

PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CARRERA DE TECNOLOGÍA EN DESARROLLO

INFANTIL INTEGRAL

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TECNÓLOGO EN DESARROLLO

INFANTIL INTEGRAL

TIEMPO DE CALIDAD DE LOS PADRES EN EL DESARROLLO

SOCIOEMOCIONAL DE LOS NIÑOS DE UNO A TRES AÑOS

PERIODO ABRIL – AGOSTO 2024

Modalidad Presencial

AUTORA: Lina María Ariza Moreno

DIRECTOR: Licenciada en Psicopedagogía, Kerly Valeria Moya
Martínez, Master Universitario en Neuropsicología y Educación

Ambato – Ecuador

2024

 095 888 5323

ESTUDIA DIFERENTE

www.iste.edu.ec

 Bolívar 16-64 entre Castillo y Quito / Edificio Sindicato de Choferes Tungurahua.

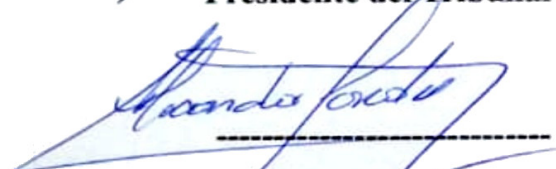
A la Unidad Académica de Titulación de la Carrera de Desarrollo Infantil Integral

El Tribunal receptor del Trabajo de integración curricular, presidido por el/la Lcda. María Cristina Raza Suárez Mg. Presidente, e integrado por las señoras Lcda. Paredes Guevara Alexandra Wilma Mg., Lcda. Aguiar Gaibor Viviana Carolina Mg. Miembros del Tribunal, designados por el Colectivo Académico de Carrera del Instituto Superior Tecnológico España, para receptor el Trabajo de Integración Curricular con el tema: **TIEMPO DE CALIDAD DE LOS PADRES EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE LOS NIÑOS DE UNO A TRES AÑOS**, elaborado y presentado por la señorita, ARIZA MORENO LINA MARIA, para optar por el Grado Académico de Tecnólogo en Desarrollo Infantil Integral; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Integración Curricular, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas del Instituto Superior Tecnológico España.



Lcda. María Cristina Raza Suárez Mg.

Presidente del Tribunal



Lcda. Paredes Guevara Alexandra Wilma Mg.

Miembro del Tribunal



Lcda. Aguiar Gaibor Viviana Carolina Mg.

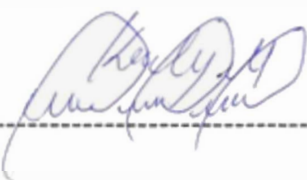
Miembro del Tribunal

APROBACIÓN DEL DIRECTOR

Lic. Kerly Valeria Moya Martínez. Mg

En mi calidad de Director del trabajo de integración curricular: “TIEMPO DE CALIDAD DE LOS PADRES EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE LOS NIÑOS DE UNO A TRES AÑOS ”, presentado por la Señorita Lina María Ariza Moreno, para optar por el Título de Tecnóloga en Desarrollo Infantil Integral CERTIFICO, que dicho proyecto ha sido prolijamente revisado y considero que responde a las normas establecidas en el reglamento de títulos y grados de la Carrera, suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Ambato, 8 de Agosto de 2024.



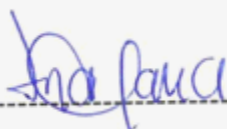
Lic. Kerly Valeria Moya Martínez. Mg

c.c.1804410163

DIRECTOR(A)

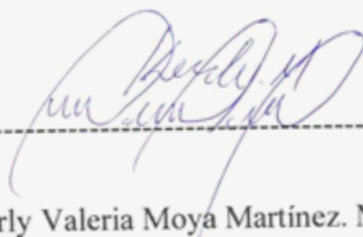
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Integración Curricular presentado con el tema: TIEMPO DE CALIDAD DE LOS PADRES EN EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE LOS NIÑOS DE UNO A TRES AÑOS, le corresponde exclusivamente a: Lina María Ariza Moreno, Autor/a bajo la Dirección de Lic. Kerly Valeria Moya Martínez. Mg Director (a) del Trabajo de integración curricular; y el patrimonio intelectual al Instituto Superior Tecnológico España.



Lina María Ariza Moreno

AUTOR(A)



Lic. Kerly Valeria Moya Martínez. Mg

DIRECTOR(A)

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico España, para que el Trabajo de integración curricular, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi Trabajo de integración curricular, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones del Instituto.



Lina Maria Ariza Moreno

c.c.1053782973

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todos los docentes del Instituto Tecnológico Superior España. En especial, a la Mg. María Belén Aguirre, cuya dedicación, entrega y apoyo, junto con sus valiosas enseñanzas, han constituido la base sólida de mi vida profesional. Estoy profundamente agradecida por su guía y por haber sido una parte fundamental de mi formación. También quiero extender mi agradecimiento a mi tutora de proyecto, Kerly Martínez, por su paciencia y apoyo incondicional.

Lina María Ariza Moreno

 095 888 5323

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios y a mi familia, mi soporte e inspiración constante. A mi esposo, por su inquebrantable apoyo, fortaleza, y por siempre elevar mi autoestima. A mis hijos, por su fe en mí y por su comprensión cuando tuve que sacrificar tiempo con ellos. A mi madre, quien, a pesar de la distancia, siempre me acompaña con palabras de aliento y orgullo. Finalmente, dedico este trabajo a mí misma, por no rendirme nunca y por mi continuo esfuerzo de ser y dar lo mejor.

Lina María Ariza Moreno

Contenido

APROBACIÓN DEL DIRECTOR	III
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	IV
DERECHOS DE AUTOR	V
AGRADECIMIENTO	VI
DEDICATORIA	VII
RESUMEN EJECUTIVO	VIII
ABSTRACT	IX
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I	2
1. ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS	2
1.1. Planteamiento del problema.	2
1.2. Justificación.....	2
1.3. Objetivos	3
1.3.1. Objetivo general.	3
1.3.2. Objetivos específicos.	3
CAPITULO II	4
2. MARCO REFERENCIAL	4
2.1 Antecedentes Investigativos	4
2.2 Marco Teórico	5
CAPITULO III	20
3. METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN	20
3.1 Enfoque de Investigación	20
3.2 Diseño de la Investigación.....	20
3.3 Cuestionario o Instrumentos Utilizados.....	20
3.4 Población.....	20
3.5 Muestreo.....	20
3.5.1. Criterios de Inclusión	21
3.6 Recursos	21
CAPITULO IV	22
4. ANALISIS DE RESULTADOS.....	22
4.1. Tabulación e interpretación de encuestas.	22
4.2. Discusiones de Resultados	33
CAPITULO V	35
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	35
5.2 Conclusiones	35
5.3 Recomendaciones.....	36

BIBLIOGRAFÍA	37
PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	41
ANEXOS	45
Encuesta.....	45
Pantallas Aplicación.....	48

Índice de Figuras

Figura 1	22
Figura 2	23
Figura 3	24
Figura 4	25
Figura 5	26
Figura 6	27
Figura 7	28
Figura 8	29
Figura 9	30
Figura 10	31
Figura 11	32
Figura 12	33
Figura 13	43
Figura 14	43
Figura 15	44
Figura 16	48
Figura 17	49
Figura 18	50
Figura 19	51
Figura 20	52
Figura 21	53
Figura 22	54
Figura 23	55
Figura 24	56

RESUMEN EJECUTIVO

El presente trabajo de integración curricular titulado "Tiempo de Calidad de los Padres en el Desarrollo Socioemocional de los Niños de uno a tres años" el cual va dirigido a todas las personas que necesiten y quieran entender la importancia del tiempo que los padres dedican a sus hijos pequeños y su impacto en el desarrollo socioemocional de estos. El estudio se enfoca en una etapa crucial para el desarrollo integral, y examina cómo las interacciones y actividades compartidas influyen en el bienestar emocional y social. El objetivo principal es demostrar la correlación entre el tiempo de calidad parental y el desarrollo socioemocional infantil, destacando la necesidad de que los padres estén presentes y comprometidos en actividades significativas con sus hijos. La investigación se apoya en teorías del desarrollo infantil, como las de Erik Erikson y John Bowlby, para contextualizar la importancia del apego y las interacciones familiares en el desarrollo temprano. Para la realización de este estudio, se utilizó una metodología cuantitativa en la cual se encuestaron a trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España con hijos en el rango de edad mencionado, buscando identificar prácticas parentales efectivas y áreas de mejora en el tiempo de calidad dedicado. Se propone una aplicación móvil destinada a facilitar a los padres la planificación y realización de actividades que fomenten el desarrollo socioemocional de los niños. Los resultados obtenidos subrayan que el tiempo de calidad es fundamental para fortalecer la autoestima, la empatía y la regulación emocional. Asimismo, se concluye que el establecimiento de rutinas diarias y la participación activa en actividades conjuntas son esenciales para el desarrollo positivo de los niños. El estudio recomienda programas o recursos de apoyo a las familias para fomentar un ambiente propicio para el desarrollo socioemocional saludable.

Palabras clave: Apego, aplicación, atención, calidad, desarrollo, familia, móvil, niños, regulación emocional, socioemocional, tiempo.

ABSTRACT

This curriculum integration paper entitled “Quality Parenting Time in the Social-Emotional Development of One to Three Year Olds” is intended for anyone who needs and wants to understand the importance of the time parents spend with their young children and its impact on their social-emotional development. The study focuses on a crucial stage for holistic development, and examines how shared interactions and activities influence emotional and social well-being. The main objective is to demonstrate the correlation between parental quality time and children's social-emotional development, highlighting the need for parents to be present and engaged in meaningful activities with their children. The research draws on child development theories, such as those of Erik Erikson and John Bowlby, to contextualize the importance of attachment and family interactions in early development. To conduct this study, a quantitative methodology was used in which workers of the Instituto Tecnológico Superior Universitario España with children in the aforementioned age range were surveyed, seeking to identify effective parenting practices and areas for improvement in the quality time spent. A mobile application aimed at facilitating parents in planning and carrying out activities that foster children's socioemotional development is proposed. The results obtained underline that quality time is fundamental to strengthen self-esteem, empathy and emotional regulation. Likewise, it is concluded that the establishment of daily routines and active participation in joint activities are essential for the positive development of children. The study recommends programs or resources to support families to foster an environment conducive to healthy socioemotional development.

Key words: application, attention, attachment, children, development, emotional regulation, family, mobile, quality, socioemotional, time.

INTRODUCCIÓN

Esta investigación se centrará en analizar como el tiempo de calidad que los padres dedican a sus hijos influye en el desarrollo socioemocional de los niños. Se abordarán aspectos cruciales como el vínculo emocional, la adquisición de habilidades y la regulación emocional durante los primeros años de vida, etapas que determinan y marcan las actitudes del adulto y que están basadas en el desarrollo integral.

El desarrollo socioemocional temprano es esencial para el bienestar y el futuro de los niños. Diferentes estudios han sugerido que el tiempo de calidad que comparten los hijos con sus padres genera un impacto significativo en su autoestima, empatía y regulación de emociones. Comprender como estas dinámicas funcionan, puede permitir la creación de políticas y espacios que apoyen a las familias, promoviendo un desarrollo saludable y equilibrado en el desarrollo de la primera

Para entender este tema, es necesario familiarizarse con varios conceptos y teorías. Entre ellos se encuentran las teorías del desarrollo infantil, como las propuestas por Erik Erikson sobre el desarrollo psicosocial y John Bowlby sobre el apego. También importante conocer el impacto del ambiente familiar en el desarrollo del niño, explorando cómo las interacciones y la calidad del tiempo en familia influyen en su desarrollo. Además, es importante entender las características y necesidades del desarrollo socioemocional en la etapa de uno a tres años.

El principal objetivo de este trabajo es investigar y demostrar cómo el tiempo de calidad que los padres pasan con sus hijos contribuye al desarrollo socioemocional de los niños de uno a tres años. Esto incluye identificar las prácticas parentales más efectivas y analizar cómo estas interacciones específicas afectan los diversos aspectos del desarrollo socioemocional en esta etapa crítica de la vida infantil.

CAPITULO I

1. ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS

1.1.Planteamiento del problema.

¿Existe el tiempo de calidad de los padres y cómo influye este en el desarrollo socioemocional en los niños de uno a tres años hijos de trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España?

1.2.Justificación

Investigar sobre el tiempo de calidad que los padres le dedican a sus hijos es **importante** para determinar el impacto que genera en el desarrollo socioemocional de los niños. Este conocimiento puede crear diferentes estrategias que permitan promover prácticas familiares efectivas, donde los padres entiendan la importancia del tiempo de calidad que le dedican a sus hijos y como estos espacios fomentan los vínculos afectivos.

