

TE INVITAMOS A CONOCER LA IMPORTANCIA DEL VÍNCULO AFECTIVO SEGURO PARA EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE NIÑOS Y NIÑAS

¿Qué es el vínculo afectivo seguro y cómo podemos potenciarlo?

Es la relación emocional estable y duradera que se establece entre el niño o la niña y las personas significativas de su vida, como son madres, padres, personas cuidadoras y equipos educativos.

Atender de forma pertinente y oportuna las necesidades físicas, emocionales e intereses de la niñez permite que desarrollen un sentimiento de confianza avanzando así en su desarrollo, bienestar emocional y en la exploración del mundo que la rodea.

- ✦ **Generar un entorno seguro**, a través de la atención y escucha atenta, permanente y sensible de las personas cuidadoras permitirá que niños y niñas exploren y aprendan fortaleciendo la confianza en sí mismas y la manera de relacionarse con el mundo. Para construir un vínculo afectivo seguro, te sugerimos: Le demuestres atención, acogida, sensibilidad y disponibilidad a las necesidades que te manifiesta el niño o la niña.
- ✦ **Brindar respuestas oportunas y coherentes a necesidades**, señales e intereses de tu hijo o hija. Por ejemplo, el llanto es una herramienta comunicativa que manifiesta un sinfín de sensaciones por parte del niño o la niña, al conocerle más profundamente, podrás identificar qué desea comunicar, si es dolor, hambre, molestia por el pañal, etc.
- ✦ **Expresiones genuinas de afecto físico y emocional** como son abrazos, palabras cariñosas, contacto visual, sonrisas, entre otros.
- ✦ **Reconocimiento, expresión y validación de sus emociones**: por ejemplo, cuando tu hija o hijo construye una torre y se cae, es probable que se frustre y comience a llorar, en ese momento es importante que te acerques y con voz suave le digas: “veo que estás molesto o molesta, porque se cayó la torre, entiendo lo que sientes. Cuando algo no nos resulta nos enojamos o ponemos tristes, y es natural sentir esas emociones, a mi también me sucede”.



¿Qué pueden hacer las familias o personas cuidadoras para establecer vínculos afectivos seguros con sus hijos e hijas?

- ✕ **Prestar atención a las señales tanto físicas, como emocionales de niños y niñas**, es decir a sus gestos, miradas, acciones, silencios, ausencias.
- ✕ **Estar presentes y atendiendo, escuchando sus requerimientos y compartiendo tiempo de calidad**, sin distracciones como el celular, la televisión, u otros.
- ✕ **Escuchar activamente a sus hijos e hijas**: mirándole a los ojos, ubicarse a su altura mostrando una actitud de atención e interés.
- ✕ **Ayudarles a identificar sus emociones y pensamientos**, poniendo en palabras lo que puedan estar sintiendo o pensando, por ejemplo, formulándole preguntas, ¿qué sientes? ¿qué te sucede? “me parece que estás triste porque tu hermano te quitó el juguete”, “creo que te pone muy feliz jugar con tu abuela”. Esperar su respuesta y establecer un diálogo que permita fortalecer la comunicación. Recuerda que el amor cotidiano es el primer lenguaje que enseña a niños y niñas a sentirse seguros, felices y curiosos por aprender.

