

Soporte emocional para niños del nivel inicial en tiempos de COVID-19

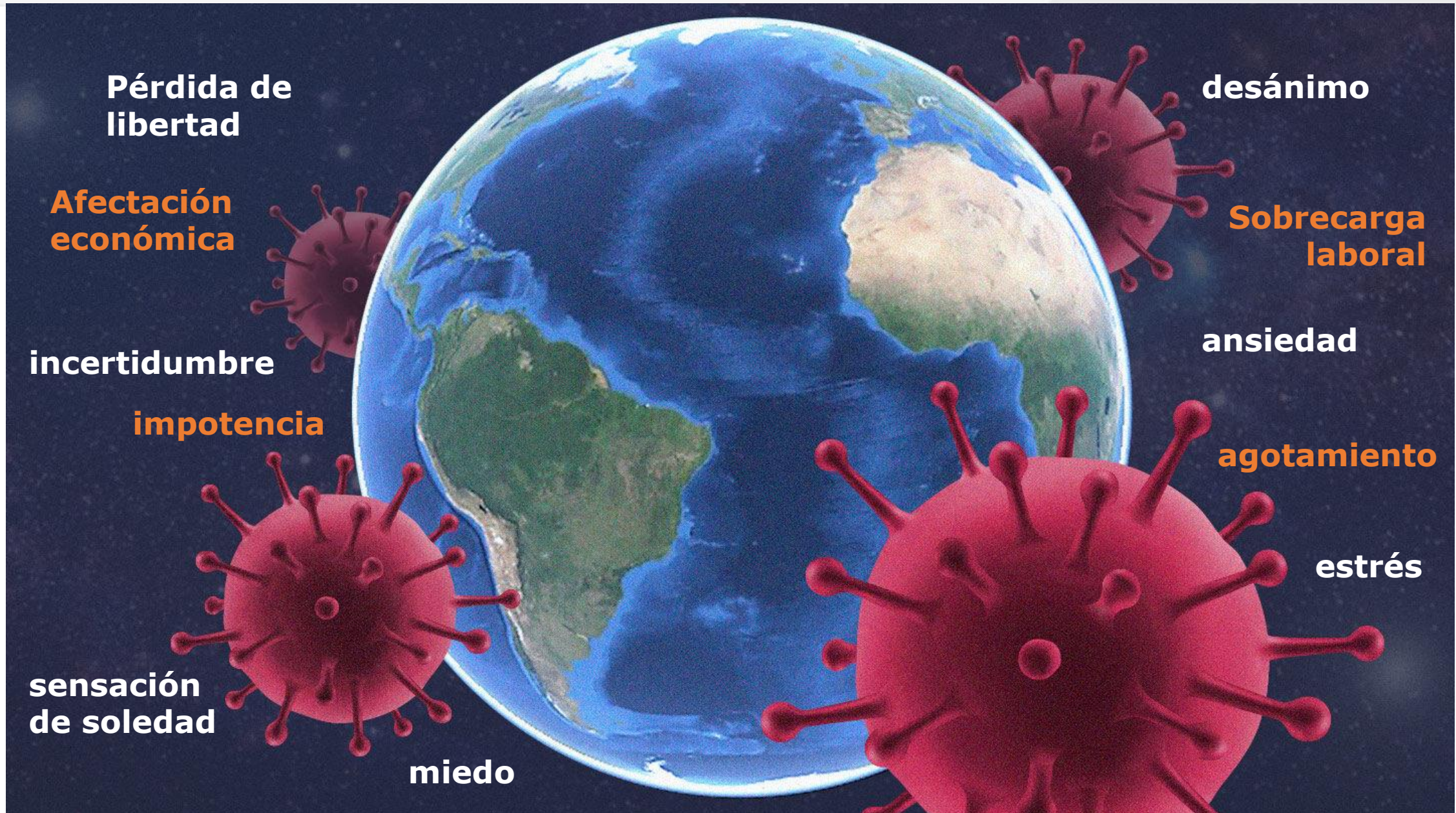
Dirección de Educación Inicial

¿CÓMO NOS ESTAMOS SINTIENDO FRENTE AL COVID-19?



