

Cómo favorecer el desarrollo emocional del bebé



Prólogo de
Elizabeth Fodor

Edukame.com

Cómo favorecer el desarrollo emocional del bebé

Edukame.com

Autora y dirección pedagógica

Cristina García



Pedagoga, educadora y terapeuta. Especialista en infancia, orientación familiar y educación emocional. Dedicada a orientar a padres desde el momento del embarazo para que guíen desde el amor y no desde el miedo.

Licenciada en Pedagogía por la Universidad de Barcelona (España), técnica en Educación infantil, formada en Psicología Humanista Gestalt de adultos y en Técnicas de Psicodiagnóstico infantil y Técnicas Gestálticas aplicadas a la infancia por el equipo de Loretta Cornejo. Autora del libro “Ser padres y madres. ¿Dónde está el manual de instrucciones?” de Edúkame.

Corrección

Grace Sigüenza

ISSN: 2339-854X

© Edúkame contenidos y servicios educativos S.L.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PRÓLOGO	5
CAPÍTULO 1: QUÉ SABER	8
DE LOS 0 A LOS 2 MESES	11
DE LOS 3 A LOS 4 MESES	15
DE LOS 5 A LOS 6 MESES	19
DE LOS 7 A LOS 8 MESES	23
DE LOS 9 A LOS 10 MESES	25
DE LOS 11 A LOS 12 MESES	29
BIBLIOGRAFÍA	33
<i>QUÉ ES EDÚKAME</i>	34

PRÓLOGO

El primer año emocional del bebé



Durante décadas, las emociones del bebé en su primer año de vida han sido invisibles. En la actualidad, los científicos crean para la humanidad nuevos mundos para entender la vida, donde las **emociones** están a la orden del día. Gracias a ellos sabemos que el amor hacia el pequeñín brota de la mirada de su madre. Se trata de una energía que emana del cerebro de ella, pasando a través de su mirada, para entrar por los ojos del bebé y estimular su cerebro.

“El cerebro tiene su propio corazón, que es el sistema límbico, donde guarda todo el amor que recibe”.

El sistema límbico es el protagonista de las emociones. Tanto las emociones que experimenta como el estímulo que recibe influyen en el proceso de adaptación. De este modo, el bebé, al cumplir su primer año de vida, ha desarrollado el 70 % de su cerebro.

Cuando un bebé llega a nuestra vida, nos colma de felicidad pero también nos llena de dudas e incertidumbres. Nos surgen tantas preguntas y nos sentimos tan desamparados como él. ¿Cómo puedo conseguir que su vida sea **todo un mundo de sonrisas**?

La respuesta es jugando con él: compartiendo la alegría y la espontaneidad que posee para recordar así lo gratificante que es el juego compartido.

De esta manera, verás que desaparecerán las dudas y ansiedades, y disfrutaréis juntos. No obstante, si sigues “dándole vueltas”, recurre a un **grupo de juegos**, donde podrás compartir con otras mamás, papás y niños el crecimiento de tu hijo y encontrar soluciones a tus dudas sintiéndote arropado.



Después de dar a luz, el cuerpo de mamá se convierte en el hogar del recién llegado. Démosle la bienvenida con un cuerpo cálido y relajado. Unas manos suaves y firmes –donde los dedos se convierten en la prolongación del corazón– sabrán transmitirle seguridad y amor, acariciando rítmicamente su cuerpecito. Él reconocerá la voz de mamá, que le habla con dulzura y expresa la alegría de poder abrazarlo. El olor del cuerpo de mamá le inspirará comodidad y felicidad. ¡Qué agradable encontrar sensaciones conocidas en un mundo donde todo es nuevo!

En el bebé surgen habilidades para mirar, mover los brazos y piernas, coger los objetos, tocar el cuerpo de los padres, etc. Así descubrirá, por ejemplo, que el pecho de mamá es suave y huele diferente, y que en el pecho de papá sus pequeños deditos pueden enroscarse en los pelitos. Toca, mira, saborea y experimenta al oír la voz armoniosa y suave de sus padres, que a su vez hacen gestos amplios y se funden en un festejo de alegría por los logros del bebé: inteligencia emocional en plenitud.

Lo que para los adultos es una actividad y una actitud normal, para él es un logro increíble. Por eso es necesario manifestar alegría y reconocimiento por ejemplo canturreando: “Todo tú eres amor. Verte crecer es mi mayor placer. Cada descubrimiento tuyo me hace creer que el orgullo es poder tener en mis brazos todo lo que tú eres”.

El bebé crece, aprende y desarrolla su inteligencia emocional a través de los abrazos del amor. Abrazar y acariciar es un arte, y, como tal, es necesario que lo **aprendamos** para contactar con su ser interior. El primer año de la vida del niño es fascinante, pues cambia mes a mes. En ninguna otra etapa aprenderá tantas cosas como en esta: llorar, reír, esperar, jugar, despedirse, parlotear, andar, experimentar, pensar, comunicarse, etc.

Mamá, papá: cread un ambiente mágico donde la rutina diaria se convierta en **todo un mundo de sensaciones**.

Elizabeth S. Fodor

Sozialpädagogen.

PEKIP nach den DBS-Universität,

Wuppertal

www.efodor.com

Pedagoga social especializada por el DBS de Alemania en el método PEKIP del desarrollo infantil en la etapa pre verbal; los dos primeros años del niño y las técnicas de la EDUCACIÓN TEMPRANA de la Universidad de PEDAGOGÍA SOCIAL. Autora de la colección Todo un mundo de sensaciones, emociones, sonrisas, etc.

CAPÍTULO 1: QUÉ SABER



La relación entre padres e hijos es vital para el buen desarrollo emocional de los más pequeños: pasar tiempo y jugar con ellos, hablarles, atenderles, tocarlos, etc. Jamás me canso de repetir que lo que más necesitan los niños, sobre todo durante el primer año de vida, es que mamá y papá estén a su lado, y respondan a sus demandas con mimos, abrazos, canciones, juegos y miradas. Es lo que realmente les ayuda a desarrollar seguridad, confianza, autoestima y empatía. Es de esta manera como el pequeño obtiene un **equilibrio emocional** que, al llegar a la edad adulta, le permitirá tener una buena autoestima, seguridad en sí mismo y ser capaz de evaluar correctamente el medio en el que le tocará vivir.

Desde el nacimiento, el bebé percibe las **emociones afectivas** que los adultos le transmiten, tanto las positivas como las negativas. Las siente a través de su cuerpo, de su piel, de nuestra gestualidad, de la manera en que lo tomamos en brazos y tocamos, y del tono de nuestra voz. A su vez él responde con mímicas, sonidos, grititos y gestos. Así se esta-

blece un diálogo que reviste de una importancia extraordinaria y es que sus primeras **experiencias comunicativas** permanecerán grabadas a fuego en él como un modelo de referencia para todas sus relaciones futuras.

En muchos hogares, papá y mamá trabajan y la baja maternal suele durar pocos meses, por lo que el tiempo de relación con el bebé es corto o poco. Es necesario y muy importante buscar un ratito al día para jugar con el bebé y que este ratito sea tan gratificante y placentero para los padres como para el niño. Todos deberíamos jugar y disfrutar en compañía de nuestros hijos como mínimo 30 minutos al día.

“Todos deberíamos jugar y disfrutar en compañía de nuestros hijos como mínimo 30 minutos al día”.

Durante el transcurso del juego, es bueno hablarle mucho al bebé. Esta comunicación debe basarse en el uso de sílabas cortas, en tono suave y agradable, preferentemente repitiendo los sonidos que él emite y recurriendo a canciones rítmicas o suaves.

Cuando veas que el bebé retira su atención durante el juego, puede que sea porque esté molesto o cansado. Entonces hay que respetar sus sentimientos y variar la intensidad del juego, o bien dejar la actividad para otra ocasión.

