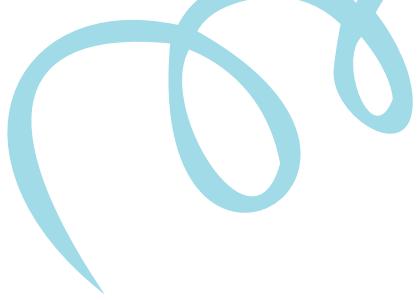
Ofrece un repositorio digital con recursos pedagógicos, artículos, cápsulas audiovisuales y propuestas de actividades que abordan la educación socioemocional desde una perspectiva integral e inclusiva. Estos materiales permiten a los docentes incorporar habilidades como la empatía, la regulación emocional y la resolución de conflictos dentro del currículo escolar. En el aula, pueden utilizarse para enriquecer experiencias de aprendizaje que integran lo emocional con lo cognitivo. En formación docente, funcionan como insumos para talleres de reflexión, actualización profesional y diseño de estrategias que promueven climas escolares bien tratantes y centrados en el bienestar de niños y niñas. <https://www.educarchile.cl/etiquetas-de-articulos/educacion-socioemocional>

Currículum Nacional

Administrado por el Ministerio de Educación, ofrece orientaciones específicas para integrar el aprendizaje socioemocional en los distintos niveles del sistema educativo. El documento disponible proporciona estrategias concretas y ejemplos de actividades que permiten abordar habilidades como la conciencia emocional, la empatía, la toma de decisiones responsables y las relaciones interpersonales. En el aula, estas estrategias pueden incorporarse en rutinas diarias, actividades de integración o resolución de conflictos. En formación docente, son una base valiosa para el diseño curricular con enfoque socioemocional, así como para desarrollar competencias pedagógicas que promuevan ambientes de aprendizaje emocionalmente seguros, inclusivos y centrados en el bienestar integral de las y los estudiantes.

https://www.curriculumnacional.cl/614/articles-342763_recurso_pdf.pdf





Documentos y lineamientos institucionales

A continuación, se presentan algunos documentos elaborados por organismos nacionales e internacionales que entregan orientaciones prácticas para fortalecer el bienestar socioemocional en comunidades educativas. Estos recursos respaldan el trabajo docente desde un enfoque de derechos, cuidado y contención emocional.

Unicef. (2021). Lineamientos para el apoyo socioemocional en comunidades educativas . [PDF]. <https://www.unicef.org/chile/media/5701/file/sostener%20cuidar%20.pdf>

Ministerio de Educación de Chile. (2023). Bienestar y salud laboral de los equipos educativos: Estrategias desde la gestión y el liderazgo . División de Educación General – Nivel de Educación Parvularia. <https://parvularia.mineduc.cl/recursos/manual-bienestar-y-salud-laboral-de-los-equipos-educativos-estrategias-desde-la-gestion-y-el-liderazgo/>

Ministerio de Educación de Chile. (2021). Marco para la Buena Enseñanza. Centro de Perfeccionamiento, Experimentación e Investigaciones Pedagógicas (CPEIP). https://www.docentemas.cl/storage/docs/Marco_para_la_Buena_Ensenanza_2021.pdf

Unicef (2023). Guía práctica para la promoción del bienestar socioemocional en el aula. <https://www.unicef.org/lac/media/4536/file/Guía%20bienestar%20emocional.pdf>





INVESTIGACIONES RECENTES

Estas investigaciones aportan evidencia y reflexión crítica sobre la implementación de la educación socioemocional en contextos educativos, el rol del apego y la crianza, y la preparación docente para abordar el desarrollo socioafectivo desde una perspectiva integral y respetuosa.

Barría-Herrera, P., Améstica-Abarca, JM, & Miranda-Jaña, C. (2021). **Educación socioemocional: Discutiendo su implementación en el contexto educativo chileno.** Revista Saberes Educativos, (6), 59–75. <https://doi.org/10.5354/2452-5014.2021.60684>

Este estudio analiza las tensiones, vacíos y desafíos que enfrentan las escuelas chilenas al incorporar la educación socioemocional de manera efectiva. Se destaca la necesidad de políticas públicas coherentes, formación docente especializada y condiciones estructurales que permitan su implementación real en el aula.