PERÚ

Ministerio
de Educación



**¿Estaré
afectando
el estado
emocional
del bebé,
la niña y
el niño?**



¿Cómo se sienten los bebés, niñas y niños en la situación actual?

¿percibirán todo lo que sucede a su alrededor?



CAMBIOS EN EL ENTORNO

Variación de la dinámica familiar: Todos en casa

Nuevos hábitos: sin contacto físico, limpieza intensiva

Nueva apariencia: Todos con mascarilla sin verse bien

Preocupación circundante: adultos nerviosos o irritables

Desesperanza: familiares con ansiedad y depresión

Ausencia de rutina infantil: menor tiempo para el juego y el entretenimiento



Mayor sensibilidad: suelen sentirse muy abrumados por los estímulos

Cambio súbito del humor: llanto frecuente, miedo, inseguridad

Estado de alerta permanente: miedo a quedarse solos

Desgano y apatía: pérdida de interés por el juego y el aprendizaje

Problemas de alimentación y sueño: falta de apetito, pesadillas e insomnio

Irritabilidad: aumento de rabietas, desobediencia y discusiones o riñas entre hermanos

REACCIONES EN BEBÉS, NIÑAS Y NIÑOS

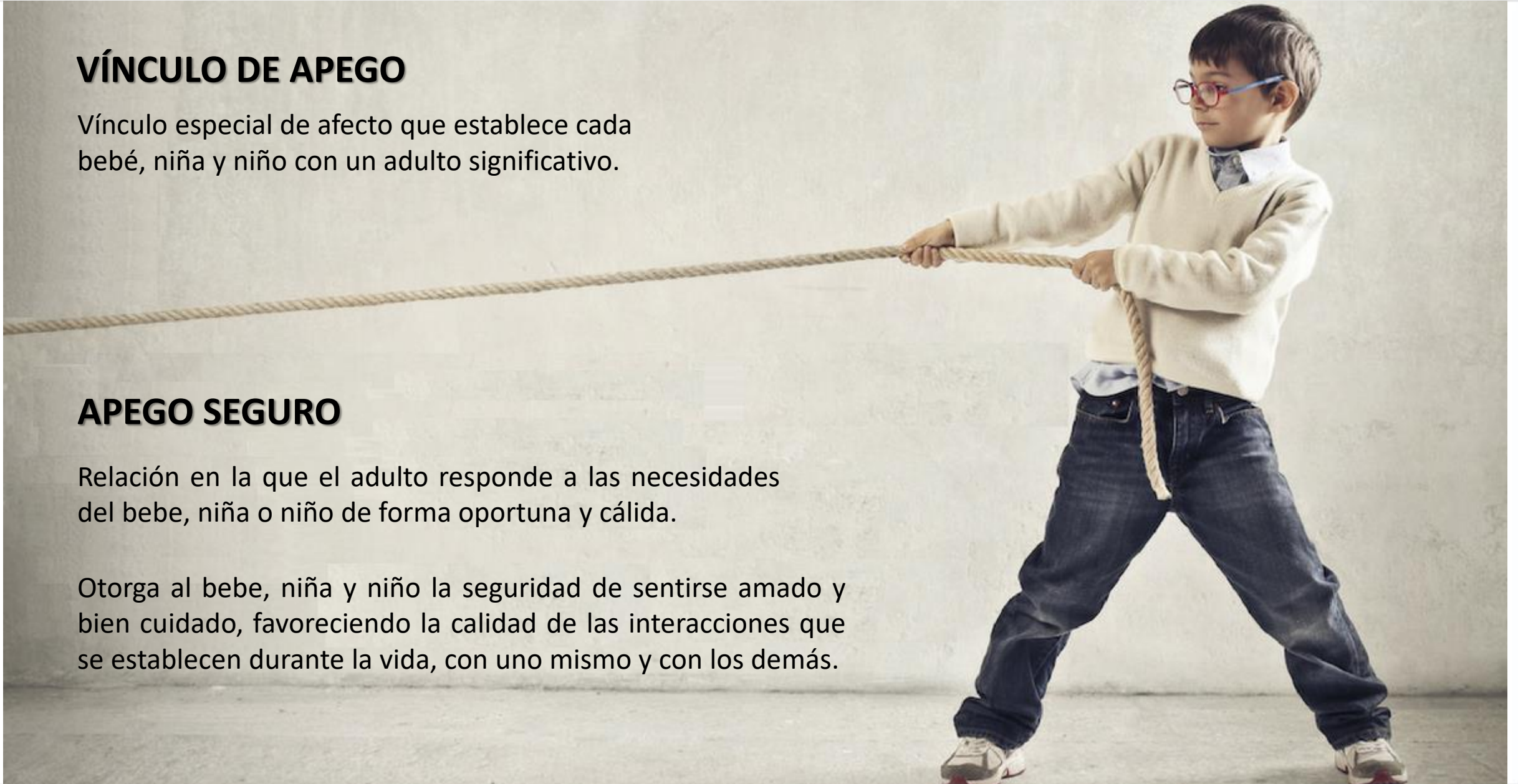
VÍNCULO DE APEGO

Vínculo especial de afecto que establece cada bebé, niña y niño con un adulto significativo.

APEGO SEGURO

Relación en la que el adulto responde a las necesidades del bebé, niña o niño de forma oportuna y cálida.

Otorga al bebé, niña y niño la seguridad de sentirse amado y bien cuidado, favoreciendo la calidad de las interacciones que se establecen durante la vida, con uno mismo y con los demás.



¿qué se está haciendo desde el Estado para contribuir al bienestar emocional de las niñas y niños?



Lineamientos DIT

Niñas y niños en el Perú
con buen estado de **salud y nutrición**,
con **pensamiento** crítico,
comunicacionalmente efectivos y con
iniciativa, **emocionalmente** seguros de sí,
socialmente competentes y autónomos,
en pleno ejercicio de sus derechos;
que vivan una **infancia feliz**, libre de violencia,
con igualdad de **oportunidades** y
en permanente respeto de sus
particularidades.