El tiempo de calidad que los padres les dedican a sus hijos en la primera infancia, **beneficia** todo el desarrollo socioemocional, crea en ellos confianza y seguridad. Durante estos espacios los niños aprenden a regular sus emociones, a ser empáticos, a solucionar problemas y construir relaciones sociales sólidas. Adicionalmente el tiempo de calidad facilita el desarrollo de habilidades cognitivas y comunicativas.

A través del **interés** en las interacciones constantes y positivas, se refuerza su autoestima, aprenden sobre empatía y fortalecen la capacidad de enfrentarse a diferentes desafíos de forma segura. El tiempo de calidad marca el desarrollo integral del niño y le permite crear bases sólidas para relacionarse y desenvolverse en el futuro. Una aplicación móvil es un recurso **factible**, porque permite organizar mejor el tiempo y las actividades que los padres van a realizar con sus hijos.

1.3.Objetivos

1.3.1. Objetivo general.

Determinar el tiempo de calidad compartido por padres e hijos y su influencia en el desarrollo socioemocional en niños de uno a tres años hijos de trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España.

1.3.2. Objetivos específicos.

- Investigar la importancia sobre el desarrollo socioemocional y el tiempo de calidad
- Encuestar a los trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España sobre el tiempo de calidad y el desarrollo socioemocional de sus hijos.
- Proponer una aplicación móvil, que permita mejorar el tiempo de calidad que los padres del Instituto Tecnológico Superior Universitario España dedican a sus hijos.

CAPITULO II

2. MARCO REFERENCIAL

2.1 Antecedentes Investigativos

Marinone, (2024), en el artículo realizado sobre “La importancia del tiempo de calidad en la crianza: Claves para fortalecer el vínculo con los hijos” cuyo objetivo fue: determinar la calidad de los momentos que los cuidadores comparten con los niños y si son cruciales para el desarrollo integral y que sugieren los expertos para mejorar las rutinas. Concluyendo que “El rol de padre no es sencillo”, dice Villasante Salcedo y agrega que “hay que tener mayor conocimiento de cuánta responsabilidad tenemos los adultos en nuestras manos respecto a la crianza de ese niño. Falta bastante educación” y nos da algunas claves para fomentar el tiempo de calidad en la crianza: Establecer rutinas diarias, participar en actividades que interesen a los niños, limitar el uso de dispositivos electrónicos, realizar actividades al aire libre, involucrar a los hijos en tareas del hogar, educación a través del juego.

Barrantes, (2021), en el artículo sobre ¿Por qué es tan importante el “Tiempo de Calidad” durante la primera infancia? cuyo objetivo fue entender que una crianza positiva durante la primera infancia se traduce en mejor desarrollo emocional, habilidades de socialización y mejores herramientas para niñas y niños en su transición hacia la escuela. Concluyendo que no hay fórmulas perfectas para educar: La consigna ha de ser cambiar el miedo por la confianza y empezar por un diálogo sincero, con conexión visual, juegos, lecturas comentadas y tiempo de calidad para darle el valor que la primera infancia merece para el desarrollo integral de niñas y niños.

Łuszczkiewicz, (2024) en el artículo desarrollo de habilidades socioemocionales en la infancia, cuyo objetivo fue explorar el crucial desarrollo de habilidades socioemocionales en la infancia. Concluyendo que es importante que los maestros, educadores y familias exploren estrategias que integren enfoques específicos para el desarrollo de habilidades socioemocionales, creando así una referencia dentro del ámbito educativo enriquecedor y equilibrado para los más pequeños, fortaleciendo la relación entre la comunidad educativo y alumnos y

estableciendo referencias sólidas que guíen el proceso de enseñanza-aprendizaje hacia un desarrollo integral y armonioso.

Lagos, (2020) en el artículo desarrollo socioemocional en la primera infancia (0 – 3 años), cuyo objetivo es comprender que el desarrollo y la expresión de las emociones, se relaciona con la maduración cerebral y el desarrollo cognitivo y de la autoconsciencia y entender el rol que cumplen los cuidadores. Concluyendo que la relación que se desarrolle entre los niños y sus cuidadores puede influir de gran manera en el comportamiento futuro con sus pares y con las figuras de autoridad.

Carbajo, (2024) en el artículo desarrollo social y emocional en la primera infancia: La importancia de los primeros años, cuyo objetivo fue explicar la importancia de fomentar un desarrollo emocional y social saludable desde edades tempranas, así como pautas prácticas y efectivas para poder acompañar a los niños/as a lo largo de este en este proceso vital. Concluyendo el desarrollo emocional y social en la primera infancia es fundamental para el bienestar en general de una persona. Al fomentar un entorno seguro y afectuoso, enseñar habilidades de regulación emocional, promover la empatía y la comprensión, y proporcionar oportunidades para el juego grupal y la colaboración lograremos un correcto desarrollo emocional y social en la primera infancia que luego se traducirá en un adulto/a estable emocionalmente

2.2 Marco Teórico

Definición de Tiempo de Calidad

El tiempo es una magnitud física utilizada para medir la duración de eventos o actividades. Cuando hablamos de tiempo de calidad, nos referimos a la forma en que se aprovecha ese tiempo para realizar actividades significativas y beneficiosas, como actividades al aire libre, estudio, trabajo, juegos o lecturas. Estas actividades no solo ocupan el tiempo, sino que también contribuyen al desarrollo personal y emocional, fomentan el aprendizaje y fortalecen las relaciones interpersonales. Para optimizar y enriquecer la calidad del tiempo, es crucial planificar cuidadosamente las actividades, asegurando que sean variadas y alineadas con los intereses y necesidades de quienes las realizan. De esta manera, se maximiza el valor y el impacto positivo del tiempo dedicado a cada actividad. El tiempo de calidad se

define como los momentos en los que los padres están completamente presentes y comprometidos con sus hijos, participando en actividades que fomentan la interacción positiva y el aprendizaje. Según Hernández y Vilugrón (2023), el tiempo de calidad implica aprovechar al máximo la duración de los eventos con los niños, enfocándose en la calidad de las interacciones en lugar de la cantidad. Esto puede incluir actividades cotidianas como leer juntos, jugar, o simplemente conversar, siempre y cuando se eliminen las distracciones tecnológicas (Hernández y Vilugrón, 2023).

Tiempo de Calidad de los Padres

El tiempo de calidad que los padres dedican a sus hijos es un componente esencial para el desarrollo socioemocional de los niños pequeños. Este estudio busca examinar la relación entre el tiempo de calidad parental y el desarrollo socioemocional en niños de uno a tres años, una etapa crucial del desarrollo infantil. A través de la revisión de literatura reciente, se pretende comprender cómo las interacciones diarias y las actividades compartidas pueden influir positivamente en el bienestar emocional y social de los niños.

Diferenciación entre Tiempo de Calidad y Cantidad de Tiempo

Es crucial diferenciar entre tiempo de calidad y cantidad de tiempo. Bueno (2021) argumenta que ambos tipos de tiempo son importantes para el desarrollo infantil. Mientras que el tiempo de calidad fortalece los lazos familiares y aumenta la autoestima, la cantidad de tiempo asegura que los niños reciban suficiente atención y apoyo continuo. Por lo tanto, no se debe subestimar la importancia de dedicar tanto tiempo de calidad como una cantidad adecuada de tiempo a los hijos. Cuando se habla de tiempo de calidad, no necesariamente se requiere planificar actividades específicas para realizarlas en momentos determinados. Más bien, se trata de aprovechar diversos momentos compartidos con los niños para que sean beneficiosos. Por ejemplo, un niño puede ayudar pasando las pinzas para tender la ropa, participando en las labores del hogar o realizando las compras juntos. Lo importante es aprovechar cualquier oportunidad para fortalecer los vínculos y entender que el tiempo no compartido con los hijos es el único que nunca se recupera (Bueno, 2021).

Lo más importante al hablar de tiempo de calidad es hacerlo de manera consciente. Esto implica evitar interrupciones, desconectarse de los dispositivos móviles y conectarse completamente con los hijos, brindándoles toda la atención y amor. Esta práctica es beneficiosa para todos, ya que aumenta la autoestima, reduce el estrés, mejora la comunicación y la confianza, y permite que los niños se sientan más seguros y apoyados. Además, fortalece las relaciones familiares y consolida los valores compartidos (Bueno, 2021).

Estrategias de Manejo del Tiempo

Muchos padres creen que mantener a sus hijos ocupados en diversas actividades es la manera correcta de utilizar el tiempo, pensando que cuantas más actividades realicen, más productivos serán. Sin embargo, en este afán de optimizar el tiempo y fomentar el desarrollo de diferentes habilidades, los niños pueden perder la oportunidad de disfrutar de sus habilidades presentes y de vivir su infancia plenamente. Si bien es importante que los niños realicen actividades extras para desarrollar diferentes habilidades, no se debe llevar esto a uno extremo y utilizarlo para compensar el tiempo que no se les puede dedicar a los hijos, los padres deben organizarse y equilibrar las actividades extras con el tiempo que les dedican a los niños. A menudo, los padres intentan compensar la falta de tiempo que dedican a sus hijos inscribiéndolos en cursos o actividades extraescolares, olvidando la importancia de compartir momentos cotidianos y ordinarios, como ir juntos al supermercado, compartir labores del hogar o hacer un rompecabezas en familia. Es crucial que los padres encuentren un equilibrio entre las actividades extraescolares y el tiempo de calidad que pasan con sus hijos. Esto permitirá que los niños se desarrollen en un ambiente enriquecido y disfruten de cada etapa de su vida de manera adecuada (Aristizábal y Pedraza, 2023).

El manejo efectivo del tiempo es fundamental para asegurar que los padres puedan dedicar tiempo de calidad a sus hijos. Aristizábal y Pedraza (2023) señalan que la organización del tiempo familiar y el establecimiento de rutinas diarias pueden ayudar a los padres a equilibrar sus responsabilidades laborales y familiares, permitiendo interacciones significativas y consistentes con sus hijos. Estas estrategias no solo mejoran la calidad de vida familiar, sino que también promueven el desarrollo socioemocional de los niños (Aristizábal y Pedraza, 2023).

Actividades de Calidad

Las actividades que los padres realizan con sus hijos son cruciales para su desarrollo. De los Ángeles Zambrano, Castillo y Contento (2019) destacan que la familia es la primera escuela de los individuos, y las actividades como juegos, lectura y paseos no solo fortalecen la relación padre-hijo, sino que también promueven habilidades cognitivas y sociales. La participación activa en rutinas diarias como la alimentación y el baño también se asocia con un mayor sentido de seguridad y apego en los niños. Una de las actividades más importantes que se deben realizar con los hijos es la comunicación. Aunque pueda parecer algo simple, a menudo los padres olvidan que estas conversaciones fortalecen la parte emocional de los niños. Hablar con ellos permite conocer sus pensamientos y preocupaciones, ayudándoles a desarrollar confianza y amor propio, cualidades esenciales para desenvolverse en la sociedad (De los Ángeles et al., 2019).

La comunicación permite a los padres conocer los gustos de sus hijos, facilitando la elección de actividades que ambos puedan disfrutar juntos. Dedicar tiempo a una buena conversación hará que el niño se sienta querido y con la tranquilidad de expresar sus sentimientos. Estos momentos son una herramienta crucial para fomentar valores y enseñar el respeto a las diferencias. Cuando los padres comprenden la importancia de estos espacios y los convierten en una costumbre familiar, los niños se desarrollan de forma más segura, con la confianza de expresarse y la convicción de que no están solos. Es importante que los padres organicen su tiempo para compartir momentos con sus hijos. La lista de actividades que pueden realizar juntos es amplia: escuchar música, leer un libro, ver una película, ordenar la casa, ir al parque o simplemente conversar sobre cómo fue su día. Estas actividades fortalecerán los lazos familiares y permitirán a los padres comprender mejor a sus hijos, conocer sus gustos, miedos, expectativas, y en muchos casos, ayudarlos a resolver sus dificultades (De los Ángeles et al., 2019).

