



Inteligencia emocional para padres

Cuando los afectos entran en juego

Las capacidades intelectuales no son suficientes para lograr éxito y destacar. Hoy, los niños deben ser empáticos, manejar el autocontrol, tener automotivación y capacidad de manejo en sus relaciones interpersonales. Las emociones son un talento más que los padres deben enseñarles a desarrollar a sus hijos.

POR JACQUELINE OTET R.

Nadie nos enseña a ser padres. Para serlo se necesita algo más que intelecto y buena voluntad: se requiere de la participación de las emociones. Así opina la psicóloga chilena Claudia Sandino, autora del libro *Inteligencia Emocional para Padres* (Editorial Planeta), que acaba de ser publicado después de tres años de investigación en terreno.

Según la especialista, "la inteligencia emocional no tiene relación con el coeficiente intelectual. Las capacidades intelectuales de las personas pueden ir en detrimento con los años". Pero las habilidades que conforman la inteligencia emocional (autocontrol, empatía, automotivación y capacidad de manejo de las relaciones interpersonales) pueden ser aprendidas e incrementadas, lo que permite el desarrollo personal y continuo crecimiento.

"La idea es crear padres proactivos, que eduquen niños que sean capaces de hablar de sus emociones, y esto se puede desarrollar desde que el niño llora y la madre lo atiende. En ese momento comienza la comunicación. Por lo tanto, si ocurre lo contrario, el niño también es capaz de sentir el abandono. En la medida en que se entrena al niño en esta área empiezan a aflojar sus talentos. De esta forma, aprende

a decir lo que siente, a tener autocontrol, a ser empático con el mundo y assertivo para explicar sus ideas", añade la especialista.

Los primeros cuatro años de vida del niño son determinantes: "La niñez es una oportunidad única para fijar hábitos emocionales que lo ayudan a desempeñarse afectivamente a lo largo de su vida. Esto les entrega mayores posibilidades para utilizar el potencial intelectual que han heredado, ya que aprenden a canalizar sus talentos con afectividad", dice la psicóloga.

Frente al tema de la inteligencia emocional en los niños es importante saber que la herencia genética entrega una serie de rasgos emocionales que determinan el temperamento. Dependiendo de cómo se correlacionan estos factores, se manifiestan tres tipos de temperamentos: fácil, lento o de difícil adaptación.

Los niños de temperamento fácil no presentan mayores complicaciones en términos de adaptabilidad a los cambios (no son muy llorones, tienen mayor tolerancia, son fáciles de guiar). "Los niños de temperamento de lenta adaptación, aunque terminan igual ajustándose a los nuevos requerimientos, les toma más tiempo lograrlo. Pero los niños de temperamento difícil -que son probablemente el tipo de bebé que duerme de día y llora de noche-, tienen reacciones emocionales violentas. Por lo general, viven el proceso de creci-

CUando los afectos entran en juego [artículo] Jacqueline Otey A.

Libros y documentos

AUTORÍA

Otey A., Jacqueline

FECHA DE PUBLICACIÓN

2004

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

CUando los afectos entran en juego [artículo] Jacqueline Otey A.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

[Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile](#)