Gobierno del Perú



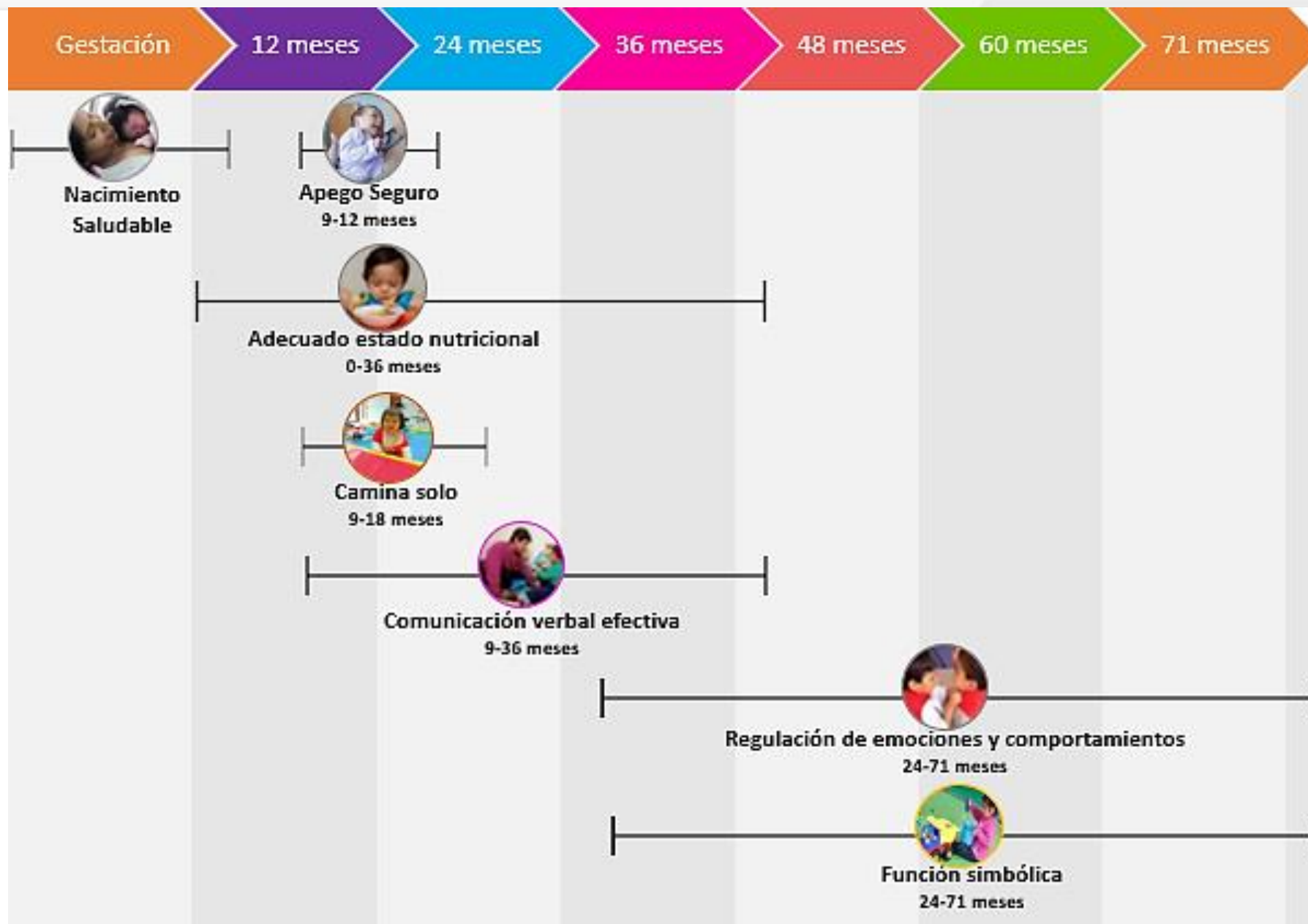
EL PERÚ PRIMERO

VISIÓN CONJUNTA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PERÚ



PERÚ

Ministerio de Educación



Lineamientos
DIT



DIAGRAMA CAUSAL



Que los niños y niñas se **desarrollen plenamente** y logren **aprendizajes** a través de la atención educativa que se les brinda en los servicios educativos del nivel inicial



... De lo que se trata es mirar al niño (a), reconocerlo, aceptarlo, y respetarlo desde su forma particular de ser y estar en el mundo (sus características, su ritmo, sus tiempos, etc.)



El enfoque que plantea la educación inicial tiene como base el **desarrollo y aprendizaje infantil y los derechos.**

Orientaciones para implementar la estrategia Aprendo en Casa en el nivel de educación inicial

NUESTRO PUNTO DE PARTIDA: LA SEGURIDAD EMOCIONAL DE BEBÉS, NIÑAS Y NIÑOS

La situación de aislamiento social no es una situación habitual, hay un ambiente de tensión, de miedo, de vulnerabilidad y de incertidumbre en las familias. Por ello, debemos considerar que hay un componente emocional que debemos atender con prioridad. No podemos pensar en promover aprendizajes **si bebés, niñas y niños no se sienten seguros, queridos y protegidos.**

APRENDO
en casa

<https://aprendoencasa.pe/#/>



¿Cómo brindar el soporte emocional en CASA?



PERÚ

Ministerio
de Educación



**¿Soy un adulto
significativo?**

**Bebés, niñas y
niños necesitan
recurrir al adulto
significativo para
sentirse seguros**



Orientaciones para implementar la estrategia Aprendo en Casa en el nivel de educación inicial

...