Estrategias para Aumentar el Tiempo de Calidad

El tiempo de calidad se refiere al período en el que padres y cuidadores establecen una conexión significativa con los niños, libre de interrupciones, para fortalecer los lazos afectivos. Este tiempo dedicado no solo fomenta la confianza y el amor, sino que también incrementa la autoestima en los niños. Practicar actividades conjuntas requiere que los padres sean creativos, encontrando maneras de maximizar

estos momentos compartidos. Actividades como leer cuentos, contar historias, cantar canciones, compartir diversos espacios y aprovechar experiencias cotidianas son cruciales para el desarrollo óptimo de los niños. Estos momentos no solo fortalecen los valores y los vínculos afectivos, sino que también contribuyen al desarrollo cognitivo y emocional de los niños. La estimulación adecuada es vital, ya que estudios indican que la falta de estímulos apropiados puede conducir a retrasos en varias áreas del desarrollo infantil (López, 2024)

Otra estrategia esencial es la gestión del uso de aparatos electrónicos por parte de los padres. Investigaciones han mostrado que estos dispositivos pueden distraer a los adultos, limitando su capacidad para crear y mantener vínculos emocionales con sus hijos. Cuanto más tiempo pasan los padres con sus teléfonos u otros dispositivos, menor es la conexión con los niños. Es fundamental que los padres estén plenamente presentes durante el tiempo de calidad, observando y respondiendo a las necesidades y comportamientos de sus hijos. Este enfoque consciente no solo hace que los niños se sientan valorados y comprendidos, sino que también motiva un desarrollo emocional positivo y una sensación de seguridad. Es importante que los padres planifiquen y estructuren estos momentos de calidad, asegurándose de que se conviertan en una parte regular de la rutina familiar. Esto puede incluir actividades al aire libre, manualidades, juegos educativos o simplemente tiempo dedicado a hablar y escuchar a los niños. Al integrar estas prácticas en la vida diaria, los padres no solo fortalecen sus relaciones con sus hijos, sino que también establecen una base sólida para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales que serán cruciales a lo largo de la vida del niño (López, 2024)

Definición del Desarrollo Socioemocional y Regulación Emocional

El desarrollo socioemocional incluye habilidades sociales, regulación emocional y la formación de un apego seguro. Olhaberry y Sieverso (2022) explican que estas competencias varían con la edad y son esenciales para adaptarse, crecer y desarrollarse adecuadamente. La capacidad de experimentar y gestionar distintas emociones permite a los niños reconocer cambios en sí mismos y en su entorno, facilitando su integración social y emocional. La capacidad de los niños para regular adecuadamente sus emociones e interactuar con los demás es una parte crucial del desarrollo socioemocional, fundamental para su bienestar general. Los niños que

pueden regular mejor sus emociones son considerados más eficaces para enfrentar las situaciones de la vida. Definir en qué consiste el desarrollo socioemocional no es fácil, ya que varía de una etapa a otra. Lo que es aceptable en una etapa puede no serlo en otra, y además está influenciado por el entorno y la cultura, de modo que todo varía dependiendo del contexto en el que se desarrolle el niño (Olhaberry y Sieverso, 2022).

La regulación emocional se refiere a la capacidad de las personas para modificar y controlar la intensidad, duración y forma de sus respuestas emocionales. Experimentar una variedad de emociones y reconocerlas tanto en nosotros mismos como en los demás es esencial para desarrollar esta habilidad. Al identificar y comprender nuestras emociones, podemos reaccionar de manera más efectiva ante eventos complejos que podrían afectar nuestra calidad de vida. Lograr una correcta regulación emocional implica controlar las reacciones impulsivas y actuar basándose en metas y objetivos claros. La capacidad de los niños para regular sus emociones está estrechamente vinculada al tiempo de calidad que pasan con sus padres. Andrés et al. (2020) explican que las interacciones positivas y consistentes con los padres ayudan a los niños a desarrollar estrategias efectivas para manejar el estrés y la frustración. Estas experiencias también fomentan la resiliencia, permitiendo a los niños enfrentar desafíos emocionales de manera más efectiva (Andrés et al., 2020).

Para fomentar esta habilidad, es útil practicar técnicas de autocontrol, así como desarrollar una mayor empatía hacia los demás. Estas prácticas no solo ayudan a gestionar nuestras propias emociones, sino que también mejoran las interacciones sociales y la capacidad para resolver conflictos de manera constructiva. La regulación emocional no solo contribuye a nuestro bienestar personal, sino que también fortalece nuestras relaciones y nuestra capacidad para enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y claridad (Olhaberry y Sieverso, 2022).

Estrategias para Promover el Desarrollo Socioemocional

Las emociones son respuestas internas que se generan como reacción a diversos acontecimientos y se experimentan de manera única en cada individuo. En el contexto del desarrollo socioemocional de los niños, se han identificado cinco habilidades clave que son fundamentales para una vida saludable y equilibrada: la empatía, el autoconocimiento, el manejo de emociones, la resolución de conflictos y

la toma de decisiones. Estas habilidades no solo facilitan las interacciones sociales, sino que también son cruciales para el bienestar emocional y el desarrollo personal. La estrategia más efectiva para ayudar a los niños a adquirir y perfeccionar estas habilidades es a través del juego. El juego es una herramienta poderosa que permite a los niños explorar y entender sus emociones, experimentar con diferentes roles y situaciones, y aprender a manejar los desafíos de manera segura y constructiva (Mendoza, 2022)

Para fomentar la empatía, los padres y educadores pueden involucrar a los niños en juegos de roles y actividades que promuevan la comprensión y el respeto por las emociones y perspectivas de los demás. Por ejemplo, los cuentos y dramatizaciones pueden ser efectivos para enseñarles a identificar y respetar las emociones de otros. El autoconocimiento puede ser cultivado mediante actividades que inviten a los niños a reflexionar sobre sus propios sentimientos y comportamientos. Esto puede incluir la creación de diarios de emociones, donde los niños escriban o dibujen sobre sus experiencias emocionales diarias. El manejo de emociones se puede enseñar a través de juegos que simulen situaciones en las que los niños deban practicar la regulación emocional, como ejercicios de respiración o técnicas de relajación. La resolución de conflictos y la toma de decisiones, por otro lado, se pueden abordar a través de juegos cooperativos y actividades grupales que requieran que los niños trabajen juntos para resolver problemas y tomar decisiones (Mendoza, 2022)

Es crucial que estas actividades sean parte de la rutina diaria, permitiendo que los niños practiquen y refinen estas habilidades en un entorno seguro y apoyado. Los padres y cuidadores deben estar atentos y ser proactivos, brindando un entorno que fomente la expresión abierta de sentimientos y la reflexión sobre las experiencias emocionales. Además, es importante que se modelen comportamientos positivos, ya que los niños aprenden mucho observando a los adultos en su vida (Mendoza, 2022)

Teoría del Apego de Bowlby

John Bowlby desarrolló la teoría del apego, la cual describe el efecto que las experiencias tempranas y la relación con la primera figura de apego tienen en el desarrollo del niño. Según Bueno (2020), las interacciones significativas y consistentes con los padres promueven la formación de un apego seguro, proporcionando una base de seguridad desde la cual los niños pueden explorar el mundo y desarrollar su independencia. Un apego seguro está asociado con mejores resultados emocionales y sociales en los niños (Bueno, 2020).

En la teoría del apego de Bowlby (1970), se destaca la importancia de la formación de vínculos emocionales fuertes entre los niños y sus cuidadores. Bowlby sugiere que este apego se establece con una figura que el niño percibe como más capaz de enfrentar el mundo, proporcionando así un sentido de seguridad. Este vínculo es crucial para el desarrollo emocional y social del niño, ya que le permite sentirse seguro y protegido, lo que a su vez le facilita explorar su entorno con confianza. El apego comienza a formarse durante el primer año de vida y, en muchos casos, persiste a lo largo de toda la vida. Hacia los seis u ocho meses, los niños suelen mostrar una preferencia clara por sus padres o cuidadores principales. Durante este periodo, es común que desarrollen una reacción de ansiedad ante la separación y un temor a los extraños. Estos comportamientos indican un reconocimiento creciente de la importancia de la figura de apego como fuente de seguridad y consuelo. (Gutiérrez, 2020)

La teoría del apego subraya la importancia de la respuesta sensible y adecuada de los cuidadores a las señales del niño. Esta sensibilidad ayuda al niño a desarrollar una "base segura", desde la cual puede aventurarse a explorar el mundo, sabiendo que puede regresar a un lugar seguro cuando lo necesite. Esta exploración es crucial para el desarrollo cognitivo y emocional, ya que permite al niño aprender sobre su entorno y desarrollar habilidades de resolución de problemas. A medida que el niño crece, las experiencias de apego pueden influir en su capacidad para enfrentar desafíos y desarrollar resiliencia. Un apego seguro puede ser un factor protector que ayuda al niño a manejar el estrés y a desarrollar relaciones sociales saludables, mientras que un apego inseguro puede predisponerlo a problemas emocionales y conductuales. (Gutiérrez, 2020)

John Bowlby, a través de sus investigaciones, observó un fenómeno perturbador en orfanatos: algunos niños, a pesar de estar físicamente sanos, bien alimentados e hidratados, fallecían. La neurociencia ha ayudado a esclarecer que estos trágicos casos no se debían a una falta de cuidado físico, sino a la ausencia de una necesidad psicológica fundamental: el vínculo afectivo con un adulto. La carencia de esta conexión esencial genera en los niños niveles críticos de estrés, ansiedad y miedo, factores que pueden comprometer gravemente su bienestar físico y emocional. Bowlby subrayó que la necesidad de apego es intrínseca al ser humano y emerge desde el nacimiento. Los niños nacen con una predisposición natural a formar lazos afectivos con figuras adultas, ya que estos vínculos les proporcionan seguridad y confort, elementos cruciales para su desarrollo saludable. Cuando esta necesidad de apego no se satisface, los niños experimentan una profunda insatisfacción que puede escalar a niveles extremos de estrés y ansiedad. Este estado emocional adverso no solo afecta su desarrollo psicológico y social, sino que en situaciones extremas puede llevar a consecuencias físicas severas, incluyendo la pérdida de vida (Barroso 2019)

La falta de apego puede impedir el desarrollo adecuado del cerebro y del sistema nervioso. La interacción afectiva no solo nutre el bienestar emocional del niño, sino que también estimula procesos neurobiológicos esenciales para su crecimiento cognitivo y emocional. La falta de estímulos afectivos adecuados puede llevar a un desarrollo cerebral inadecuado, afectando áreas cruciales como la regulación de emociones, el manejo del estrés y la capacidad de formar relaciones saludables en el futuro (Barroso 2019)

Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erikson

Erikson teorizó que el desarrollo humano progresa a través de un ciclo vital compuesto por ocho etapas evolutivas. Erskine y Burgos (2020) señalan que en las primeras etapas, la confianza y la autonomía son fundamentales. Los niños que reciben atención constante y afectuosa de sus padres desarrollan un sentido de confianza y seguridad, lo que es esencial para su desarrollo emocional y social. Según Erikson (1958, 1969), el concepto de "self" es un proceso de maduración que implica la búsqueda de la identidad, el cual se extiende a lo largo de varias etapas evolutivas. La personalidad de un individuo está influenciada por el éxito de las actividades personales y grupales en cada una de estas etapas del desarrollo. Estas

 095 888 5323

tareas y actividades representan momentos cruciales de vulnerabilidad y conflicto interpersonal, que pueden tener un impacto significativo en la formación de la identidad. Erikson destaca la importancia del entorno social en el desarrollo del self. Las interacciones con la familia, los amigos, la comunidad y la sociedad en general juegan un papel crucial en la manera en que un individuo navega por estos conflictos y tareas evolutivas. Un entorno de apoyo y comprensión puede facilitar el desarrollo positivo del self, mientras que un entorno negativo puede dificultar este proceso (Erskine y Burgos, 2020).

Erikson (1963). Confianza versus desconfianza es una etapa crucial en el desarrollo temprano, que comienza incluso antes del nacimiento. Las actitudes de la madre hacia el bebé durante el embarazo y el parto tienen un impacto significativo en las respuestas del recién nacido. Una vez que el bebé nace, la madre comienza a responder a sus necesidades tanto físicas como emocionales. Cuando todas las necesidades del niño son satisfechas y se busca activamente su bienestar y seguridad, el niño aprende a confiar en su madre, en sí mismo y en el mundo que lo rodea. Este proceso de establecer confianza es fundamental, ya que sienta las bases para una relación segura y positiva con el entorno. Si el niño percibe consistencia y cuidado en sus primeras interacciones, desarrollará una sensación de seguridad y confianza que influirá en sus relaciones futuras y en su capacidad para enfrentar desafíos. La etapa de confianza versus desconfianza es un período fundamental en el que las respuestas y actitudes de los cuidadores influyen profundamente en el desarrollo emocional del niño. Proporcionar un entorno de cuidado, seguridad y consistencia permite al niño construir una base sólida de confianza que beneficiará todas las áreas de su vida futura (Erskine y Burgos, 2020).

