

British Council School  
El Colegio Británico

La importancia del  
**juego** en la  
**Infancia**



## British Council School El Colegio Británico



**Claudia Jaime-Xibixell**

Claudia Xibixell es miembro del Wellbeing Hub del British Council School.

Colegiada Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid y en el Ilustre Colegio de Doctores y Licenciados Madrid, es también miembro de Número de la Asociación de Psicoterapia Psicoanalítica de Madrid y miembro de Número de la Asociación Española y Europea de Psicoterapia Psicoanalítica.

Licenciada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid y experta en Psicología Educativa por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, es experta, con mención de excelencia, en “Mediación y resolución pacífica de conflictos” por la Universidad Complutense de Madrid (2007) y Mediadora Social en Prevención de Drogodependencias de la Comunidad de Madrid (2004).

Claudia cuenta entre sus publicaciones con la Recopilación de los Cursos sobre “Desarrollo Evolutivo” de Jorge Thomas impartidos en el IEEPP (1996) publicado por el IEEPP de Madrid.

Ha impartido cursos de formación al profesorado en el Ilustre Colegio de Doctores y Licenciados de Madrid y es autora de artículos como “Las 9 claves del estudiante feliz” y “Niños emocionalmente inteligentes”.

Claudia Xibixell participó el 21 de mayo de 2018 en las EdTalks, de la Fnac con su ponencia Juego, juego existo, Claudia desveló la importancia de jugar en la infancia para el bienestar del niño, y su posterior repercusión positiva en la vida adulta.

British Council School  
El Colegio Británico

## La importancia del juego en el desarrollo emocional y cognitivo del niño

Quisiéramos comenzar este breve escrito con un reconocimiento sobre la importancia del juego en la infancia que recoge la Convención sobre los derechos del Niño, en su artículo 31 y que fue ratificada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989. Dice así:



**Artículo 31 1.** Los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

Partimos pues, de la idea de que **jugar es un derecho de los niños y de las niñas de todo el mundo**. Por lo tanto, **debemos conocer y fomentar aquellos aspectos y actividades lúdicas que benefician a los niños en su desarrollo emocional, psicológico, cognitivo y social**.

Son muchos los autores que, desde diferentes disciplinas han estudiado la importancia del juego en la infancia. Nos gustaría destacar a un psicólogo británico, Donald Winnicott, que escribió un libro que se titula “Realidad y Juego”.

En este importante escrito, el autor expresó la idea del “*espacio potencial*” que se da en la mente del niño pequeño cuando puede conectar su mundo interno con el mundo exterior. Al hacer este ejercicio, la realidad adquiere una importancia mayor en el pequeño haciendo que su contacto con ella facilite su crecimiento mental y emocional. Con el paso del tiempo, sobre los tres años de edad, la realidad comienza a imponérsele y le facilita una mayor capacidad para comenzar a tolerar, poco a poco, la frustración. Ésta última capacita al niño para empezar a generar pensamiento: en lugar de obstinadamente conseguir lo que quiere, tiene que realizar estrategias a través del pensar para conseguir los resultados que desea. Los beneficios de este espacio potencial sobre la creatividad son notables pues puede empezar a modificar sus relaciones con la realidad de una manera más adaptada y ajustada permitiéndole progresar en su desarrollo cognitivo, motor y especialmente, su desarrollo emocional y psicológico. Como dijo Albert Einstein, la creatividad es “*la inteligencia divirtiéndose*”. Podemos pues decir que las actividades de aprender y jugar están íntimamente unidas.

## British Council School El Colegio Británico



Con el paso del tiempo, el niño ha adquirido ya un desarrollo madurativo a todos los niveles, consiguiendo grados mayores de autonomía psíquica y emocional. El juego le permitirá entonces, mediante esta capacidad creativa adquirir un nivel de pensamiento simbólico que se traducirá, a su vez, en una mayor capacidad para aprender. Podemos ver entonces, como el aprendizaje y el juego comparten características comunes al promocionar el placer, la motivación y la satisfacción obtenida por la realización de las tareas. Para el niño no hay diferencia entre el juego y el trabajo (Youell, Bidy 2006). Como adultos, consideramos y transmitimos a los niños que el trabajo es algo duro, exigente, arduo e inevitable...mientras que jugar es una actividad vista como una recompensa o compensación. Somos los adultos los que hacemos esta diferenciación que, por naturaleza, los niños no suelen realizar a priori. Para ellos jugar es un trabajo en toda la extensión de la palabra. La definición de trabajar de la R.A.E es: *“ocuparse en cualquier actividad física o intelectual”*. Como vemos, el niño invierte en esta tarea mucha energía e interés que, de consolidarse con el paso del tiempo, redundará en un enorme beneficio para desempeñarse en la vida académica y profesional. A veces, una manera de castigar a los niños es no permitiéndoles que jueguen...¡quizás deberíamos pensar en otras estrategias!