A veces olvidamos que los padres hacemos de espejo para el bebé. Si el pequeño sonrío, deberíamos devolverle la sonrisa. Si se muestra sorprendido o enfadado, deberíamos acudir a él: hablarle, tranquilizarle o reír junto a él imitando sus gestos. Esta forma de funcionar, como la de un espejo, es el mecanismo por el cual el pequeño aprende a interpretar el lenguaje facial y corporal de los demás, y su correspondiente **manifestación emocional**.

DE LOS 0 A LOS 2 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- El contacto piel con piel: las caricias, los arrumacos, los abrazos, etc.
- Mirarle directamente a los ojos.
- Cuando se encuentra despierto, el hablarle con tono suave y cantarle canciones cerca del oído con suavidad y ritmo. También el tararearle la música que más nos relaja a nosotros mismos.
- Cuando llora, el acudir siempre su lado. Es su forma de expresar las emociones contenidas durante el día. El bebé percibe y siente todo lo que sucede a su alrededor y necesita expresar sus temores, tensiones o enfados.



¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- Los cambios de situaciones o de cuidadores: el dejarle en manos de extraños o cambiar a menudo las manos que lo atienden.
- Los ruidos, los gritos y los olores fuertes.
- Tomarlo en brazos estando nosotros enfadados o de mal humor. Es preferible relajarse antes.

JUEGOS PARA LA ETAPA DE 0 A 2 MESES

Caricias

Coloca al bebé desnudito sobre tu cuerpo, también desnudo, de manera que vuestra piel esté en contacto. Si hace frío, podéis cubriros por encima con una mantita o sábana.

Pon música relajante o a un volumen bajo y tumbate sobre un lugar muy cómodo. Acaricia con tus manos el cuerpo del bebé desde el cuello hasta los pies, muy pausadamente.

Cuando llegues a los pies vuelve a comenzar y desliza tus manos hasta su cuello. Repite la acción unas seis veces más o lo que sientas que el bebé permita. Mientras, puedes irle hablando lentamente sobre cosas bonitas y agradables.

Este juego tan afectivo lo pueden hacer tanto mamá como papá. Lo curioso es que al recién nacido no le molesta en absoluto descansar sobre el pecho peludo de su papá, sino todo lo contrario, se siente acogido y amado.

Papá ofrece caricias a mamá

Los primeros meses de vida del bebé resultan agotadores para la madre, pues la atención continua a las demandas del pequeño resulta física y emocionalmente muy agotadora.

Papá puede ofrecer cariño, ternura y, sobre todo, sostén con su contacto. Puede, pues, acariciar la espalda de su mujer con sus manos o una pelotita blanda, y darle un masaje lento y acompasado.

“Papá puede ofrecer cariño, ternura y, sobre todo, sostén con su contacto”.

Canciones

Cántale canciones suaves o tararea la música que más te relaje a ti. Susúrralas lentamente al oído de tu bebé.

El vaivén

(A partir del segundo mes)

Toma a tu bebé en brazos y colócalo con una mano sujetando su cabecita, y otra, su culete. Míralo entonces a los ojos, mueve tu boca y sácale la lengua o canturrea suavemente alguna canción que sepas. Mientras tanto, muévelo suavemente hacia arriba y hacia abajo, y de un ladito para el otro. Realiza este juego como máximo tres veces seguidas.

Bailar pegados con papá

(a partir del segundo mes)

Los papás podéis disfrutar de vuestra paternidad con este juego, dando así sostén emocional tanto a vuestro hijo como a vuestra pareja.

Mamá tiene que tomar en brazos al bebé colocándolo cerca de su cuello y con una música suave comenzar a bailar muy despacito. El papá ha de acompañar a su pareja de baile colocando las manos suavemente sobre los hombros de mamá, y tarareando la música que suena muy cerquita del oído del bebé y de la madre. Luego podéis cambiar y ser papá quien tome en brazos al bebé y mamá quien lo acompañe bailando.