Autonomía versus Vergüenza y Duda es una etapa crucial en el desarrollo infantil que, según Erikson, ocurre aproximadamente entre los 18 meses y los 3 años de edad. Durante esta fase, los niños buscan tomar sus propias decisiones y desarrollar su sentido de autonomía. En esta etapa, los niños son exploradores naturales, realizando actividades a su manera y a su propio ritmo. Aunque están ansiosos por independizarse, siguen necesitando el apoyo constante de sus padres o cuidadores para sentirse seguros y protegidos. La calidad de la autonomía que desarrolla el niño está intrínsecamente ligada a la cantidad de independencia que los padres le permiten experimentar. Los padres y cuidadores deben encontrar un

equilibrio entre permitir la exploración y proporcionar un ambiente seguro y controlado. Es crucial que los adultos ofrezcan oportunidades para que el niño tome decisiones y realice tareas por sí mismo, como vestirse, elegir sus juguetes o intentar alimentarse solo. Este tipo de independencia, supervisada y apoyada, fortalece la confianza del niño en sus propias habilidades y fomenta un sentido de control sobre su entorno. La forma en que los padres responden a los errores y fracasos del niño es fundamental. Un entorno que vea los errores como oportunidades de aprendizaje, en lugar de razones para la crítica, ayudará al niño a desarrollar una actitud saludable hacia los desafíos y las dificultades. Los padres deben ofrecer aliento y comprensión, demostrando que los errores son una parte natural del proceso de aprendizaje (Erskine y Burgos, 2020).

En la etapa de Iniciativa versus Culpa, descrita por Erikson (1963), que se extiende aproximadamente desde los 3 años y medio hasta los 6 años, los niños comienzan a desarrollar su capacidad para iniciar actividades por sí mismos. Esta fase es caracterizada por un deseo creciente de satisfacer su imaginación a través de actividades lúdicas. Los niños buscan activamente la compañía de otros para jugar, lo que les proporciona un espacio para expresar su creatividad y explorar nuevas ideas. Durante este período, el comportamiento de los niños se manifiesta en acciones repetitivas y enérgicas, reflejando un alto nivel de curiosidad y una necesidad constante de descubrir y comprender el mundo que los rodea. A través del juego, los niños asumen diversos roles, proyectando sus deseos y preocupaciones en las actividades que realizan. Esta exploración de roles es fundamental para el desarrollo de su identidad y para la comprensión de las dinámicas sociales (Erskine y Burgos, 2020).

La iniciativa en esta etapa se observa en la forma en que los niños proponen juegos, sugieren actividades y muestran liderazgo en sus interacciones con los demás. La creatividad se manifiesta en la invención de historias, la construcción de escenarios de juego y la creación de reglas propias para sus actividades. Este tipo de comportamiento no solo refleja su capacidad imaginativa sino también su deseo de controlar y entender su entorno. Sin embargo, esta búsqueda de iniciativa puede encontrarse con desafíos. Si los niños son reprimidos o se les hace sentir culpables por sus intentos de explorar y experimentar, pueden desarrollar un sentido de culpa que limita su capacidad para tomar iniciativas futuras. Es crucial que los padres y

educadores apoyen y alienten la curiosidad natural y la creatividad de los niños, proporcionando un entorno seguro donde puedan experimentar sin miedo al castigo o a la desaprobación. Los adultos juegan un papel fundamental al responder positivamente a las iniciativas de los niños, validando sus esfuerzos y ofreciendo orientación sin imponer excesivas restricciones. Este apoyo permite que los niños desarrollen una confianza en sí mismos y en sus habilidades para influir en su entorno. Fomentar un ambiente donde se celebren la exploración y la creatividad ayuda a los niños a construir una base sólida para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales que les serán útiles a lo largo de su vida (Erskine y Burgos, 2020).

Desarrollo de la Empatía

El desarrollo de la empatía está influenciado tanto por factores genéticos como ambientales. Aunque existe una predisposición genética, los procesos cognitivos y emocionales que subyacen a la empatía se desarrollan en gran medida a través de la imitación. Esto significa que la relación con los padres y cuidadores no solo moldea características físicas y comportamentales, sino que también influye profundamente en el desarrollo social, la personalidad y los valores familiares. Neurológicamente, este proceso se relaciona con la activación de las neuronas espejo, que permiten a las personas experimentar emociones al observar las emociones de los demás. Este mecanismo es fundamental para la empatía, ya que facilita la comprensión y resonancia emocional con las experiencias de otros. En cuanto a las diferencias de género en el desarrollo de la empatía, investigaciones han demostrado que las niñas tienden a mostrar una mayor respuesta empática desde una edad temprana. Por ejemplo, se ha observado que las bebés son más propensas a llorar al ver o escuchar a otros llorar, lo que sugiere una sensibilidad mayor a las emociones de los demás. Esta capacidad empática, tanto afectiva como cognitiva, parece desarrollarse de manera más rápida en las niñas, lo cual podría estar asociado con una mayor activación de las neuronas (Núñez, et al., 2021)

Por otro lado, en los niños, se ha encontrado que aquellos con madres que tienen una alta conciencia emocional tienden a ser más empáticos. Esto sugiere que la capacidad de empatizar en los niños también puede estar influenciada por el entorno emocional proporcionado por sus cuidadores. La calidad de las interacciones y la capacidad de los padres para modelar respuestas emocionales apropiadas son

 095 888 5323

cruciales para el desarrollo de la empatía en los niños. Estas diferencias en el desarrollo de la empatía no solo subrayan la importancia de los factores ambientales y genéticos, sino que también resaltan la influencia de las normas de género y la socialización en la formación de las respuestas empáticas. Entender estos factores es vital para promover un desarrollo emocional saludable y fomentar una mayor empatía en ambos géneros (Núñez, et al., 2021)

Manejo del estrés y la frustración

Entre las diversas emociones que las personas pueden experimentar se encuentra la frustración, definida como una respuesta conductual, fisiológica, emocional y neuronal del organismo. Esta reacción surge cuando una persona enfrenta una desvalorización inesperada de sus expectativas o metas. Para comprender mejor el funcionamiento de la frustración, se han realizado estudios con niños, en los cuales se observó cómo la omisión o retraso de recompensas positivas influía en sus respuestas emocionales. Los primeros estudios sobre la frustración se llevaron a cabo con recién nacidos, mostrando que la cantidad de agua que los bebés bebían de un biberón disminuía si previamente habían recibido agua con azúcar, pero no si siempre habían recibido solo agua. Este hallazgo indica que los seres humanos tienen la capacidad de memorizar y anticipar lo que van a recibir, basándose en experiencias previas. Esta capacidad sugiere que desde el nacimiento existe un desarrollo neuronal que permite la formación de expectativas a partir de recuerdos y su comparación con la realidad actual, lo que a su vez provoca una reacción emocional (Hernández, et al., 2019)

Estos estudios subrayan la importancia de las primeras experiencias en el desarrollo emocional y cognitivo de los individuos. La frustración, aunque puede parecer una emoción negativa, juega un papel crucial en el aprendizaje y la adaptación, enseñando a los individuos a manejar la decepción y ajustar sus expectativas. Entender cómo se desarrolla y se manifiesta la frustración desde una edad temprana nos permite abordar mejor el bienestar emocional y el desarrollo resiliente de los niños, ayudándoles a enfrentar desafíos y a gestionar sus emociones de manera saludable. (Hernández, et al., 2019)

La capacidad de manejar la frustración desde una edad temprana tiene implicaciones a largo plazo en la vida de una persona. Aquellos que desarrollan

habilidades efectivas para gestionar esta emoción tienden a ser más resiliente frente a los obstáculos y desafíos futuros. Esta resiliencia no solo facilita la adaptación a situaciones adversas, sino que también fortalece la capacidad de tomar decisiones informadas y de perseverar en la consecución de metas a pesar de las dificultades. Es fundamental que los programas educativos y de crianza incluyan estrategias para enseñar a los niños cómo reconocer y manejar la frustración de manera constructiva. La educación emocional, que incluye el desarrollo de habilidades como la regulación emocional, la empatía y la resolución de problemas, debe ser un componente clave en el currículo educativo y en las prácticas parentales. Al fomentar un enfoque positivo hacia la frustración y el estrés, ayudamos a los niños a desarrollar una mentalidad de crecimiento, donde los errores y fracasos se ven como oportunidades para aprender y mejorar. Este enfoque no solo mejora el bienestar emocional de los niños, sino que también sienta las bases para un desarrollo personal y profesional exitoso en su vida adulta (Hernández, et al., 2019).

La comprensión y gestión de la frustración son habilidades fundamentales que deben cultivarse desde la infancia. Proporcionar un entorno que valide sus sentimientos, ofreciendo herramientas y estrategias para superar los momentos difíciles, es esencial para su desarrollo integral. El papel de padres, educadores y cuidadores es crucial para modelar respuestas positivas a la frustración y ayudar a los niños a ver los desafíos como oportunidades de crecimiento y aprendizaje. Esto no solo contribuye al desarrollo de una salud mental robusta, sino que también prepara a los niños para una vida adulta más equilibrada y exitosa (Hernández, et al., 2019)

Vínculos Afectivos Seguros

Es fundamental que durante los primeros meses de vida se establezca una relación afectiva y emocional sólida a través de caricias, miradas y contacto piel a piel. Este vínculo emocional es crucial en todas las etapas de la vida, ya que contribuye significativamente a la formación de la identidad y personalidad del individuo. En el desarrollo de este vínculo, se establece una dinámica entre el niño y su cuidador principal, en la cual el niño aprende a regular sus emociones frente a diversas circunstancias, mientras el cuidador lo apoya y guía para enfrentar dichas situaciones. La familia desempeña un papel esencial en el desarrollo adecuado del niño, siendo responsable de proporcionarle un entorno en el que se sienta seguro y protegido. Este vínculo afectivo no solo influye en la infancia, sino que también

 095 888 5323

tiene repercusiones a lo largo de toda la vida, afectando la capacidad del individuo para formar relaciones saludables y manejar el estrés. Para que este vínculo se fortalezca, es crucial que la madre o el cuidador mantengan una relación constante y estable con el niño, fomentando un apego seguro. El apego es un componente esencial del desarrollo emocional, ya que permite al niño desarrollar confianza en sí mismo y en los demás, facilitando un crecimiento óptimo. Un apego seguro proporciona una base desde la cual el niño puede explorar el mundo, sabiendo que cuenta con un respaldo emocional firme. Esta seguridad interna es vital para el desarrollo de habilidades sociales, la regulación emocional y el bienestar general del niño, que se reflejarán en su vida adulta (Cordero, 2022)

Es importante reconocer que los vínculos afectivos seguros no se desarrollan de manera automática; requieren tiempo, atención y esfuerzo consciente por parte de los cuidadores. La calidad de las interacciones diarias, como la respuesta a las necesidades del niño, la consistencia en la atención y la sensibilidad ante sus señales emocionales, son fundamentales para fortalecer este vínculo. Los estudios han demostrado que los niños con un apego seguro tienden a tener una mayor autoestima, mejor rendimiento académico y relaciones interpersonales más saludables. Por otro lado, la ausencia de un vínculo afectivo adecuado puede llevar a problemas emocionales y conductuales en el futuro. Es esencial que los cuidadores reciban apoyo y educación para desarrollar habilidades parentales efectivas, promoviendo un ambiente familiar que favorezca el desarrollo emocional positivo. La sociedad en general debe valorar y apoyar la importancia del tiempo de calidad y la conexión emocional en la crianza, proporcionando recursos y políticas que permitan a los padres cumplir con este rol fundamental. (Cordero, 2022)

CAPITULO III

3. METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque de Investigación

La investigación se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo debido a la necesidad de medir y analizar datos numéricos para obtener resultados precisos y generalizables. Este enfoque es particularmente adecuado para estudios en el campo de la salud, donde se buscan relaciones causales y descriptivas entre variables. (Parreño Urquiza, 2016)

Este proyecto de investigación adopto un enfoque cuantitativo, basado en la recolección y análisis de datos numéricos para evaluar el tiempo de calidad compartido por padres e hijos y su influencia en el desarrollo socioemocional en niños de uno a tres años hijos de trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España. La elección de este enfoque permitió la obtención de resultados objetivos y generalizables.

3.2 Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación es de tipo correlacionar. Este diseño es adecuado para explorar la relación entre las variables independientes (Tiempo de calidad) y la variable dependiente (Desarrollo Socioemocional)

3.3 Cuestionario o Instrumentos Utilizados

La presente investigación utilizo un cuestionario estructurado con escala de Likert para medir las diferentes dimensiones e indicadores de ambas variables.

3.4 Población

La población objetivo de esta investigación está constituida por trabajadores del Instituto Tecnológico Superior Universitario España, con hijos en edades de uno a tres años.

3.5 Muestreo

Para la selección se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Este método es adecuado ya que permite la recolección de datos de manera y rápida

y eficiente cuando los recursos y el tiempo son limitados.