Sabiendo que las tensiones, miedos, ansiedades e incertidumbres pueden manifestarse de distintas maneras en las familias (sobrepotección, violencia, etc.), nuestro énfasis debe estar puesto en la seguridad emocional de las niñas y los niños. Por ello, **las primeras orientaciones que debemos dar a las familias deben hacer énfasis en el cuidado y protección, tanto física como afectiva**. Así como el lavarse las manos es sumamente importante para proteger a las niñas y los niños de enfermedades, el afecto también los protegerá frente a la incertidumbre y les dará bienestar.

Las niñas y los niños son muy sensibles y perciben las preocupaciones y tensiones en casa. Sin embargo, en este contexto, más que nunca, debemos aprovechar su maravillosa capacidad de mirar la vida con optimismo y ¡contagiarnos de ella! A través de nuestros actos **debemos fortalecer su confianza y ser ejemplo de solidaridad, empatía, responsabilidad y respeto por las normas**. Asimismo, debemos **estar atentos y ayudarlos, con paciencia, a reconocer y gestionar sus emociones de la manera más adecuada**.

APRENDO
en casa

<https://aprendoencasa.pe/#/>



ROL DE LA FAMILIA EN EL DESARROLLO INFANTIL

- **Principal espacio para recibir y dar afecto y apoyo emocional.** Esto ayuda a los bebés, niñas y niños a comprender sus emociones, aprender a expresarlas, identificarlas y regularlas; respetando y haciendo respetar sus derechos, valorándolos y tratándolos con amor.
- **Satisfacción de las necesidades para mantenerlos sanos física y mentalmente.** Atendiendo sus controles de salud, vacunación oportuna, alimentación, vestimenta y educación. Brindando un espacio familiar libre de violencia, seguro, donde siempre se trate con respeto a todas las personas.
- **Respuesta rápida y adecuada al darnos cuenta de sus necesidades.** Ayudando a desarrollar un apego seguro con la persona que lo atiende, por lo general la mamá, el papá u otro adulto responsable de su cuidado.
- **Darles espacios seguros, materiales variados y situaciones de aprendizaje en nuestro hogar.** Respondiendo a sus características y necesidades. Por ejemplo, un espacio amplio para gatear.



Bebés, niñas y niños perciben todo lo que hay a su alrededor

Tómese un tiempo para reconocer cómo se siente y están sus emociones. Debe saber que sentir ansiedad, cólera, miedo, frustración, negación o tristeza es normal en contexto de crisis.

Expresemos nuestras emociones y preocupaciones. Escuchando y atendiendo las de la familia y personas con las que se convive, tratando de transmitir mensajes positivos y alentadores.

Observemos cómo influyen nuestras emociones y estados de ánimo en los demás. Tomando decisiones que nos ayuden a sentirnos mejor en familia.

Atendamos las necesidades de bebés, niños y niñas con una “respuesta sensible” hacia ellos. Estando atentos a sus necesidades de cuidado para responder de manera oportuna y pertinente.

Evitemos ver, leer o escuchar noticias negativas todo el tiempo. Exponer a bebés, niñas y niños a información, comentarios o noticias negativas puede afectar también su salud emocional.





Los tiempos deben adaptarse a las características y costumbres de cada familia, procurando garantizar que los niños tengan oportunidades de realizar actividades que son fundamentales para su bienestar, desarrollo y aprendizaje.

Para:
Conversar en familia y **expresar sus emociones**.

Tener espacios y tiempos para **jugar en el día**.

Tener oportunidades para **explorar textos** y que alguien en casa les lea (cuentos, notitas del abuelo, recetas de cocina).

Tener oportunidades para **explorar con diversos objetos**.

Poder **colaborar con las labores del hogar**, lo cual les permite resolver situaciones problemáticas cotidianas, pertinentes para su edad (separar la ropa para lavar, emparejar las medias limpias).

Poder **practicar hábitos saludables** de higiene y alimentación.

Poder realizar actividades o juegos que les permitan **expresarse a través de diversos lenguajes**: dibujar, pintar, cantar, descubrir sonidos, etc.





JUEGA CON TUS HIJOS: Dedícale 20 minutos cada día.



¿Por qué es importante jugar con tu hija o hijo?

- Porque se **generan** vínculos afectivos.
- **Refuerza** su seguridad emocional.
- **Fortalece** la imaginación y creatividad.



Consideraciones para el juego:

⇒ Tú y el niño (a) en un espacio apropiado.

⇒ Sin alguna interrupción y distante de las horas de sueño, hambre etc.



⇒ Ten a la mano dos o tres juguetes distintos: carritos, bloques, muñecos, cuentos, bolitas, recipientes, etc., que inviten a la exploración.

EVITAR aquellos juguetes que sean muy complejos o que necesiten muchas instrucciones.

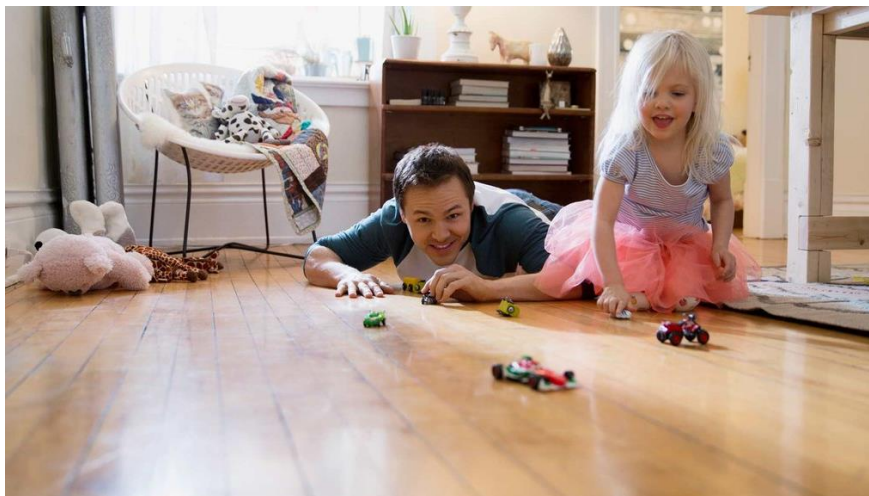


IDEAS PARA MEJORAR LA OCUPACIÓN DEL NIÑO EN CASA



PERÚ

Ministerio
de Educación



- ⇒ Siéntate en el piso y trata de buscar el contacto con él (ella): "cara-cara". Hazle sentir que este es un "tiempo especial" contigo.
- ⇒ Deja que tome la iniciativa. Lo que haga estará bien (con excepción de lastimarse o lastimar, romper, etc.).



- ⇒ Juega a lo que quiera jugar. Trata de descubrir que quiere de ti ¿Qué lo admires?, ¿Qué lo imites?, etc. Observa sus reacciones. Responde, pero no trates de dominar el juego.
- ⇒ Observa, ESPERA y maravíllate. Entra en su mundo, observarlo es el primer paso para enseñarle a escuchar.



- ⇒ si ves que los juguetes son muchos estímulos y lo sobrecarga o desorganiza, guarda los que ya usó para que juegue sólo.
- ⇒ Habla sobre lo que va haciendo, sin anticiparte a lo que debería pasar.
- ⇒ Ayúdalo a unir ideas, especialmente si tiende a distraerse o quedarse "colgado" (a).
- ⇒ Diviértete y disfruta con tu niño (a) de este momento especial.



CONEXIÓN

antes que

CORRECCIÓN



- ⇒ Recuerda que **no es hora** de enseñarlo todo. Trata que el disfrute de explorar y hacer cosas juntos surja libremente del mismo niño(a) y no porque haya sido inducido a hacerlo.
- ⇒ Avísale cuando es hora de terminar. Si se molesta hazle saber que lo entiendes, pero es tiempo de terminar y hacer otra cosa.
- ⇒ Trata de hacer este "tiempo especial" todos los días sobre todo si el niño o la familia está pasando por momentos difíciles.
- ⇒ Si hay otros niños en la familia dedícales a ellos un tiempo especial y no olvides dedicarte un "tiempo especial" para ti también y recuperarte.

Texting while parenting



PERÚ

Ministerio de Educación



Durante la primera infancia los niños necesitan constante atención, no sólo en higiene, alimentación y descanso, sino que necesitan sentirse vivos, reconocidos y sobretodo seguros de que su madre/padre, familiar o cuidador los quiere y los protege.

En g
ni
a
del niño y narcisismo de los padres o
cuidadores que tienen cosas más importantes que hacer.

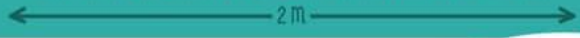


RECOMENDACIONES para el desplazamiento fuera del domicilio de **niños, niñas y adolescentes** menores de 14 años



MIENTRAS ESTÁN EN LA VÍA PÚBLICA

USAR MASCARILLA Y RESPETAR LA DISTANCIA FÍSICA DE MÍNIMO 2 METROS RESPECTO DE OTRAS PERSONAS.



NO SENTARSE EN LAS BANCAS, PISO, PISTA, VEREDA O JARDÍN. NO USAR LOS JUEGOS PARA NIÑOS.



LLEVAR ALCOHOL EN GEL Y USARLO EN CASO SE TENGA CONTACTO CON SUPERFICIES U OBJETOS DE LA CALLE.

AL REGRESAR A CASA

LAVARSE LAS MANOS Y ZONAS EXPUESTAS CON AGUA Y CON JABÓN POR 20 SEGUNDOS. DE SER POSIBLE DUCHARSE.



DESINFECTAR ZAPATOS Y OBJETOS QUE HAYAN ENTRADO EN CONTACTO CON SUPERFICIES. CAMBIARSE DE ROPA.



10 COSAS QUE DEBES SABER PARA DISFRUTAR LAS SALIDAS DE CASA



Desde el lunes **18 de mayo**, niñas y niños menores de 14 años podrán salir opcionalmente de casa en compañía de un adulto. Los paseos no podrán ser a más de 500 metros de distancia de sus hogares. Aquí te dejamos algunas recomendaciones para prevenir el COVID-19.

ANTES DE SALIR DE CASA

1 Lávense las manos por 20 segundos, dedo por dedo.



2 Debe ponerse mascarilla a niños de 2 años o más y asegúrate que otros menores o adultos se encuentren a dos metros de distancia de él o ella.

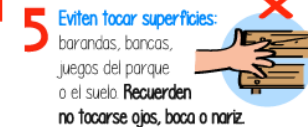


3 Definan qué hacer y a dónde desean ir.



DURANTE LA SALIDA

4 Inventen nuevas formas de saludar: puedes aplaudir o hacer gritos indios.



5 Eviten tocar superficies: barandas, bancas, juegos del parque o el suelo. Recuerden no tocarse ojos, boca o nariz.

6 Preparen juegos divertidos, como hacer equilibrio y perderlo, evitar pisar las rayas de las veredas, bailar, etc.



7 Conversen sobre objetos o situaciones que observan.

¿qué es lo que observamos?, ¿qué es lo que encontramos?, ¿qué llama nuestra atención?

AL LLEGAR A CASA

8 Sáquense los zapatos y úsenlos otro día para andar en casa.



9 Lávense las manos por 20 segundos, dedo por dedo.

10 Cámbiense de ropa.



Acompañemos con paciencia a nuestras niñas y nuestros niños, aprovechando los distintos momentos del día para fortalecer vínculos de seguridad y afecto, respetando sus ritmos y tiempos. Recuerda que el aspecto emocional influye en su bienestar, desarrollo y aprendizaje.

Aceptemos todas las emociones que las niñas y los niños expresan, pues a veces solemos celebrar aquellas que nos agradan y reprimimos las que no nos gustan, recordemos que la tristeza o el enojo son emociones propias del ser humano que también necesitan ser expresadas.

Evitemos frases que repriman las emociones, como “no llores”, “no debes enojarte”; es mejor preguntarles cómo se sienten o qué les preocupa, para que aprendan a reconocer estas emociones y ayudarlos a regularlas. Recuerda que estos momentos de emergencia sanitaria pueden causar ansiedad en las niñas y los niños, ya que al no ser posible salir de su casa, toda su rutina ha cambiado.

Ayudemos a las niñas y los niños a reconocer y expresar sus emociones. Tengamos presente que esta situación es excepcional y ha generado cambios en nuestros estilos de vida y formas de comunicación, por ello es importante dialogar con nuestras niñas y nuestros niños dándoles la oportunidad de expresar lo que piensan y sienten, acogiendo sus emociones y respondiendo con afecto a sus necesidades de atención.

APRENDO
en casa

<https://aprendoencasa.pe/#/>



Pongámonos a su altura y mirémoslo a los ojos cuando hablemos con ellos y ellas, así sentirán y sabrán que los escuchamos, pero principalmente que lo que nos dicen nos importa mucho. Escuchemos con atención sus ideas, historias u opiniones, dándoles tiempo para organizar y expresar lo que quieren decir. Así sabrán que lo que piensan, sienten y dicen es importante, y los animará a comunicarse con seguridad.

Promuevan que el momento de la alimentación sea un tiempo tranquilo, de respeto, alegría y disfrute con la familia. Aprovechemos este momento para dialogar sobre diversos temas que son importantes para la familia.

Continúen con las rutinas y establezcan momentos y horarios para dormir, bañarse, lavarse los dientes, lavarse las manos, entre otros. Esto es importante, pues permite que nuestras niñas y nuestros niños se sientan más seguros y se desenvuelvan con mayor autonomía en las actividades que realizan.

Establezcan límites, normas y acuerdos. Estos son fundamentales para una convivencia saludable. Es importante que los límites no sean vividos como amenazas o prohibiciones, sino como cuidados.

APRENDO
en casa

<https://aprendoencasa.pe/#/>



Ayúdalas(os) a cumplir los acuerdos o normas. Recuerden lo importante que es respetar los acuerdos. Para ello pueden valerse de dibujos y tenerlos pegados en un lugar visible y reconocer el esfuerzo que hace para cumplirlos. No debemos usar castigos físicos, ni ninguna otra forma de maltrato, por ejemplo: usar palabras que puedan etiquetar o humillar a nuestras niñas y nuestros niños, como: “¡qué tonto eres!”, “¡nunca haces nada bien!”, pues dañan su valoración e imagen personal. Las niñas y los niños perciben las formas en la que las personas adultas se dirigen hacia ellas y ellos, la agresión manifestada desde el lenguaje verbal como no verbal (gestos, movimientos) dejan huellas para toda la vida, afectando su autoestima y seguridad emocional.

Organicemos en casa un espacio libre de peligros. Si bien este no tiene que ser muy amplio, ofréceles una diversidad de objetos, organizados en cajas o canastas y a su alcance para que puedan explorar, jugar, dibujar, experimentar, etc.

Respeten las normas y acuerdos y ayuden a las niñas y los niños a hacerlo, sin hacerlos sentir culpables. Esto implica modelar conductas positivas y cuando presentan conductas inapropiadas, hacerles entender, con un lenguaje claro y firme, por qué su comportamiento es inadecuado. Así se esforzará por disminuir la frecuencia de repetición de ese comportamiento.

Invítalas(os) a moverse y jugar. Es importante encontrar alternativas para que las niñas y los niños realicen alguna actividad física (bailar, hacer juegos de movimiento que no impliquen mucho espacio). Esto es fundamental para mantener la buena salud física y mental y una oportunidad para compartir en familia.

APRENDO
en casa

<https://aprendoencasa.pe/#/>



No se trata de responder solo a los llantos bulliciosos del niño (cuando pensamos que está mojado, hambriento, cansado o con algún dolor físico)



Sino aquellos llantos internos que comunican en silencio...

Video: Alike, el camino correcto



PERÚ

Ministerio
de Educación



<http://www.aikaeducacion.com/el-recreo/video-alike-camino-correcto/>

Ponte en #ModoNiñez



Yo me
quedo en
casa y la
pasamos
bien