DE LOS 3 A LOS 4 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- Es el momento en que aparece la sonrisa social. El bebé empieza a sonreír ante las atenciones y sonidos de los demás.
- Facilitar que el papá y el bebé se relacionen en las actividades cotidianas y en momentos de juego. Papá le ofrece una imagen sólida y tranquilizadora al pequeño.
- Reír, cantar y disfrutar juntos al menos 30 minutos cada día.
- Hablarle mirándole a los ojos.
- Contestar a sus gorjeos imitando su mismo sonido. Él contestará produciendo más ruiditos estableciendo un diálogo.
- Calmar sus lloros con tu voz, caricias y canciones.

¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- Estar las 24 horas del día “encima” del bebé. Aunque le gustan los mimos de mamá y papá, está deseando lanzarse a descubrir el mundo por su cuenta.

- Si tiene hermanos, el no permitir que lo tomen en brazos. Esto generará un ambiente negativo de celos y miedos. Siempre bajo tu cuidado y protección, debes favorecer que lo acaricien, abracen, le hablen y le sonrían. El jugar juntos fomenta la buena relación entre hermanos.
- Dejar que lllore. Es importante acudir siempre a su lado para comprobar qué le sucede y por qué llora.
- Obsesionarse con la comida. Si gana peso, es feliz, juguetón y activo. Todo marcha bien. No le transmitas tus ansiedades con la comida. Los bebés saben muy bien cuándo y cuánto comer. Se saben autorregular.



JUEGOS PARA LA ETAPA DE 3 A 4 MESES

Amor y ternura

Toma en brazos a tu bebé, acerca su carita a tu cuello y deja que te olfatee. Haz tú lo mismo. Este momento de amor y ternura os quedará grabado para siempre. Aprovecha el momento, alárgalo todo lo que puedas.

Arrumacos placenteros de papá, mamá y el bebé

(A partir cuatro meses)

Papá y mamá, sentaos el uno frente al otro con las piernas cruzadas y colocad al bebé semisentado en las piernas de mamá, apoyado en ella y mirando hacia papá. Mientras el bebé está sostenido por mamá, papá podrá acariciar sus manitas o pies mientras le dice lo mucho que le quiere. Podéis tararearle incluso una cancioncilla e imitar sus sonidos intentado mantener una tertulia. Luego es momento de hacer cambio de turno, y será mamá quien le hable y le cante mientras papá lo sostiene en su regazo.

“Podéis tararearle incluso una cancioncilla e imitar sus sonidos intentado mantener una tertulia”.

Mecer y arrullar

(A partir cuatro meses)

Coloca a tu bebé sobre una toalla grande. Pide a tu pareja

que te ayude y tomad cada uno por las esquinas. Elevad suavemente la toalla y balanceadla muy despacito. Cuanto más despacito lo mováis, mayores serán los beneficios para tu bebé. Luego con mucha suavidad, subid y bajad al niño dos veces para acabar colocándolo en el suelo. Abraza ahora a tu bebé con ternura y explícale lo bonito que ha sido jugar con él. Mientras movéis al pequeño podéis cantar una nana. El balanceo y la música suave ayuda a los niños a encontrar paz y sosiego.

Tertulias

Acerca vuestras caras y mírale a los ojitos. Imita los sonidos que emite el bebé y además ofrécele gestos exagerados con tu cara. La intención es que el bebé te imite. Por tanto, haremos acciones sencillas, como por ejemplo abrir mucho la boca, sacar la lengua, parpadear exageradamente, sonreír ampliamente, etc.

Cántale

Cántale canciones infantiles repetitivamente, a tu bebé le gustará oírlas y reconocerlas. Inventa tus propias canciones con las sílabas ba-bi o bi-ba, son las preferidas de los pequeños.

Acúnale y susúrrale suavemente. Mientras tarareas, sigue el ritmo de la música tocándolo suavemente con las manos.



DE LOS 5 A LOS 6 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- La presencia de una persona tranquila y estable, preferentemente la madre, que esté cerca del bebé corporalmente.
- Resaltar sus aspectos positivos con ternura.
- Su sonrisa indica que está feliz y alegre. Respóndele con gestos y sonrisas.
- Es el momento en que empieza a expresar ira cuando algo le disgusta. Tu voz y contacto agradable le calmarán.
- Facilitarle el movimiento para que pueda investigar su entorno.

¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- La sobreprotección excesiva. Le hace más frágil de lo que es.
- Las peleas y las discusiones en su entorno familiar.
- Los cambios continuos de cuidadores.
- Los lazos afectivos poco estables. No le permitirán desarrollar una seguridad interior.

JUEGOS PARA LA ETAPA DE 5 A 6 MESES

Descubriendo boca abajo

Es conveniente que el bebé permanezca cada vez más tiempo boca abajo. Ofrécele la oportunidad de tocar diferentes texturas estando en esta postura: la hierba, una alfombra peluda, un suave peluche, una toalla, etc.

Un baño de amor

Con esta edad, el bebé comienza a disfrutar del baño. Mézate en la bañera junto a él y tómallo bien por el cuerpecito, de tal forma que se sienta protegido por tu contacto y a la vez tenga libertad de movimiento en los brazos y piernas.

Coloca entonces una pelota mediana y colorida frente a él. A los seis meses apareció en él la capacidad de sorprenderse, por lo que el interés que le despertará la pelota lo mantendrá con la cabecita levantada y las manitas extendidas en un intento de tomar el objeto.

“A los seis meses apareció en él la capacidad de sorprenderse”.

Canciones

Cántale canciones mientras haces gestos suaves, sencillos y rítmicos con las manos. Puedes cantarle, por ejemplo, las conocidas canciones *Cinco lobitos* o *Palmas palmitas*. Verás que tu bebé te observará con gran atención y en breve querrá imitar algunos de los movimientos de tus manos.

Risas, risas y más risas

Las risas y la alegría harán que tu bebé se sienta bien, beneficiando con ello su salud. Haz un huequecito todos los días para enseñarle a reír. El buen humor es algo normal en los niños. Si lo fomentas desde pequeño, podrá ser en un futuro “una persona con sentido del humor”. ¿Sabías que este es algo adquirido?

Coloca pues al bebé en tu regazo y balancéate acunándolo rítmicamente. A cada nuevo impulso, ríe. Míralo a los ojos y sonríele. Pronto tu bebé comenzará a reír contigo y esto hará que terminéis los dos riendo a carcajadas.



Cómo hacer reír a tu bebé

Míralo directamente a los ojos y ve acercando tu cara muy despacito a su tripita.

Sopla un poquito y dulcemente en su carita.

Tócale el ombliguito y di "ring-ring".

Dale besitos en los pies o en las manos.

Acaricia sus mofletitos.

Tápate la cara y descúbrela de golpe mientras dices "Cucu-tras".

Comételo a besos.

Lo que no debes hacer

Lanzarlo por los aires.

Hacerle cosquillas por todo el cuerpo volviéndolo loco. No tenemos que confundir la risa con la exaltación.

Mordisquearlo o pellizcarlo.

Utilizar palabras peyorativas como "guarro", "cochino" o "tonto". No debemos hacerlo en ningún momento y menos cuando nos estamos dirigiendo a él de forma cariñosa.

DE LOS 7 A LOS 8 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- Estar presente y jugar con el bebé el mayor tiempo posible. Es un ser vulnerable y sensible a la presencia y manifestaciones de sus padres.
- Atender a sus gestos, gorjeos y grititos con palabras, gestos y miradas que lo hagan sentir feliz y alegre.
- Festejar sus juegos con alegría y risas que creen un ambiente positivo a su alrededor.
- Si se cansa de un juego o postura, ofrecerle un cambio que le interese o que garantice un descanso.
- Durante estos meses, tu bebé empezará a manifestar con su cara y cuerpo las emociones de alegría, rabia, sorpresa, pena o impaciencia.

¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- No escuchar, no atender ni responder las demandas gestuales y sonoras del bebé.
- Prolongar ausencias de los padres.