3.5.1. Criterios de Inclusión

- Trabajar en el Instituto Tecnológico Superior Universitario España
- Padres y madres con niños en edades de uno a tres años
- Residir en la ciudad de Ambato
- Estar dispuestos a participar voluntariamente en la investigación

3.6 Recursos

- Recursos humanos
- Investigador
- Director
- Participantes
- Recursos Materiales
- Encuesta en línea
- Computadora
- Papelería y suministro de oficina
- Artículos de revistas científicas

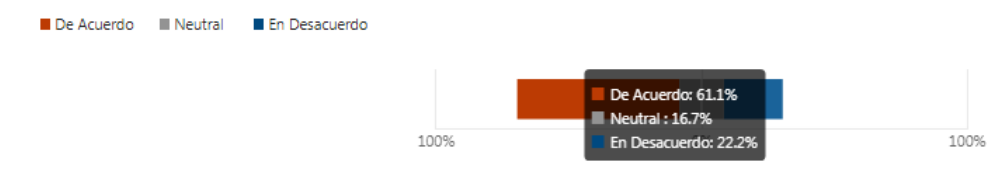
CAPITULO IV

4. ANALISIS DE RESULTADOS

4.1.Tabulación e interpretación de encuestas.

Figura 1

¿Dedico al menos 20 horas semanales a actividades con mi hijo/a?



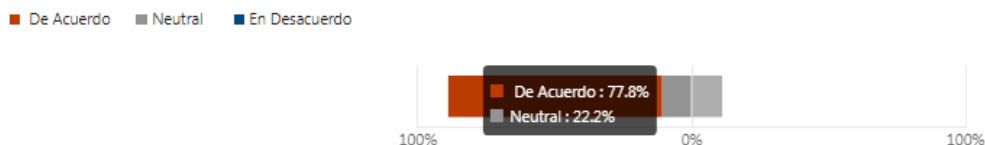
Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; Nota. En base a la variable de Tiempo de Calidad. La figura muestra si los padres dedican al menos 20 horas semanales a actividades con su hijo. Fuente: Investigación propia.

La gráfica muestra que muchos de los padres (61.1%) está de acuerdo en que dedican al menos 20 horas semanales a actividades con sus hijos, lo que indica un alto nivel de compromiso con el tiempo de calidad en familia. Un 16.7% de los padres se muestra neutral, lo que sugiere cierta incertidumbre o variabilidad en sus rutinas semanales. Por otro lado, un 22.2% de los padres está en desacuerdo, lo que refleja dificultades para encontrar el tiempo suficiente debido a diversas responsabilidades. Estos resultados destacan la importancia de apoyar a los padres con recursos y estrategias que les permitan equilibrar sus responsabilidades y optimizar el tiempo dedicado a sus hijos, fortaleciendo así el desarrollo socioemocional de los niños.

Figura 2

¿Participó en las rutinas diarias de mi hijo/a, como el baño y la alimentación?

Rbn,-m

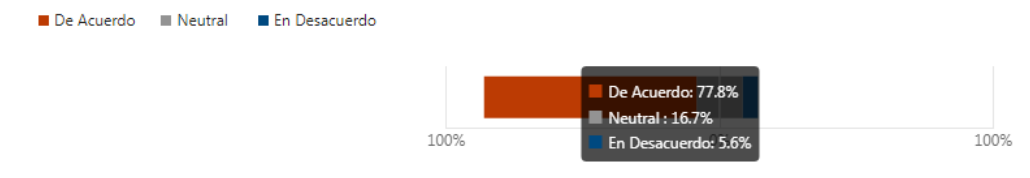


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base en la variable Tiempo de Calidad. La figura muestra si los padres participan en rutinas diarias con sus hijos. Fuente: Investigación propia.

Una gran cantidad de los padres (77.8%) está de acuerdo en que participa en las rutinas diarias de sus hijos, como el baño y la alimentación, lo que refleja un alto nivel de compromiso con el cuidado y bienestar diario de sus hijos. Un 22.2% de los padres se muestra neutral, lo que podría indicar que su participación en estas actividades no es constante o que tienen dudas sobre su nivel de involucramiento. Estos resultados sugieren que, en general, los padres están activamente involucrados en las rutinas diarias de sus hijos, lo cual es crucial para el desarrollo socioemocional y la creación de vínculos fuertes y saludables. Sin embargo, es importante seguir apoyando a los padres que se sienten neutrales para que puedan incrementar su participación y asegurar una mayor consistencia en su involucramiento diario.

Figura 3

¿Realizo actividades como juegos, lectura, comidas y paseos con mi hijo/a regularmente?

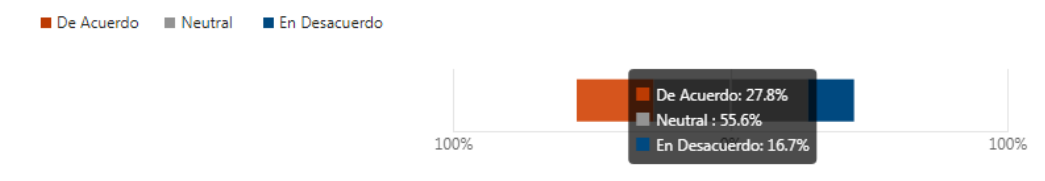


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Tiempo de Calidad. La figura muestra si los padres realizan actividades con sus hijos. Fuente: Investigación propia.

La grafica nos indica que mayoría de los padres (77.8%) está de acuerdo en que realiza actividades como juegos, lectura, comidas y paseos con sus hijos de manera regular, lo que sugiere un fuerte compromiso con el tiempo de calidad y la participación activa en la vida diaria de sus hijos. Un 16.7% de los padres se muestra neutral, indicando que pueden no tener una rutina consistente o que sus niveles de participación varían. Solo un 5.6% está en desacuerdo, lo que indica una minoría que podría enfrentar dificultades para integrar estas actividades en su rutina. Estos resultados subrayan la importancia de continuar promoviendo la participación activa de los padres en diversas actividades con sus hijos, para fortalecer los lazos familiares y apoyar el desarrollo integral de los niños.

Figura 4

¿Participó activamente en actividades de estimulación temprana con mi hijo/a?

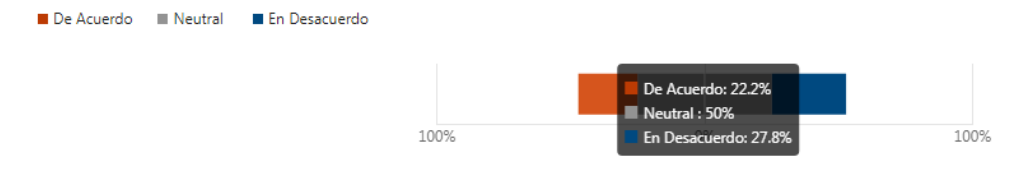


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Tiempo de Calidad. La figura muestra si los padres participan en actividades de estimulación temprana. Fuente: Investigación propia.

Los resultados indican que solo el 27.8% de los padres participa activamente en actividades de estimulación temprana con sus hijos, lo que resalta una necesidad de mayor concienciación sobre la importancia de estas actividades en el desarrollo infantil. Un 55.6% de los padres se mantiene neutral, lo cual puede sugerir que no están plenamente convencidos de los beneficios o simplemente no están seguros de cómo participar eficazmente. Por otro lado, un 16.7% de los padres está en desacuerdo, lo que podría reflejar una falta de tiempo, recursos o conocimiento sobre cómo llevar a cabo la estimulación temprana. Estos resultados sugieren la importancia de ofrecer más información y recursos a los padres para fomentar una participación más activa en actividades que potencien el desarrollo temprano de sus hijos.

Figura 5

¿Durante las actividades con mi hijo/a, evito el uso de dispositivos electrónicos y otras distracciones?

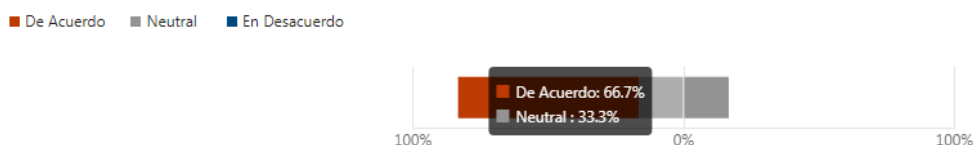


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Tiempo de Calidad. La figura muestra si los padres tienen distracciones durante las actividades que realizan con sus hijos. Fuente Investigación propia.

Los resultados indican que una minoría de los encuestados (22.2%) afirma que evita el uso de dispositivos electrónicos y otras distracciones durante las actividades con sus hijos/as. La mitad de los encuestados (50%) se mantiene neutral, lo que sugiere una falta de una posición clara o que el uso de dispositivos podría depender del contexto o la situación. Finalmente, el 27.8% de los encuestados está en desacuerdo, lo que implica que un grupo significativo no evita estas distracciones. Esto puede reflejar la dificultad de separar el uso de la tecnología en la vida diaria, incluso durante el tiempo con los hijos.

Figura 6

¿Mantengo una comunicación de calidad con mi hijo/a, escuchándolo/a activamente y respondiendo a sus emociones?

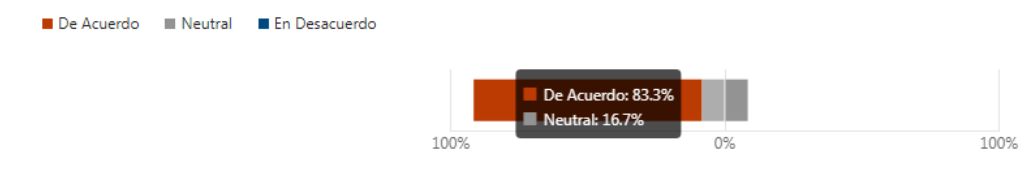


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024;. En base a la variable Tiempo de Calidad La figura muestra si los padres mantienen una comunicación de calidad con sus hijos. Fuente Investigación propia.

Estos resultados muestran que una clara mayoría de los encuestados (66.7%) está de acuerdo en que mantienen una comunicación de calidad con sus hijos/as. Un tercio de los encuestados (33.3%) se mantiene neutral, lo que podría indicar una falta de certeza o variabilidad en la percepción de su comunicación con sus hijos. Es significativo que ninguno de los encuestados esté en desacuerdo, lo que sugiere que todos, en mayor o menor medida, consideran que tienen al menos un nivel aceptable de comunicación con sus hijos/as. Este hallazgo resalta la importancia que los encuestados le dan a la calidad de la comunicación con sus hijos y su compromiso con el apoyo emocional.

Figura 7

¿Mi hijo/a interactúa de manera positiva con otros niños y adultos?

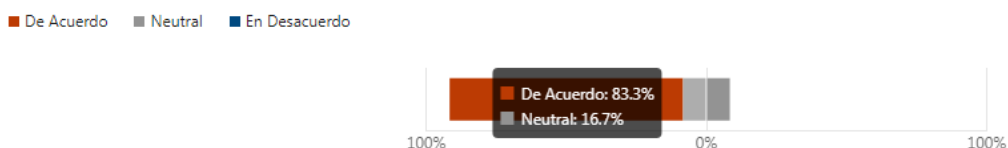


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños interactúan de manera positiva. Fuente Investigación propia.

Estos resultados muestran que una abrumadora parte de los encuestados (83.3%) está de acuerdo en que sus hijos/as interactúan positivamente con otros niños y adultos. El 16.7% de los encuestados se mantiene neutral, lo que sugiere que algunos podrían no estar seguros o considerar que las interacciones varían según la situación. Es notable que ninguno de los encuestados esté en desacuerdo, lo que indica que no hay preocupaciones significativas sobre la calidad de las interacciones sociales de sus hijos. Este hallazgo destaca la confianza general de los padres en las habilidades sociales de sus hijos y en su capacidad para relacionarse de manera positiva con los demás.

Figura 8

¿Mi hijo/a participa en juegos cooperativos y comparte con otros niños?



Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños participan en juegos cooperativos.

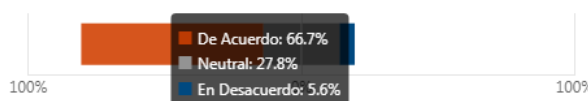
Fuente: Investigación propia.

Estos resultados muestran que una gran parte de los encuestados (83.3%) está de acuerdo en que sus hijos/as participan en juegos cooperativos y comparten con otros niños. Un 16.7% de los encuestados se mantiene neutral, lo que podría indicar una falta de certeza o una percepción de variabilidad en estas conductas dependiendo de la situación. Es significativo que ninguno de los encuestados esté en desacuerdo, lo que sugiere que no existen preocupaciones notables sobre la capacidad de sus hijos/as para colaborar y compartir en juegos con otros niños. Este hallazgo resalta la confianza de los padres en las habilidades cooperativas de sus hijos y su disposición para participar activamente en actividades sociales y compartidas.

Figura 9

¿Mi hijo/a responde emocionalmente de manera apropiada ante situaciones nuevas?