Burgos-Jama, MM, & García-Cedeño, ML (2020). **Los estilos de crianza en el desarrollo socioafectivo de niños de 6 a 11 años.** Dominio de las Ciencias, 6 (4), 732–750. <https://doi.org/10.23857/dc.v6i4.1502>

Esta investigación explora cómo distintos estilos de crianza (autoritario, permisivo, democrático) influyen en el desarrollo emocional y social de los niños. Se concluye que los estilos democráticos y afectivos favorecen la autoestima, empatía y regulación emocional, elementos esenciales para el aprendizaje integral.

Fernández Calisto, C., Tripailaf Sanzana, C., & Arias Ortega, K. (2022). **Desafíos de la educación emocional en el sistema educativo escolar chileno.** Revista de Estudios y Experiencias en Educación, 21 (47), 272–286. <https://doi.org/10.21703/0718-5162202202102147015>

El artículo visibiliza las barreras institucionales, curriculares y culturales que dificultan la integración de la educación emocional en las escuelas chilenas. Se propone avanzar hacia una formación docente centrada en el bienestar emocional, la empatía y la convivencia escolar como pilares de una educación inclusiva.





Lecannelier, F., Monje, G. y Guajardo, H. (2019). **Patrones de apego en la infancia temprana en muestras normativas, contextos de cuidado alternativo e infancia de alto riesgo.** Revista Chilena de Pediatría , 90 (5), 515–521.
<https://doi.org/10.32641/rchped.v90i5.1037>

Este estudio ofrece evidencia sobre las distintas configuraciones del apego en la primera infancia, identificando factores protectores y de riesgo en contextos vulnerables. Se refuerza la importancia de intervenciones tempranas y de la formación de figuras de cuidado que promueven vínculos seguros y contención emocional.

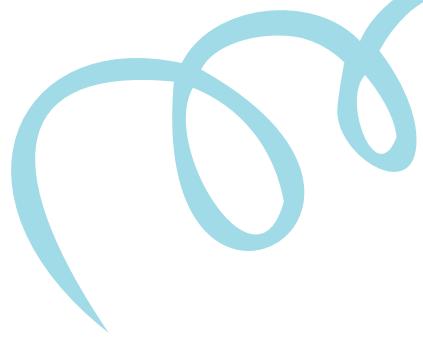
Mónaco, E., de la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2021). **La influencia del apego sobre el bienestar en la juventud: El rol mediador de la regulación emocional.** Anales de Psicología, 37 (1), 21–27. <https://doi.org/10.6018/analesps.37.1.345421>

Este trabajo profundiza en la adolescencia y juventud, mostrando cómo el estilo de apego vivido en la infancia afecta el bienestar emocional a través de la capacidad para regular las emociones. La investigación valida la relevancia del acompañamiento sensible y la prevención desde etapas tempranas.

Monzalve-Macaya, M., Sánchez-Contreras, S., & Díaz-Levicoy, D. (2023). **Examinando la formación en manejo y apoyo conductual en el aula y sentido de eficacia de futuros profesores.** Formación Universitaria, 16 (1), 1–10.
<https://doi.org/10.4067/S0718-50062023000100001>

Este artículo examina la preparación de docentes en formación para enfrentar conductas desafiantes en el aula. Los resultados subrayan la necesidad de fortalecer la formación inicial docente en estrategias socioemocionales, autocuidado profesional y manejo de aula con enfoque positivo.





Pesantez, M., Zhumi, M., Lojano, N., Campoverde, B., & Buestán, J. (2024). **Conductas disruptivas en educación inicial: Percepciones y prácticas docentes analizadas desde la disciplina positiva**. Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE.

Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/382520653_Conductas_disruptivas_en_Educacion_Inicial_percepciones_y_practicas_docentes_analizadas_desde_de_la_disciplina_positiva

El estudio recoge la percepción de educadoras de párvulos frente a conductas complejas en el aula. A través del enfoque de disciplina positiva, se destaca la importancia del vínculo afectivo, el respeto mutuo y la comunicación efectiva para transformar los conflictos en oportunidades de aprendizaje socioemocional.