- Pensar que ya debe jugar solo.
- Un ambiente serio, sin motivación y escasa relación familiar.
- La poca expresividad de los padres, pues limita la posibilidad de que el bebé imite y descubra las diferentes emociones.

JUEGOS PARA LA ETAPA DE 7 A 8 MESES

Abrazos de amor

Siéntate en el suelo con las piernas flexionadas y coloca al bebé sobre tus rodillas. Acércate y aléjate a él mientras le cantas una canción. Sonríele y míralo a los ojos procurando comunicarte con él. Después de acercarte y alejarte varias veces, fúndete con él en un cálido abrazo.

“Este juego es muy apropiado para que el bebé experimente de forma amena que también es divertido jugar a alejarse de mamá o papá”.

¿Hay alguien aquí?

(a partir del octavo mes)

Sienta o tumba a tu bebé sobre la cama y colócate frente a él con un pañuelo que sea liviano. Escóndete con él y reaparece a los pocos segundos.

Seguramente el pequeño tomará el pañuelo entre sus manitas con la intención de alejarlo. Tienes, pues, que estar

atento al lenguaje corporal del bebé. Te irá mostrando qué hacer en cada momento con sus sonrisas, grititos y el movimiento de manos o pies.

El bebé todavía no comprende que papá y, especialmente, mamá no estén siempre presentes. Este juego le mostrará de forma lúdica que ambos continúan ahí a pesar de desaparecer tras el pañuelo.

“Tienes, pues, que estar atento al lenguaje corporal del bebé”.

Tertulias

Establece verdaderas tertulias con el bebé. En estas “conversaciones”, escucha a tu bebé y cuando termine su parloteo, espera un segundo y respóndele con la cabeza ladeada y mirada llena de interés y ternura.

DE LOS 9 A LOS 10 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- Atender al parloteo del bebé y contestarle con palabras, gestos y miradas.
- Durante estos meses, empezará a necesitar más la compañía del padre.
- Se pondrá triste, de mal humor o llorará cuando la mamá no esté presente. Sin embargo, es el momento en que empieza a comprender que aunque no esté en su campo visual, su madre se encuentra cerca.

- Estará alegre con el reencuentro con su madre.
- Podrá empezar a jugar o permanecer solito durante un corto espacio de tiempo.
- Mostrará alegría al relacionarse con otros bebés, pero siempre necesitará la cercanía y mirada de sus padres para sentirse seguro.
- Expresará con mayor claridad emociones como la rabia, los celos, la envidia, la ternura, el buen y el mal humor.
- No tendrá conciencia de peligro, pero en cambio querrá moverse, tocar y hacer. Deberás ofrecerle un espacio con libertad y seguridad.



¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- Que el padre no disponga de tiempo para jugar con el bebé.
- Que los padres no estén presentes por periodos de dos días o más.
- Escapar del bebé para irnos, no explicarle quién va a cuidar de él y qué es lo que van a hacer durante la ausencia de los papás.
- Privarle de juegos, juguetes y relaciones con otros bebés.
- Privarle de movimiento y no dejar que toque, experimente o curioseee.
- Regañarle continuamente.
- No adaptar la casa a sus necesidades de movimiento y exploración.

JUEGOS PARA LA ETAPA DE 9 A 10 MESES

Cucú-tras

El “Cucú-tras” o escondite es un juego simple y natural, ideal para ayudar al bebé a que comprenda que las cosas existen a pesar de no poder verlas.

“Durante el décimo mes de vida, el pequeño ya es capaz de manifestar claramente que está enfadado, especialmente cuando mamá desaparece, y que se siente feliz, sobre todo con el reencuentro.”

Por eso, puedes jugar poniendo ligeramente un pañuelo sobre la carita del tu bebé y preguntando: “¿Dónde está el bebé?”. Retíralo suavemente diciendo: “¡Aquí está!”.

Tu hijo se mantendrá serio cuando tenga el pañuelo en su carita y reirá a carcajadas, incluso se echará a tus brazos, cuando vuelva a ver tu rostro sonriente y amoroso.