■ De Acuerdo ■ Neutral ■ En Desacuerdo

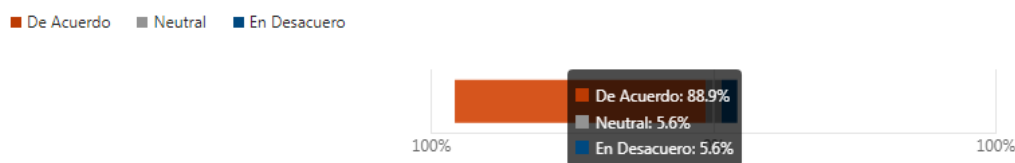


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños responden emocionalmente a situaciones nuevas. Fuente. Investigación propia

Estos resultados muestran que la mayoría de los encuestados (66.7%) está de acuerdo en que sus hijos/as responden emocionalmente de manera apropiada ante situaciones nuevas. Un porcentaje significativo (27.8%) se mantiene neutral, lo que podría indicar una falta de certeza o variabilidad en cómo perciben las respuestas emocionales de sus hijos en diferentes situaciones. Un pequeño porcentaje (5.6%) está en desacuerdo, lo que sugiere que algunos padres tienen preocupaciones sobre la capacidad de sus hijos/as para manejar emocionalmente situaciones nuevas. Estos resultados indican que, en general, los padres confían en la capacidad de sus hijos para adaptarse emocionalmente a nuevos entornos y experiencias, aunque existe una minoría que observa dificultades en este aspecto.

Figura 10

¿Mi hijo/a es capaz de expresar sus emociones a través de llanto, risa y enfado?

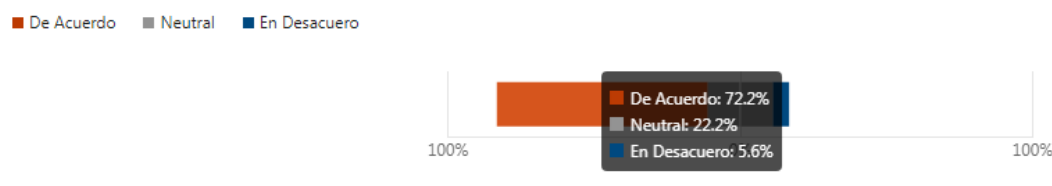


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños son capaces de expresar sus emociones. Fuente. Investigación propia.

Estos resultados indican que una gran mayoría de los encuestados (88.9%) considera que sus hijos son capaces de expresar sus emociones de manera efectiva a través del llanto, la risa y el enfado. Un pequeño porcentaje de los encuestados (5.6%) tiene una opinión neutral sobre esta capacidad, mientras que otro 5.6% no está de acuerdo con que sus hijos puedan expresar sus emociones de esta manera. La opinión predominante es que los niños son capaces de expresar sus emociones básicas claramente.

Figura 11

¿Mi hijo/a muestra actitudes de apego con una persona?

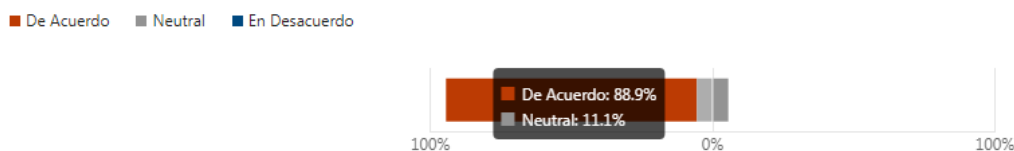


Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños muestran actitudes de apego. Fuente. Investigación propia.

Estos resultados indican que buena parte de los encuestados (72.2%) está de acuerdo en que sus hijos muestran actitudes de apego con una persona, lo cual sugiere que los niños tienen la capacidad de formar vínculos afectivos. Un 22.2% de los encuestados tiene una opinión neutral al respecto, lo que puede implicar que observan comportamientos de apego en sus hijos de manera ocasional o en menor medida. Solo un 5.6% de los encuestados no está de acuerdo con que sus hijos demuestren estas actitudes de apego. Los resultados reflejan que la mayoría de los padres observa en sus hijos la habilidad de desarrollar relaciones de apego con otras personas.

Figura 12

¿Mi hijo/a muestra comportamientos de apego seguro, buscando proximidad y consuelo en la figura de apego?



Nota: Elaboración propia; Ariza, L 2024; En base a la variable Desarrollo Socioemocional. La figura muestra si los niños muestran comportamientos de apego seguro. Fuente. Investigación propia.

Estos resultados indican que muchos de los encuestados (88.9%) está de acuerdo en que sus hijos muestran comportamientos de apego seguro, como buscar proximidad y consuelo en su figura de apego. Esto sugiere que la mayoría de los niños demuestran sentirse seguros y confiados al buscar apoyo y consuelo de sus cuidadores principales. Un 11.1% de los encuestados se mantiene neutral, lo que podría implicar que no observan consistentemente estos comportamientos en sus hijos o que los ven en menor medida. No hubo encuestados en desacuerdo, lo cual refuerza la percepción general de que los niños tienden a mostrar comportamientos de apego seguro. Estos resultados reflejan una tendencia positiva hacia el desarrollo de relaciones de apego seguro en los niños.

4.2. Discusiones de Resultados

Se utilizó como técnica una encuesta y como instrumento un cuestionario donde se resalta la influencia en el tiempo de calidad que los padres dedican a sus hijos y su importancia crucial para el desarrollo socioemocional de los niños. Este estudio ha demostrado que las interacciones significativas, como jugar, leer o simplemente conversar, son fundamentales para fomentar un ambiente emocional saludable. Según Hernández y Vilugrón (2023), el tiempo de calidad no se mide solo en horas, sino en la calidad de las interacciones, lo que permite desarrollar una autoestima sólida y habilidades sociales. Se ha observado que los niños que experimentan un tiempo de calidad consistente con sus padres tienden a mostrar una

mejor regulación emocional y resiliencia, lo que les ayuda a enfrentar los desafíos de la vida.

Desde un enfoque teórico, la teoría del apego según John Bowlby proporciona un marco esencial para comprender la relevancia del tiempo de calidad. Sostiene Bowlby que un apego seguro, fomentado por interacciones positivas y consistentes entre padres e hijos, es fundamental para el desarrollo emocional y social. Este apego permite a los niños explorar su entorno con confianza, sabiendo que tienen un refugio seguro al que regresar. Señala Gutiérrez (2020) que las experiencias de apego influyen en la capacidad de los niños para manejar el estrés y desarrollar relaciones saludables, lo que subraya la necesidad de que los padres se involucren activamente en la vida de sus hijos.

El análisis de los resultados también revela que la calidad del tiempo compartido no solo depende de la cantidad de actividades realizadas, sino de la atención y el compromiso de los padres durante esos momentos. Aristizábal García y Pedraza (2023) sugieren que, a menudo, los padres intentan compensar la falta de tiempo dedicando a sus hijos a múltiples actividades extracurriculares, lo que puede restar valor a los momentos cotidianos que son igualmente significativos. La clave está en equilibrar las actividades estructuradas con la espontaneidad de los momentos compartidos, asegurando que los niños se sientan valorados y comprendidos en su entorno familiar.

La regulación emocional y las habilidades sociales son componentes críticos del desarrollo socioemocional que se ven beneficiados por el tiempo de calidad. Según Olhaberry y Sieverso (2022) las interacciones positivas con los padres ayudan a los niños a desarrollar competencias para manejar sus emociones y resolver conflictos. La práctica de actividades conjuntas, como juegos y conversaciones significativas, no solo fortalece los vínculos familiares, sino que también contribuye al desarrollo de habilidades esenciales para la vida. En este sentido, es fundamental que los padres reconozcan la importancia de su presencia activa y consciente en la vida de sus hijos, creando un ambiente propicio para su crecimiento emocional y social

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.2 Conclusiones

- La investigación confirma que el tiempo de calidad que los padres dedican a sus hijos tiene un impacto significativo en el desarrollo socioemocional. Este tiempo, caracterizado por la atención plena y la participación activa en actividades conjuntas, fomenta la autoestima, la empatía y la capacidad de regulación emocional. La presencia constante y positiva de los padres facilita el establecimiento de vínculos afectivos seguros, que son fundamentales para el desarrollo integral del niño.
- La investigación revela que la mayoría de los padres está comprometida con el desarrollo socioemocional de sus hijos, dedicando tiempo de calidad y participando activamente en sus rutinas diarias. Sin embargo, se observan áreas de mejora, especialmente en la participación en actividades de estimulación temprana y la minimización de distracciones electrónicas durante el tiempo compartido. Estos resultados subrayan la importancia de fortalecer el apoyo a los padres para fomentar prácticas que promuevan el bienestar emocional y el desarrollo de habilidades sociales desde una edad temprana. La comunicación efectiva y la participación en actividades cooperativas emergen como elementos clave para fortalecer los lazos familiares y apoyar un desarrollo integral.
- Una aplicación móvil puede ser una herramienta poderosa para mejorar el tiempo de calidad, que los padres dedican a sus hijos en el Instituto Tecnológico Superior Universitario España. Al proporcionar consejos diarios y recordatorios sobre la importancia de compartir momentos en familia, la aplicación ayuda a los padres a ser más conscientes y a organizar su tiempo de manera que se ajuste a las necesidades de sus hijos. Al ofrecer sugerencias y recursos prácticos, la aplicación actúa como un aliado en la promoción de interacciones significativas y el fortalecimiento de los lazos familiares.

5.3 Recomendaciones

- Es crucial que los padres reciban educación y formación sobre la importancia del tiempo de calidad y su impacto en el desarrollo socioemocional de sus hijos. Programas educativos, talleres y recursos en línea pueden ayudar a los padres a entender mejor cómo su presencia y participación activa pueden fomentar la autoestima, la empatía y la capacidad de regulación emocional. Es fundamental que los padres reconozcan la necesidad de establecer vínculos afectivos seguros, que son esenciales para el desarrollo integral del niño.
- Teniendo en cuenta que las distracciones electrónicas pueden interferir con la calidad del tiempo compartido, se recomienda que los padres establezcan límites claros sobre el uso de dispositivos electrónicos durante los momentos familiares. Esto incluye tanto el tiempo de pantalla de los niños como el uso de dispositivos por parte de los padres. Crear espacios libres de tecnología durante las comidas, las actividades recreativas y otros momentos clave puede mejorar la comunicación efectiva y fortalecer los lazos familiares.
- Para facilitar a los padres la organización y planificación de actividades de calidad con sus hijos, se recomienda el desarrollo y promoción de aplicaciones móviles que ofrezcan consejos, recordatorios y recursos prácticos. Estos recursos pueden servir como guías para que los padres planifiquen actividades significativas, adapten su tiempo a las necesidades emocionales de sus hijos y reciban apoyo constante en su rol de cuidadores. La incorporación de contenido educativo sobre el desarrollo socioemocional y la promoción de prácticas positivas puede ayudar a los padres a mejorar la calidad de sus interacciones familiares.

BIBLIOGRAFÍA

- Andrés, M. L., Vernucci, S., García Coni, A., Richard's, M. M., Amazzini, M. L., & Paradiso, R. (2020). Regulación emocional. Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Uruguay. Recuperado de http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-42212020000220214&script=sci_arttext
- Aristizábal García, D. M., & Pedraza, Z. (2023). Estrategias de manejo del tiempo. Revista Colombiana de Psicología. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-54072023000200003&script=sci_arttext
- Barrantes, A. (2021). ¿Por qué es tan importante el “Tiempo de Calidad” durante la primera infancia? La nación. <https://www.nacion.com/blogs/cambio-educativo/por-que-es-tan-importante-el-tiempo-de-calidad/452RQTTDBJHRXJIBVJTOH6YFSU/story/>
- Barroso Braojos, O. (2019). Educación para un apego seguro: aproximación para pediatras. Pediatría Atención Primaria. Recuperado de https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1139-76322019000100020&script=sci_arttext
- Bueno, M. (2021). ¿Tiempo de calidad o tiempo en cantidad? Ambos son importantes. Criar con sentido común. Recuperado de <https://www.criarconsentidocomun.com/tiempo-de-calidad-o-tiempo-en-cantidad/>
- Bueno, S. B. (2020). Teoría del apego en la práctica clínica: revisión teórica y recomendaciones. Revista de psicoterapia, 31(116), 169-189. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7484095>

Carbajo, M. (2024). Desarrollo social y emocional en la primera infancia: La importancia de los primeros años. *Acade.*
<https://educacionprivada.org/articulo/2024-05-09/49529>

Cordero Gutiérrez, G. I. (2022). El vínculo afectivo en la infancia como base para el desarrollo global de la persona. *Verdad Activa*. Recuperado de https://revista.usalesiana.edu.bo/verdad_activa/article/view/79

De los Ángeles Zambrano, Y. Y., Castillo, A. C. C., & Contento, J. C. I. (2019). Actividades de calidad. *Revista de Educación y Sociedad*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7164242>