Universidad Internacional de La Rioja [UNIR]. (2025). **Funciones del docente de educación inicial: Claves para una enseñanza integral**. UNIR Ecuador.

<https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/funciones-docente/>

Este artículo analiza las competencias esenciales de los educadores infantiles, incluyendo la capacidad de diseñar estrategias pedagógicas adaptadas a las necesidades individuales de cada niño y la habilidad para establecer una comunicación efectiva con las familias, reforzando el aprendizaje en el hogar.



VIDEOS PARA REFLEXIONAR

"Mirando la infancia y el trauma complejo desde una propuesta respetuosa", Charla de Felipe Lecannelier, actividad es organizada por el Núcleo Social en colaboración con la Facultad de Educación UCSC y busca contribuir en la formación de herramientas para la atención de niños, niñas y adolescentes
<https://www.youtube.com/live/vVjxVymA6c8?si=la3KYUMICPJUWNFR>

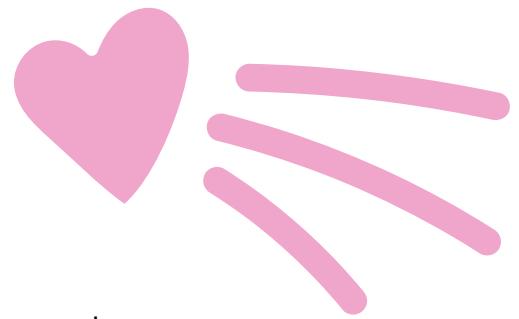
Crianza positiva: ¿cómo ser base y refugio para las infancias?, Lucas Raspall nos comparte 4 conceptos para abordar la crianza positiva de los hijos, y nos propone llevar esos conceptos a todas las relaciones.
<https://youtu.be/kOnlHShQ9FQ?si=e91KsY1XJ1PLveuY>

Cómo educar sin premios ni castigos, Jorge Bucay & Demián Bucay
<https://youtu.be/X5LIWAJJNcY?si=W3mCAgFTLjedf-I>

¿Cómo abrir el corazón desde la educación?, Amanda Céspedes,
<https://youtu.be/o1eEAd0Inew?si=XoNRpjcf7rS9UNKZ>

¿Qué puede hacer la educación para prevenir la violencia?, Rafael Bisquerra, educador, <https://youtu.be/NNzploYf-k?si=nak1VKbUEKRot-8K>





AGRADECIMIENTOS

Esta guía no habría sido posible sin el valioso aporte de **nuestras exalumnas y de las comunidades educativas**, que en distintos momentos han compartido sus intereses, inquietudes y necesidades. Gracias a ellas, y a **las y los estudiantes**, reafirmamos cada día la importancia de formar, acompañar y fortalecer el rol de adultos que tengan la capacidad de transformar realidades desde una mirada respetuosa y socioemocionalmente consciente.

A la **Universidad** por la confianza y por alentar permanentemente la innovación en la formación inicial docente y en la vinculación con el medio, impulsándonos a mirar más allá de lo inmediato y a proyectar un quehacer educativo con sentido y responsabilidad social.

A nuestras **familias y amores**, por su comprensión ante los tiempos dedicados a la investigación, la creación y la escritura. Su apoyo incondicional y la confianza depositada en nuestro trabajo, hicieron también posible alcanzar este fruto.

No podemos dejar de mencionar a **todas las personas y experiencias** que han marcado nuestra vida y nos han entregado aprendizajes que nos impulsan a reconocer que la infancia es el tesoro más preciado. Acompañarla con respeto y afecto no es solo un deber, sino también una misión que muchas y muchos tenemos el regalo de haber elegido.

Nuestra investigación y creación no constituye únicamente un esfuerzo académico, sino también una misión profundamente humana y trascendente, que nos inspira a aportar un granito a un mundo más respetuoso, justo y afectivo para las infancias.





EDICIONES
UCSC



CIENTIFICO - TECNOLOGICO
NUCLEO | **UCSC**
PARA EL DESARROLLO COSTERO SUSTENTABLE



UCSC