Más adelante podéis incluso jugar a ocultar objetos bajo el mismo pañuelo o taparlos con un cuenco liviano para que el bebé los descubra. Cuando los encuentre deberás festejar su logro con una gran sonrisa.

Canciones infantiles acompañadas de gestos

A esta edad, el bebé se muestra muy receptivo a todo lo que tiene que ver con el ritmo, los sonidos, las canciones y los instrumentos. No dejes de cantarle canciones mientras repites gestos suaves y rítmicos que él pueda imitar.

DE LOS 11 A LOS 12 MESES

¿Qué favorece su buen desarrollo emocional?

- Atenderlo con una sonrisa, sobre todo en la relación con los demás. La sonrisa le hará sentirse aceptado y le confirmará que es bien recibido por el otro.
- Empezará a expresar celos y egoísmo: no querrá compartir juguetes y mucho menos a sus padres.
- Querrá relacionarse con los demás, pero aparecerá de nuevo el temor frente a lo desconocido. Atiéndelo con abrazos y sonrisas para que se sienta seguro y pueda comprender que aquello no es una amenaza. De esta manera, también podrá imitar tu actitud de seguridad y tranquilidad.



¿Qué **no** favorece su desarrollo emocional?

- Obligarle a compartir sus cosas.
- No cogerlo en brazos ni atenderlo con ternura ante un ataque de celos.
- Compararlo con otros bebés.
- Atender a todas sus demandas como si fuese un rey en la casa. Ni mamá ni papá son de su propiedad, a pesar de que sí puede contar con ellos. La exclusividad de los anteriores meses llegó a su fin.
- Limitar su movilidad y sobreprotegerlo.
- Hacerle bromas que él no entienda y “chincharlo” con la intención de provocarle enfado o celos para luego reírse de su reacción.
- No ofrecerle expresiones o gestos faciales emotivos, sobre todo, de alegría.



JUEGOS PARA LA ETAPA DE 11 A 12 MESES

El escondite

Si has dejado que tu bebé se mueva boca abajo por el suelo en los meses anteriores, seguramente se habrá convertido ya en un gran gateador. Juega a esconder objetos para que los encuentre. Aliéntalo con expresiones de ánimo y alegría, y festeja siempre sus logros. Facilita que encuentre los objetos de forma fácil, de lo contrario perderá el interés y no fomentará su alegría y risas.

Álbum familiar

A partir de los 11 meses, puedes crear para tu bebé un álbum familiar donde colocarás fotografías de las diferentes personas importantes para tu pequeño. No deben ser más de cuatro o cinco imágenes y han de estar en tamaño grande. Estas fotografías pueden ser de papá, mamá, la suya propia, los abuelos, la mascota, la “nani”, etc.

“Puedes crear para tu bebé un álbum familiar donde colocar fotografías de las personas importantes para tu pequeño”.

A tu peque le encantará reconocer a su mamá mientras la señala con el dedo y practica su incipiente lenguaje, o le gustará reconocer a la abuelita mientras dice “abu”.

Si observamos el desarrollo emocional del bebé hasta ahora, veremos que hasta los ocho meses el pequeño cree que únicamente existe lo que puede ver en ese momento. Cuando se encuentra a punto de cumplir el año, en cambio, ya es

capaz de interrumpir un juego durante algunos segundos para mirar a mamá cuando pasa cerca y volver después a la misma actividad, como si no hubiera pasado nada.

Esto significa que ya es capaz de recordar qué estaba haciendo antes de la interrupción. Además, progresivamente conseguirá asociar palabras o sonidos para expresar una intención al descubrir una acción, y también podrá reconocerse en el espejo o en una fotografía. Una manera de observar que el bebé empieza a reconocerse delante del espejo es pintándole un círculo en la frente: al principio tocará el círculo de su reflejo pero luego, cuando se reconozca, llevará su manita directamente a la frente.



BIBLIOGRAFÍA

Fodor, Elizabeth; Moran, Montserrat. *Todo un mundo de emociones*. Pirámide, 2011.