Erskine, R. G., & Burgos, Á. M. P. (2020). El desarrollo infantil en Psicoterapia Integrativa: Las primeras tres etapas de Erik Erikson. *Revista de Psicología Integrativa*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7620850>

Gutiérrez, M. J. (2020). Evaluación de patrones de apego en niños prematuros, estudio comparativo con niños nacidos a término. *Interdisciplinaria*. Recuperado de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272020000200079&script=sci_arttext

Hernández Escalona, M. D. C., Elgier, A. M., Gago Galvagno, L. G., & Mustaca, A. E. (2019). Emociones y frustración en bebés: el temperamento y la vulnerabilidad social como factores moduladores. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Recuperado de [\[https://www.redalyc.org/journal/3396/339666659006/html/1\(https://](https://www.redalyc.org/journal/3396/339666659006/html/1(https://)

Hernández, C. R. A., & Vilugrón, G. A. F. (2023). La calidad del uso del tiempo libre. *Revista de Psicología Social*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8768773>

Lagos, M. (2022). Desarrollo socioemocional en la primera infancia (0 – 3 años). Crecer de colores. <https://www.crecerdecolores.com/post/desarrollo-socioemocional-en-la-primera-infancia-0-3-a%C3%B1os>

López-Cantero, E. J. (2024). Estrategias prácticas para aumentar el tiempo de calidad. Carta de Psicología, 59(XXXIV), 1-20. Recuperado de <https://repository.ucatolica.edu.co/server/api/core/bitstreams/a55fb436-07bd-4524-a129-bc7e3fc32fa2/content>

Łuszczkiewicz, J. (2024). Desarrollo de habilidades socioemocionales en la infancia. Livekid. <https://livekid.com/es/blog/habilidades-socioemocionales-en-infancia/>

Marinone, B. (2024). La importancia del tiempo de calidad en la crianza: Claves para fortalecer el vínculo con los hijos. Infobae.. <https://www.infobae.com/tendencias/2024/04/27/la-importancia-del-tiempo-de-calidad-en-la-crianza-claves-para-fortalecer-el-vinculo-con-los-hijos/>

Mendoza-Cobena, G. D., & Briones-Palacios, Y. M. (2022). Estrategia pedagógica para favorecer el desarrollo socioemocional en los niños de educación inicial. Dominio de las Ciencias, 8(2), 340-360. Recuperado de <https://www.dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/2758/6329>

Núñez, F.A., Porras-Cruz, L.T. & Cárdenas-Soler, R. N. (2021). Empatía y educación en la infancia: un estado actual de la cuestión. Pensamiento y Acción, 31, 74-90. https://revistas.uptc.edu.co/index.php/pensamiento_accion/article/view/12569/10458

Olhaberry, M., & Sieverso, C. (2022). Desarrollo socioemocional y regulación emocional a lo largo de la primera infancia. ScienceDirect. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864022000748>

Terán-García, M., Ruiz, M. A., & Jiménez, S. R. (2020). La influencia de los estilos de crianza en la regulación emocional de niños y adolescentes. Universidad Pontificia Comillas. Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/41273/1/TFG%20Psicologia.%20Alonso%20Fernandez>

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Introducción:

En base a la encuesta realizada a los trabajadores del Instituto Tecnológico Superior España con hijos en edades de uno a tres años, se observó que solo el 27.8% de los padres participa activamente en actividades de estimulación temprana con sus hijos. Este resultado subraya la necesidad de aumentar la conciencia sobre la importancia de que los padres conozcan sobre la estimulación temprana infantil y la planificación de actividades que promuevan el desarrollo integral de los niños. Es crucial que los padres comprendan qué tipo de actividades pueden realizar con sus hijos para fomentar un apego seguro y un desarrollo cognitivo y psicosocial adecuado. Es esencial destacar los beneficios del tiempo de calidad en la construcción de vínculos afectivos y el desarrollo emocional de los niños.

Para abordar esta necesidad, se propone la creación de una aplicación que sirva como recurso educativo y de apoyo para los padres. Esta herramienta digital proporcionaría información sobre actividades adecuadas para cada etapa del desarrollo infantil, destacando los beneficios del desarrollo emocional, físico, cognitivo y social. La aplicación también incluiría consejos prácticos y recordatorios para incentivar la participación activa de los padres en la vida diaria de sus hijos. Al educar a los padres sobre la importancia de dedicar tiempo de calidad a sus hijos, se espera mejorar el desarrollo integral de los niños y fortalecer los vínculos familiares.

Metodología de la intervención

La aplicación "Time Out" incluye un sistema de registro de usuarios donde los padres pueden ingresar sus datos personales y los de sus hijos, como nombre y fecha de nacimiento, entre otros. Los usuarios pueden establecer una hora específica para recibir recordatorios que los animen a dedicar tiempo de calidad con sus hijos. Este registro permite a la aplicación recopilar información relevante sobre los niños y entender las expectativas de los padres, facilitando una experiencia personalizada y efectiva en la promoción de actividades familiares significativas. También contará con el inicio de sesión para los padres ya registrados.

Después de iniciar sesión, la aplicación mostrará una pantalla que aconseja a los padres desconectarse de cualquier distracción mientras realizan actividades con

sus hijos. Se presenta una frase motivadora para sensibilizar a los padres y hacerles comprender la importancia de dedicar tiempo de calidad a sus hijos.

En la página principal de la aplicación, se presenta un recuadro pequeño que muestra consejos aleatorios para los padres, además de información útil sobre el desarrollo cognitivo, motor y social de los niños. Asimismo, la aplicación cuenta con recuadros interactivos donde los padres pueden seleccionar el área de desarrollo que desean trabajar con sus hijos, incluyendo opciones como Motricidad Fina, Motricidad Gruesa, Lenguaje, Cognición, Sensorial y Socioafectiva.

Después de que el padre escoja el área de desarrollo que desea trabajar con su hijo, se desplegará una pantalla que mostrará una variedad de actividades adaptadas a la edad del niño, diseñadas para mejorar su desarrollo. Al seleccionar una actividad, aparecerá un video tutorial que demostrará cómo realizarla, de acuerdo al área seleccionada. Debajo del video, se listarán los materiales necesarios y se ofrecerán recursos imprimibles para facilitar la realización de la actividad. Estos elementos se podrán visualizar al hacer clic en cualquiera de las áreas de desarrollo.

El objetivo de esta aplicación es proporcionar a los padres herramientas para pasar tiempo de calidad con sus hijos, enfocándose en actividades que promuevan el desarrollo del niño de acuerdo con su edad. Para facilitar este enfoque, la aplicación incluye un sistema de recordatorios que aparece en las notificaciones del dispositivo. Estos recordatorios sirven para concienciar a los padres sobre la importancia de dedicar tiempo a sus hijos, subrayando el valor de estas interacciones para el desarrollo integral del niño.

Figura 13

Cronograma y plan de actividades

Cronograma de Actividades								
Estrategias	Actividades	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7
Elaboración de la Aplicación "Time Out"	Entregar lista de requerimientos al equipo de desarrollo							
Retroalimentación con el equipo de desarrollo	Observar las funcionalidades de la aplicación.							
Prueba del Prototipo	Realizar diferentes pruebas para determinar la operatividad de la aplicación							
Difusión de la Aplicación	Dar a conocer la aplicación a los trabajadores del Instituto Tecnológico Superior España y que puedan instalarla en su móvil.							
Encuesta de Satisfacción y funcionalidad de la aplicación	Realizar una encuesta en línea para determinar la opinión sobre la funcionalidad de la aplicación "Time Out"							

Nota: Elaboración propia; Ariza, L. 2024; Cronograma y plan de ejecución de las actividades.

Figura 14

Recursos

Recursos Utilizados	
Recursos Humanos	Recursos Tecnológicos
- Desarrollador de Software - Padres de familia - Personal encargado de la difusión de la aplicación	- Computador - Encuestas en línea

Nota: Elaboración propia; Ariza, L. 2024; Recursos Utilizados para la elaboración de la aplicación.

Figura 15

Recursos Financieros

Recursos Financieros	
Materiales	Costo
Desarrollador de Software	2.500
Alojamiento en la nube de la base de datos	1.500
Mantenimiento de la aplicación mensual	100

Nota: Elaboración propia; Ariza, L. 2024; Recursos Financieros aproximados para la elaboración de la aplicación

Plan de intervención evaluación y seguimiento:

Para evaluar la funcionalidad de la aplicación "Time Out," se realizará una encuesta dirigida a los trabajadores del Instituto Tecnológico Superior España que hayan instalado la aplicación. Esta encuesta tiene como objetivo determinar el impacto y los beneficios de la aplicación en el desarrollo de los niños.

ANEXOS

Encuesta

Tiempo de calidad y desarrollo socioemocional en niños de uno a tres años

Le agradecemos su tiempo y disposición para participar en esta encuesta, la cual forma parte del proceso de titulación de la Carrera de Desarrollo Infantil Integral del Instituto Superior Tecnológico España. El objetivo de esta investigación es analizar la relación entre el tiempo de calidad que los padres dedican a sus hijos y el desarrollo socioemocional en niños de uno a tres años. Sus respuestas serán de gran ayuda para comprender mejor cómo las interacciones y actividades diarias entre padres e hijos influyen en el desarrollo socioemocional de los niños pequeños. Cada pregunta debe ser respondida utilizando una escala de Likert, donde 1 representa "Muy en desacuerdo" y 5 representa "Muy de acuerdo". Su participación es voluntaria y todas las respuestas serán tratadas de manera confidencial.

Obligatoria

Tiempo de calidad de los padres

1. ¿Dedico al menos 20 horas semanales a actividades con mi hijo/a? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

2. ¿Participo en las rutinas diarias de mi hijo/a, como el baño y la alimentación? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

3. ¿Realizo actividades como juegos, lectura, comidas y paseos con mi hijo/a regularmente? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

4. ¿Participo activamente en actividades de estimulación temprana con mi hijo/a? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

5. ¿Durante las actividades con mi hijo/a, evito el uso de dispositivos electrónicos y otras distracciones.

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

6. ¿Mantengo una comunicación de calidad con mi hijo/a, escuchándolo/a activamente y respondiendo a sus emociones.

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

Desarrollo socioemocional de los niños

7. ¿Mi hijo/a interactúa de manera positiva con otros niños y adultos? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

8. ¿Mi hijo/a participa en juegos cooperativos y comparte con otros niños?*

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

9. ¿Mi hijo/a responde emocionalmente de manera apropiada ante situaciones nuevas? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

10. ¿Mi hijo/a es capaz de expresar sus emociones a través de llanto, risa y enfado? *

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

11. ¿Mi hijo/a muestra actitudes de apego con una persona?*

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

12. ¿Mi hijo/a muestra comportamientos de apego seguro, buscando proximidad y consuelo en la figura de apego?*

De Acuerdo Neutral En Desacuerdo

Este contenido no está creado ni respaldado por Microsoft. Los datos que envíe se enviarán al propietario del formulario.

Microsoft Forms

Encuesta de Satisfacción sobre la aplicación “Time Out”

Por favor, marque la opción que mejor represente su opinión en cada una de las siguientes afirmaciones sobre la aplicación.

1. ¿Está satisfecho(a) estás con la variedad de actividades de estimulación temprana ofrecidas en la aplicación?

- Satisfecho(a)
- Neutral
- Insatisfecho(a)

2. ¿Cómo valorarías la calidad y efectividad de las actividades para promover el desarrollo en las diferentes áreas (cognitiva, motora, lenguaje, social y emocional)?

- Alta
- Adecuada
- Baja

3. ¿Qué tan fácil es para ti navegar y utilizar las funciones de la aplicación?

- Fácil
- Neutra
- Difícil

4. ¿En qué medida crees que la aplicación ha ayudado a mejorar la interacción y el tiempo de calidad que pasas con tu hijo(a)?

- Mucho
- Poco
- Nada

5. ¿Recomendarías esta aplicación a otros padres interesados en actividades de estimulación temprana para sus hijos?

- Definitivamente sí
- No estoy seguro(a)
- Definitivamente no

Comentarios adicionales: (Espacio para que los usuarios puedan expresar cualquier otra opinión o sugerencia sobre la aplicación.

Pantallas Aplicación “Time Out”

Figura 16

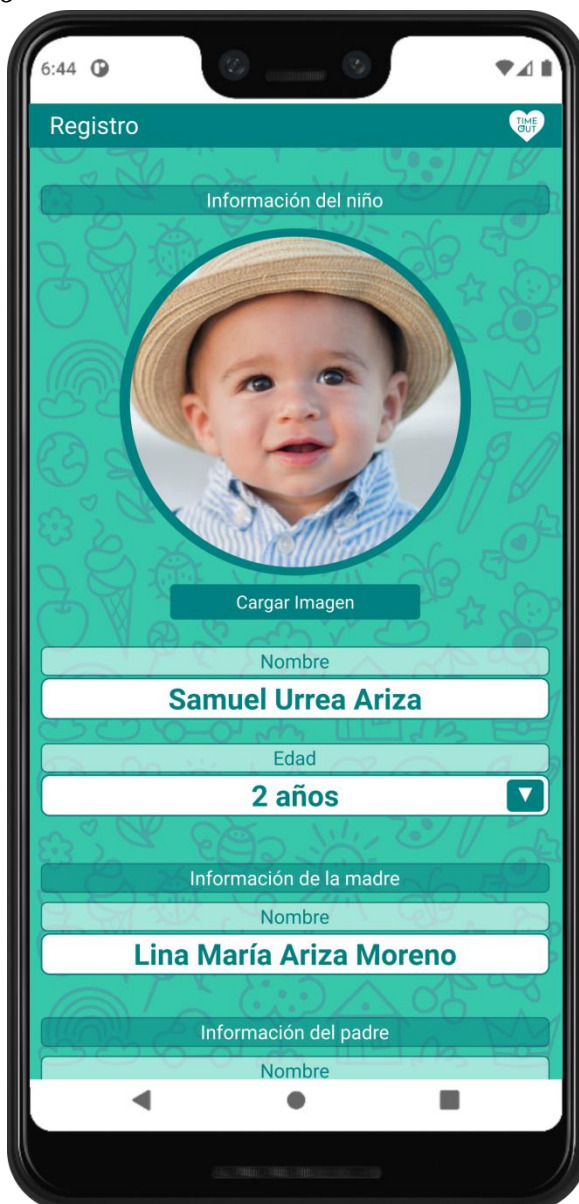
Pantalla de Registro o Inicio de Sesión



Nota. La figura muestra la pantalla de registro o inicio de sesión de la aplicación “Time Out”. Fuente. Aplicación “Time Out.

Figura 17

Pantalla de Registro



Nota. La figura muestra la pantalla de registro de la aplicación “Time Out”. Fuente.

Aplicación “Time Out”

Figura 18

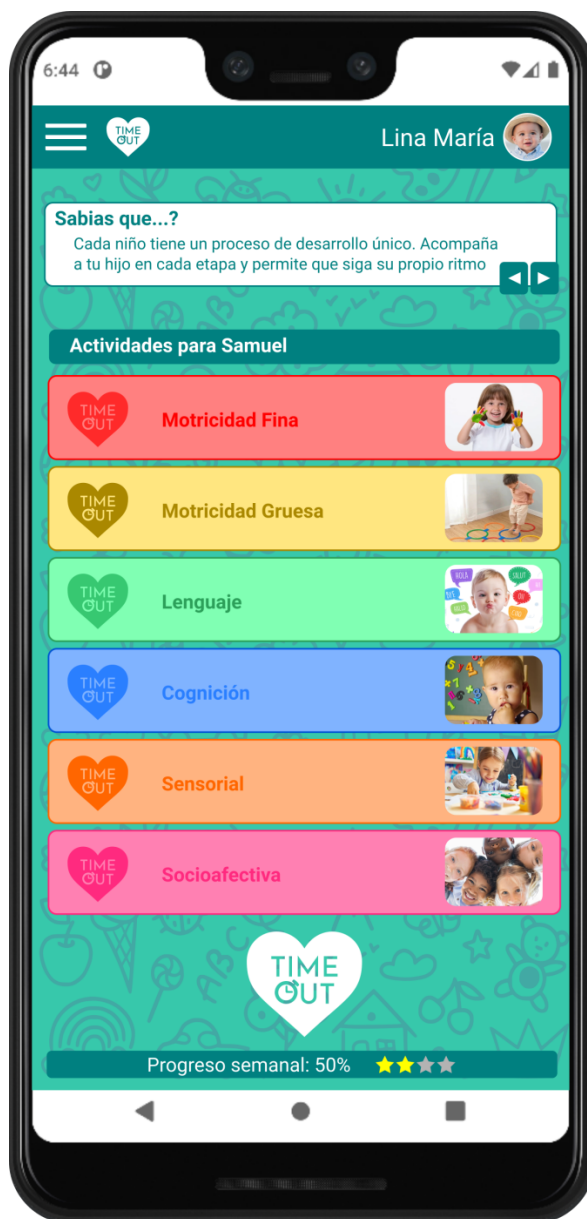
Pantalla consejo de evitar distracciones



Nota. La figura muestra la pantalla de consejo de evitar distracciones y frase motivadora de la aplicación “Time Out”. Fuente. Aplicación “Time Out”

Figura 19

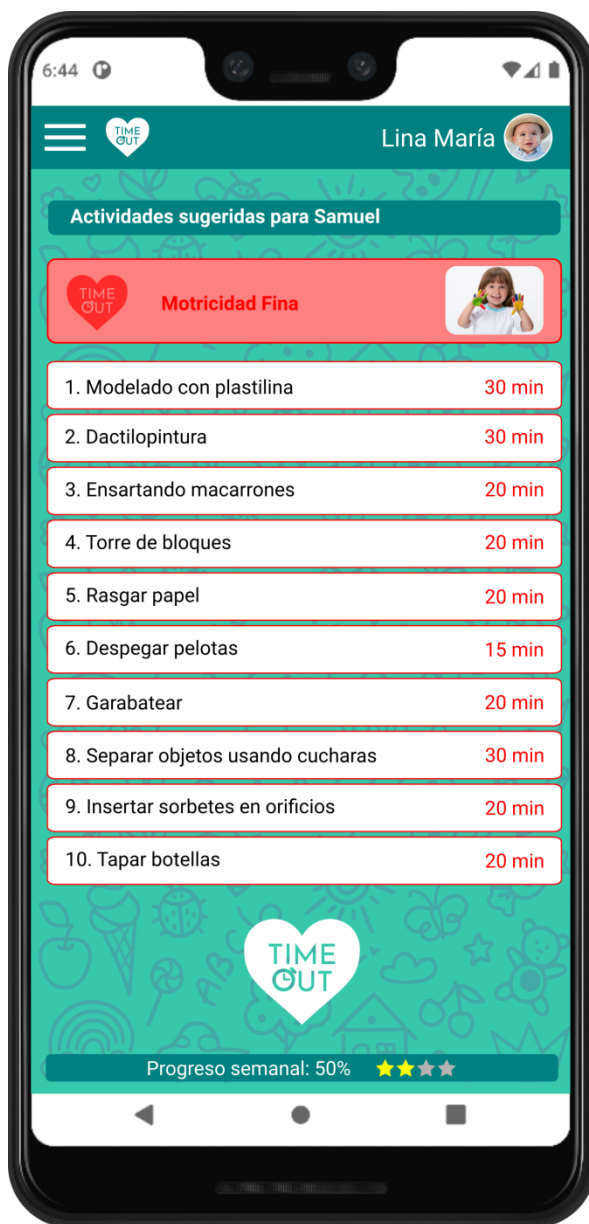
Pantalla Consejos y áreas.



Nota. La figura muestra la pantalla de consejos y actividades de la aplicación “Time Out”. Fuente. Aplicación “Time Out”

Figura 20

Pantalla de Actividades



Nota. La figura muestra la pantalla de actividades que se pueden realizar según el área de la aplicación “Time Out”. Fuente. Aplicación “Time Out”

Figura 21

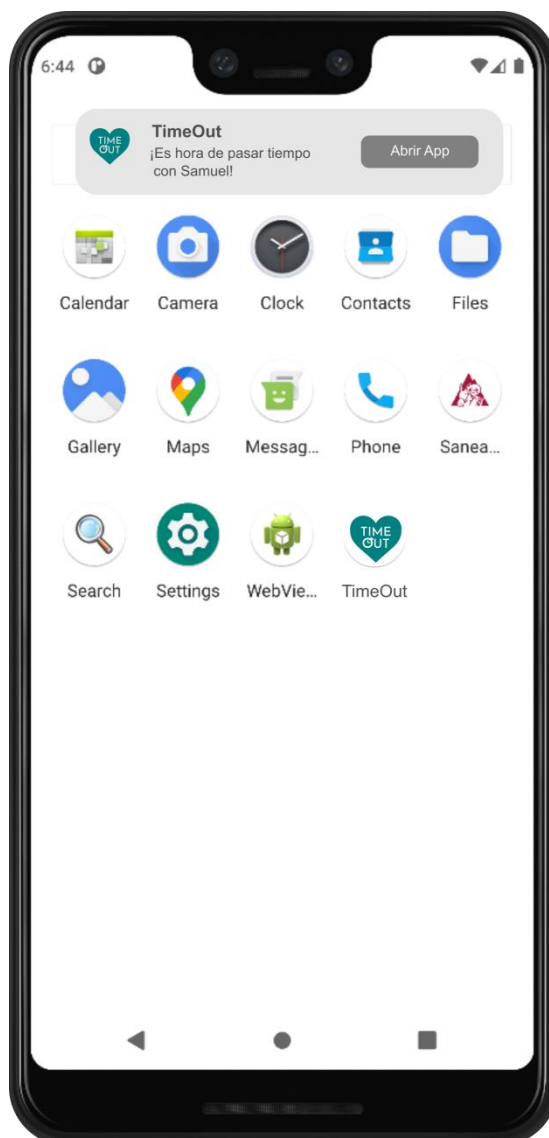
Pantalla de Actividades según el área escogida



Nota. La figura muestra la pantalla de actividades para trabajar con el niño y el material descargable de la aplicación “Time Out”. Fuente. Aplicación “Time Out”

Figura 22

Pantalla de Notificación e icono



Nota. La figura muestra el icono y la notificación de la aplicación “Time Out”.

Fuente. Aplicación “Time Out”

Figura 23

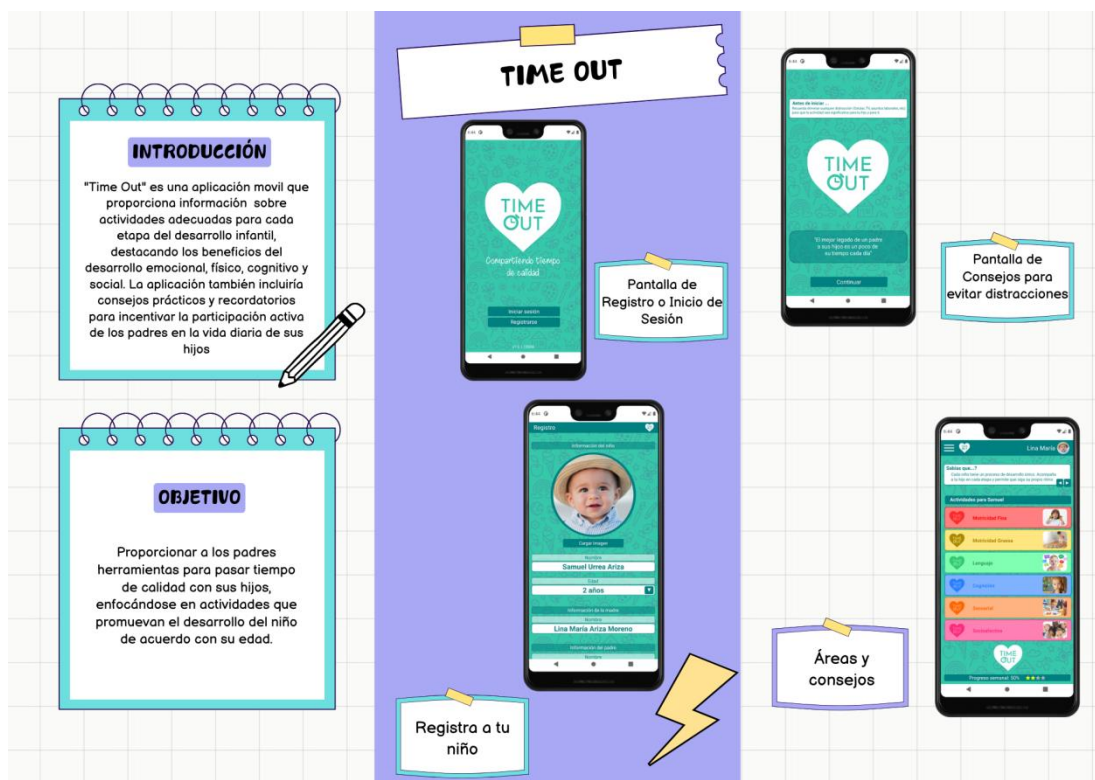
Tríptico de la aplicación (Primera parte)



Nota. La figura muestra la primera parte del tríptico con datos relevantes de la aplicación Time Out. Fuente. Realización propia en canva.

Figura 24

Tríptico de la aplicación (Segunda parte)



Nota. La figura muestra la Segunda parte del tríptico con datos relevantes de la aplicación Time Out. Fuente. Realización propia en canva.