

Ficha informativa #3: Habilidades a esperar de los 3 a los 5 años

Habilidades mentales de los niños

Los niños son capaces de:

- Pensar acerca de objetos, personas y acontecimientos sin verlos.
- Aunque ya no tanto como antes, aún piensan que son el centro del mundo y les resulta difícil entender que las otras personas tienen ideas y opiniones diferentes de las suyas.
- Usar de palabras para expresar pensamientos y sentimientos, y compartir experiencias.
- Hablar en alto a sí mismos como medio de controlar su comportamiento.
- Pensar en acontecimientos pasados o aquellos aún por suceder.
- Comenzar a pensar de antemano y a planear sus acciones; a menudo pueden anticipar consecuencias físicas de acciones que no sean demasiado complicadas.
- Empezar a ver la diferencia entre las cosas que ven y lo que realmente son (un perro de trapo no es un perro real)
- Comenzar a ver la relación entre causa y efecto (Si hago esto, ocurrirá lo siguiente).
- Hacer muchas preguntas del tipo *por qué, cómo, cuándo*.
- Aprender imitando, observando, explorando, creando y haciendo cosas.
- Comprender que el desayuno es antes que el almuerzo y el almuerzo antes que la cena, etc.
- Comenzar a entender las nociones de 'antes y después', 'arriba y abajo', 'encima y debajo', 'hoy, ayer y mañana'.
- Jugar o hacer algo pero no por mucho tiempo; se aburren y se cansan a menos que dispongan de la orientación de un adulto.



Habilidades sociales de los niños

Los niños:

- Pueden entender las emociones de los demás; y saben cuando alguien está enojado o triste.
- No comprenden emociones abstractas como la pena, la avaricia, la gratitud.
- Emplean distintos modos de controlar sus propias emociones: cierran los ojos y se tapan los oídos, se alejan de la situación, a veces pueden resistirse a la tentación de responder a cualquier cosa que les molesta.
- Pueden desarrollar las primeras amistades porque los amigos se hacen muy importantes.
- Juegan de la siguiente manera: a los 3 años normalmente juegan cerca de algún amigo, les resulta difícil el tomar turnos y compartir las cosas; a los 4 años puede que comiencen a jugar de un modo más cooperativo, aún les resulta difícil el compartir pero comienzan a comprender el sistema de tomar turnos, también empiezan a ofrecer cosas a los demás; a los 5 años, disfrutan jugar con otros niños, pueden cooperar adecuadamente, tienen amigos especiales.
- Emplean la agresividad física menos que cuando eran más pequeños.
- Emplean más la agresión verbal como insultos, amenazas, burlas para herir a otros niños; aparece la intimidación: entienden el poder del rechazo.
- Comprenden las normas sociales simples y pueden comportarse de acuerdo a las mismas.
- Desean tener algunas responsabilidades; se ofrecen para ayudar.
- Comprenden que los elogios o las culpas resultan de lo que hacen.
- A los 4 años empiezan a tomar conciencia de su identidad étnica y del modo en que la sociedad percibe su grupo social.
- Aumentan su capacidad de usar la imaginación; imaginan cosas terribles y esto les lleva al miedo, pueden ocurrir pesadillas.

Consejos Para los Padres

- Enséñele a sus hijos a hacer uso de las palabras cuando están enojados, tristes ("Estás *triste* porque el abuelo nos ha dejado").
- Enséñele a sus hijos que le muestren *el enojo, el enfado, la tristeza, la alegría y los sentimientos de sorpresa* por medio de gestos faciales y que le digan qué les hace sentirse de ese modo.
- Pídale a sus hijos que dibujen sus sentimientos de enfado y hablen acerca de las causas de esos sentimientos.
- Déles a sus hijos la oportunidad de realizar algo como organizar los juguetes y libros, ayudar a hacer la lista de la compra, llevar mensajes a otras personas, inventarse ellos mismos el final de un cuento de algún libro.
- Ayude a sus hijos a hacer frente a los temores imaginarios enseñándoles las diferencias entre la realidad y lo imaginario.
- Mantenga a sus hijos alejados de situaciones que generen temores reales como presenciar violencia en el hogar o la vecindad, ver violencia en la televisión y recibir castigos físicos.
- Cuando haya una pelea:
 - (a) Pare la pelea, vaya primero al niño que esté lastimado para calmarle.
 - (b) Asigne un tiempo fuera para calmar al niño que ha sido el agresor (No más de un minuto por cada año de edad del niño).
 - (c) Cuando ambos niños estén calmados, háldeles y pregunte: ¿Qué ocurrió? ¿Qué siente cada uno de ellos? Pídeles que piensen en una solución; dídeles que es normal sentirse enojado o enfadado, pero no dañarse.
 - (d) Elogie a ambos niños por pensar en una solución. Recuerde el mostrarles su amor y su atención aunque no apruebe u comportamiento.



Para más información visite la página web del Programa ACT Contra la Violencia:
www.actagainststviolence.org



American
Psychological
Association

naeyc

