



Apoyar el desarrollo de la empatía

Aproximadamente a los 2 años, los niños se miran en el espejo y se identifican como seres independientes. En esta etapa de desarrollo, los niños pequeños comienzan a separar sus sentimientos de los demás y aprenden que los demás tienen sus propios pensamientos e ideas, que pueden diferir de los de ellos. Según el Departamento de Educación de California (California Department of Education), “Durante los primeros tres años de vida, los niños comienzan a desarrollar la capacidad de experimentar el estado emocional o psicológico de otra persona” (2009, p. 11). Con el tiempo, crece la conciencia de las emociones de otras personas, y los bebés y niños pequeños comienzan a darse cuenta de que otros niños tienen experiencias similares a las suyas. A partir de aquí, comienza a surgir el desarrollo de la empatía de los niños.



La empatía se puede definir como “saber lo que siente otra persona”, “sentir lo que siente otra persona” y “responder con compasión a la angustia de otra persona” (California Department of Education, 2009, p. 11). La empatía está estrechamente ligada al sentido emergente de sí mismo, cuando los niños perciben que están separados de los demás, pero aún conectados con ellos. Los cuidadores principales pueden ayudar a los bebés y niños pequeños a aprender sobre sus propias experiencias emocionales ayudándolos a identificar emociones y conectar experiencias significativas con emociones.

El papel crítico de los cuidadores

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

En entornos de cuidado infantil, los cuidadores de bebés y niños pequeños desempeñan un papel importante en ayudar a bebés y niños pequeños a desarrollar su empatía. Reconocer y comprender que los bebés no nacen



con esta capacidad es de vital importancia; necesitan adultos que los apoyen para ayudarlos a crecer y desarrollarse en esta área.

Los cuidadores pueden observar los siguientes signos que los bebés y niños pequeños están desarrollando empatía:



Alrededor de los 8 meses de edad, los niños reaccionan a las expresiones emocionales de los demás (California Department of Education, 2009).



Alrededor de los 18 meses de edad, los niños pequeños cambian su comportamiento en función de los sentimientos de los demás, tienen cierta comprensión de la razón por la que otra persona experimenta ese sentimiento y pueden intentar consolar a los demás (California Department of Education, 2009).



Alrededor de los 36 meses de edad, los niños pequeños reconocen que los demás tienen sentimientos diferentes a los suyos y demuestran una capacidad temprana para consolar genuinamente a los demás (California Department of Education, 2009).

En entornos de cuidado infantil, los cuidadores pueden apoyar el desarrollo de la empatía de los bebés y niños pequeños al hacer lo siguiente:

- ◆ Leer historias sobre sentimientos, como las siguientes:
 - *I Am Happy: A Touch and Feel Book of Feelings* [Soy feliz: un libro de sentimientos para tocar y sentir] de Steve Light, solo en inglés
 - *Baby Faces* [Caras de bebe] de DK Publishing, solo en inglés
 - *When I Am/Cuando estoy* de Gladys Rosa-Mendoza, en inglés y español
 - *The Feelings Book* [El libro de los sentimientos] de Todd Parr) solo en inglés
- ◆ Mostrar empatía con los niños pequeños. Por ejemplo, podría decir, “¿Te da miedo ese sonido fuerte? La aspiradora hace un sonido fuerte. Eso puede dar miedo. Te abrazaré mientras la máquina está funcionando”.
- ◆ Ofrecer a los niños sugerencias para demostrar empatía. Por ejemplo, podría decir, “Marquel se cayó y se lastimó la rodilla. Vayamos a verlo para ver si está bien”.
- ◆ ¡Usar el juego! Puede guiar sutilmente el juego de los niños para fomentar la empatía. Por ejemplo, puede usar títeres para dramatizar historias sociales que muestren empatía entre los personajes e identificar las emociones que muestran los personajes en los libros: “Parece que Sarah tiene hambre. ¡Pongamos algunos refrigerios ficticios en su plato también!”

Recursos adicionales

- ◆ [Libros sobre sentimientos para bebés y niños pequeños \(en inglés\)](#)
- ◆ ["Hablemos de la empatía" \(en inglés\)](#)



- ◆ Capturar y documentar a sus niños pequeños siendo “súper” amigos. Por ejemplo, puede tomar fotografías de intercambios cariñosos entre niños en su salón de clases, mostrar las fotografías e identificarlas con los nombres de los niños y sus comportamientos amables.
- ◆ Usar preguntas abiertas para fomentar la reflexión empática con niños pequeños mayores; por ejemplo, "¿Cómo podemos ayudar a Rodney a sentirse mejor acerca de esto?" Esto les permite a los niños pensar en formas significativas de mostrar amabilidad y empatía.

Como cuidador de bebés y niños pequeños, usted desempeña un papel crítico en el apoyo a su desarrollo emocional. A través de sus relaciones cariñosas, seguras y receptivas, y el ambiente acogedor e inclusivo que crea para ellos, puede ayudar a los niños muy pequeños a hacer el arduo trabajo de desarrollar el bienestar y la competencia emocionales que necesitarán por el resto de sus vidas.

Cita

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

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

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

9300 Lee Highway
Fairfax, VA 22031

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

Suscríbese para recibir actualizaciones
http://www.occ-cmc.org/occannouncements_sign-up/



ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES