**Jueves**

**03**

**de Junio**

**Educación Inicial**

**Sostenimiento afectivo**

*El apego seguro*

***Aprendizaje esperado:*** *Establece vínculos afectivos y apegos seguros.*

***Énfasis:*** *La importancia de las experiencias vinculares en el desarrollo integral de la niña y el niño.*

**¿Qué vamos a aprender?**

Hola, papás, mamás, cuidadores y cuidadoras. En esta sección se ha preparado información relevante para Ustedes que les auxilie en la crianza de sus hijas o hijos.

*La Educación Inicial es el servicio educativo que se brinda a niñas y niños menores de tres años de edad, con el propósito de potencializar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico en experiencias formativas, educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores, así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social.*

En esta sesión retomaremos algunas ideas del plan y programa, *“Un buen comienzo*

*Programa para la educación de las niñas y los niños de 0 a 3 años”*. La cual pueden encontrar en la página de Plan y programas de estudio de la Secretaría de Educación Pública, en el apartado de materiales de Educación Inicial.

<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/inicial-ae-programa.html>

Estas guías fueron elaboradas para acompañarlos en la crianza de las niñas y niños de 0 a 3 años de edad.

El tema de esta sesión es, *El apego seguro*, y es de suma importancia para construir paulatinamente en las niñas y niños una personalidad integrada, confiada y abierta a lo nuevo.

La palabra apegohace referencia al vínculo emocional que desarrolla el niño con su madre, su padre y sus figuras primordiales de referencia afectiva. El apego supone cierta incondicionalidad de la madre, del padre o cualquier figura de referencia, es decir, que las niñas y los niños necesitan contar con esas presencias, sin riesgo de pérdida, con sensibilidad a sus demandas para mantenerse emocionalmente estables.

Escuchen en el siguiente video la experiencia que comparte una mamá con su niña en relación a este tema.

1. **Experiencia de una madre de familia.**

<https://youtu.be/gnV_1zCMfeE>

Es interesante lo que comenta la mamá, cada niña y niño atraviesa por momentos así, por ese motivo debe de haber un adulto disponible para sostenerlo. Mamá, papá o cuidador que está pasando por esta misma situación, algunas recomendaciones que pueden seguir.

Respecto al ambiente emocional que acaban de observar, Bowlby dice que un niño entre los quince y los treinta meses de vida, que ha gozado de una relativa seguridad en su relación con su madre y que nunca se había separado de ella, por lo general muestra una secuencia de conductas predecibles, y estas se dividen en tres fases.

Cada una se mezcla con la siguiente, de modo que las niñas y los niños pueden permanecer días o semanas enteras en esos procesos de transición de una fase a otra.

Algunas Frases de agentes educativos.

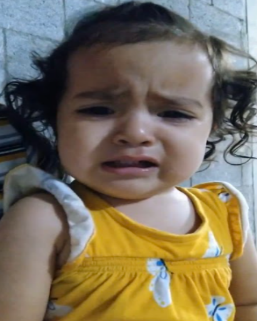
*Durante la etapa de protesta el niño pequeño da muestra notable de enojo por la ausencia de la madre, padre o cuidador y procura recuperarlo ejerciendo sus recursos:*

*Llora desconsoladamente.*

*Sacude la cuna.*

*Suele rechazar a otra figura que intente convertirse en significativa.*

*Se aferran con desesperación a una cuidadora.*



*Durante la etapa de desesperanza, posterior a la de protesta, sigue siendo evidente la preocupación del niño por su figura ausente, pero su conducta sugiere que está perdiendo la esperanza de que esta regrese.*

* *Disminuyen sus movimientos físicos activos como patear, hacer berrinche y llorar de forma monótona e intermitente.*
* *Se muestra retraído y pasivo, no demanda.*
* *Erróneamente los adultos pueden suponer que ha terminado el sufrimiento.*



*En la etapa de desapego el niño muestra más interés por el medio que le rodea, por eso los adultos creen que está superada su crisis y toman esta fase con alegría.*

*Ya no rechazan la presencia de los cuidadores.*

*Aceptan juegos.*

*Pueden sonreír.*

*Parece sociable.*



Como madres, padres y cuidadores, aprender estas tres fases y comprender la importancia de la envoltura protectora común, es importante.

Vivir en armonía será el origen de la percepción adecuada en las niñas y los niños para su adaptación progresiva a los ritmos externos.

Si la mamá, papá o cuidador está disponible, ocurre un acople entre el cuerpo del adulto con la niña y niño, pero también es gracias a todas las manifestaciones amorosas que recibe a través del tacto y del movimiento como: caricias, abrazos, movimientos diversos, balanceos y juegos corporales.

A mayor apego y cuidado, mayor seguridad tendrá la niña y el niño, dando paso a su autonomía.

Observen el siguiente video que trata sobre los tipos de apego que las niñas y niños presentan de acuerdo a los cuidados recibidos.

1. **Tipos de apego.**

<https://youtu.be/_W0a-MkjfNU>

Con esto no se quiere decir que las niñas y niños deben estar cuidados exclusivamente por su mamá para que estén seguros.

No se trata de que estén cuidados siempre por su mamá o papá para que puedan desarrollarse sanamente, el adulto que acompañe esos tiempos a las niñas y los niños debe estar disponible psíquica y corporalmente mostrando afecto, juegos de palabras, ternura, escucha y alegría.

El psicólogo Boris Cyrulink menciona que el apego se teje en el día a día en el ámbito familiar, con la forma de hablar, sonreír, compartir los alimentos, se construye en la vida cotidiana.

Una vez creado el apego seguro, se convierte en un vínculo fuerte, de esa manera, las niñas y los niños se sienten seguros, saben cómo transmitir sus deseos, necesidades y enfrentar adversidades, no se angustian y saben manejarlo.

Para ampliar la información, la especialista en primera infancia María Emilia López comparte las cuestiones más importantes para desarrollar un vínculo seguro, en el siguiente video.

1. **Maria Emilia.**

<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/videos/inicial/inicial-video-especialistas15.html>

Por ello es importante aprender a leer los signos que su hija o hijo les muestran y estar siempre disponible generando empatía por lo que le pasa al bebé, niña o niño.

El apego es muy importante en el desarrollo de las niñas y los niños, éste se fortalece día con día mediante las cosas cotidianas, una de ellas es el juego.

Los juegos que pueden hacer en casa para favorecer el apego. Son juegos muy sencillos que todos pueden poner en práctica, por ejemplo: Jugar a las cosquillas, bailar con ellos, jugar al escondite, enseñarle a aplaudir o hacer juegos con los dedos, con ellos en nuestro regazo, lo importante es hacerlos sentir seguros y apapacharlos mucho.

Por ejemplo, se puede realizar esta actividad con los bebés y mostrarle cómo fortalecer el vínculo afectivo.

Tomen al bebé y lo sientan en su regazo, háganle cosquillas, aplaudan con las manos del bebé, se balancean de un lado a otro con el bebé, y canten.

*Aserrín, aserrán,*

*los maderos de San Juan,*

*piden pan, no les dan,*

*piden queso, les dan un hueso,*

*y se les atora en el pescuezo.*

Observen el siguiente video, que mandó la maestra Viola Orozco Martínez, la cual propone la siguiente canción para enriquecer esta actividad.

1. **Viola Orozco Martínez.**

<https://youtu.be/qxHPN8UzYjk>

En el Centro de Atención Infantil al ingresar por primera vez un bebé, niña o niño, fortalecen su adaptación permaneciendo más cerca de ella o él, los abrazan, los cargan, esto con la intención de que se sientan bien protegidos corporalmente, además de leer sus señales para ser atendidas oportunamente generando que se sientan en confianza.

En las actividades cotidianas en casa con las niñas y los niños, ahí también se debe fortalecer el apego, a la hora de dormir, las comidas, la hora del baño, son excelentes momentos para fortalecer el vínculo afectivo y apego seguro.

Observen el siguiente video, como esta familia comparte otras maneras de jugar.

1. **Jugando al caballito y al avioncito.**

<https://youtu.be/PfV-2lsAjHo>

Es muy importante darle al bebé la seguridad de que no lo soltarán, los más grandes suelen pedir: ¡*no me sueltes!,* e incluso ya después, los más atrevidos se sueltan de las manos.

Escuchen y observen el siguiente video en el cual una mamá comenta su experiencia de jugar, caminar y hasta bailar con bebé en brazos.

1. **Crianza en Brazos. Danza con Bebé.**

<https://youtu.be/3g2Hg46YTok>

Siempre hay actividades y juegos que pueden hacer con los bebés, niñas y niños en casa para fortalecer el apego seguro con ellas y ellos. Dándoles seguridad para que se sientan protegidos.

Para concluir con esta sesión, escuchen y observen el siguiente cuento.

1. **En hojas de cerezo.**

<https://youtu.be/2D7bashwO4w>

Es un lindo cuento especial para acompañar un momento de apego con los bebés, niñas y niños.

El equipo de Aprende en casa III esperamos que las estrategias que se compartieron en esta sesión les sean de utilidad para que las disfruten en familia. Recuerden que una niña o niño acompañado de un cuidador suficientemente disponible será aquel que logre seguridad y apegos seguros

Si tienen dudas o necesitan ayuda para realizar las actividades propuestas o alguna sugerencia y quieren compartirlas con nosotros pueden enviarlas al correo [aprende\_en\_casa@nube.sep.gob.mx](mailto:aprende_en_casa@nube.sep.gob.mx)

Si quieren ver los programas de “Aprende en Casa”, los pueden encontrar en la siguiente página: youtube.com/aprendeencasa