**La autoestima se consolida en la medida en que la actividad lúdica refuerza la idea de autonomía y capacidad para gestionar la frustración.** El juego al ser libre y espontáneo produce una satisfacción que le ayudará a consolidar su conducta lúdica. Esta actividad transformadora le ayuda a rebajar sus niveles de omnipotencia en favor de una conexión con la realidad más ajustada. Ya puede entonces, aceptar que tiene ciertas limitaciones sobre la realidad que en etapas anteriores no conseguía comprender.

El juego es una actividad que se da desde los primeros momentos de vida del niño. Es cierto que cuando nos aproximamos a un bebé de pocos meses buscamos conectar con ellos mediante actividades lúdicas: le sonreímos, les hacemos alguna gracia, nuestro tono de voz al dirigirnos a él es más agudo, hacemos carantoñas, etc. Todo ello con la intención de captar su interés. Cuando éste nos devuelve una respuesta a modo de sonido, risas, ojos abiertos y sorprendidos, etc. ya hemos conseguido una actividad lúdica que implica una comunicación a modo de lenguaje particular. Con ello, le estamos indicando que nos interesan sus respuestas, sus emociones, sus sensaciones y sentimientos. El bebé buscará repetir esta conducta tantas veces como ésta le emocione y le cause placer. Le estamos reconociendo una identidad que él mismo, con el paso del tiempo, irá consolidando mediante otro tipo de juego.

Al mismo tiempo, los padres que juegan con sus bebés conectan con sus propias experiencias infantiles, aunque estén recónditamente escondidas. Cualquiera a quien se le pregunte en esos momentos qué es lo que está sintiendo, es capaz de reconocer “algo familiar” en esa emoción que el juego con su bebé le procura.

## British Council School El Colegio Británico

**El niño, hacia los tres años más o menos, tiene una autonomía motriz que le facilita el juego funcional,** es decir, el juego que le satisface a través del movimiento. Moverse, coger cosas, hacer y deshacer, los sonidos, las canciones, etc. hacen que desarrollen su motricidad fina y gruesa además de cognitivamente favorecer la atención, la memoria y concentración.



**Hacia los seis años, el mundo para los niños y las niñas es ya un lugar donde las normas y las reglas les permiten interactuar con otros** y es entonces cuando el juego social adquiere un importante auge. Es el juego simbólico el que ayuda al niño a entrar en contacto con lo posible, con la imaginación y la creatividad como señalamos más adelante.

**El juego grupal adquiere una importancia trascendental porque los niños y niñas aprenden a compartir actividades con otros.** Las normas se deben cumplir y si se saltan, las consecuencias son claras: dejas de jugar. La capacidad para tolerar la frustración se lleva a límites que antes no se habían alcanzado. Ahora, es el grupo el que les dice lo que está bien y lo que está mal, lo que debe y no debe hacerse, etc.

**A partir de los 8 años los juegos grupales son mucho más elaborados y el juego en solitario pierde fuerza en favor del grupal.** Quisiera resaltar la importancia del juego con otros porque se introduce un elemento clave en el desarrollo emocional de los niños: la resolución de conflictos. Es una de las oportunidades que los pequeños tienen de poder enfrentarse a los deseos y necesidades de otros mediante la negociación con otros o renuncia a sus propios intereses. La percepción egocéntrica de sus necesidades se va diluyendo cuando empieza a ser capaz de lidiar con las emociones que estas circunstancias le crean ayudándole a pensar en la pérdida de amigos o vínculos muy valorados por él. Es decir, que los problemas que surgen en la actividad grupal hay que resolverlos utilizando la negociación y desarrollando hábiles estrategias para solucionar sus problemas. Esta tarea implica el uso de recursos emocionales como la paciencia, la empatía, el autocontrol, las habilidades sociales que son elementos constituyentes de la inteligencia

## British Council School El Colegio Británico

emocional. Los niños privilegian la idea de que el juego tiene que salir adelante, las metas propuestas deben prevalecer sobre las necesidades personales lo que apoya el desarrollo de la socialización. Las actitudes egoístas son mal vistas por el resto y eso hace que la simple idea de quedar fuera del grupo o ser tachado de tal, derive en un comportamiento más solidario: lo que importa es el grupo y sus metas.



Los videojuegos y juegos electrónicos cumplen también una función importante en el desarrollo del niño. Es una actividad lúdica que va a demandar un grado de concentración mayor. Con moderación y supervisión parentales los niños pueden disponer de cantidad de juegos online o electrónicos adecuados a la edad que estimulan la concentración, el esfuerzo por alcanzar una meta u objetivo así como enfocarse en una situación dada. Curiosamente, muchos niños que están diagnosticados de un trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad, pueden prestar atención y concentrarse en estos juegos porque son capaces de enfocarse en algo que les provee de satisfacción inmediata por los resultados conseguidos.

Un aspecto a considerar a nivel social y que nos enfrenta a una reflexión en profundidad a todos los responsables de la educación de los niños, son los datos que desde distintas organizaciones nos revelan sobre la infancia:

- 1 **Hoy en día los niños son más ansiosos que hace veinte años atrás.**
- 2 **Están más deprimidos.**
- 3 **Son más solitarios y agresivos.**
- 4 **Tienen una baja tolerancia a la frustración.**

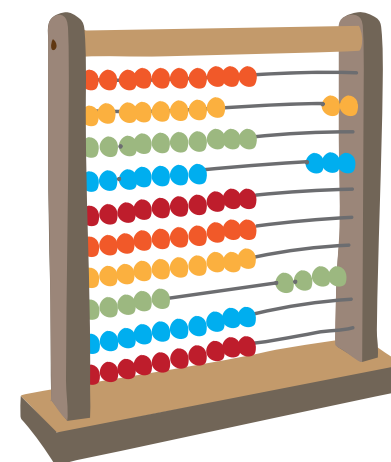
Considerando estos datos seriamente, pues hablamos de salud mental, es nuestra obligación como sociedad, apoyar las actividades lúdicas en familia y en centros escolares. Ya hemos visto algunos de los muchos beneficios que la tarea lúdica supone para los niños de todas las edades.

## British Council School El Colegio Británico

Las oportunidades que el juego ofrece a los niños, desde un punto de vista psicológico, para prevenir estas situaciones que señalamos más arriba, son de lo más necesarias si queremos que esta tendencia se reduzca lo más posible. En este sentido, las familias deberían reservar unos minutos al día para jugar todos juntos y estrechar lazos entre sus miembros con una actividad que beneficia a todos: a los niños porque comparten con sus padres un tiempo de juego y de autoconocimiento y, a los padres, porque les evoca tiempos pasados donde la felicidad experimentada entonces tiene una importantísima función aquí y ahora.

**Los centros escolares que apoyan la función lúdica del aprendizaje y generan espacios de juego y de cooperación entre sus alumnos, promoverán el desarrollo de valores solidarios y de trabajo en equipo** muy necesarios en nuestra sociedad actual. La resiliencia es una de las características que todos queremos para nuestros hijos y estudiantes en la medida en que hace que las personas seamos capaces de afrontar los hechos de la vida. A través del juego, se pueden elaborar muchas situaciones socio-afectivas y de aprendizaje que se dan en el contexto escolar preparando a los niños para un futuro personal y social adaptado.

Para terminar, quisiéramos añadir que **los niños creativos, competentes y felices son aquellos que pueden jugar a solas, con sus familias y con sus amigos y compañeros**. Por tanto, es nuestra obligación procurarles un tiempo de calidad para que puedan hacer suyos todos los beneficios de jugar. No permitamos que la “profecía” de un personaje como Mafalda se cumpla: *“Como siempre, cuando uno pone los pies en la tierra, se acabó la diversión”*. **Fomentemos una actitud lúdica en nuestros niños y alumnos para que cuando tengan que asumir responsabilidades en un futuro, lo hagan desde la creatividad, la competencia y la felicidad.**



## British Council School El Colegio Británico

El British Council School, realizó un tributo al juego en la infancia y un evento para toda la familia con **El Gamethon**. El evento tuvo lugar el 16 y 17 de noviembre de 2018 en las instalaciones del Colegio Británico, y en él contamos con los abuelos, padres y por supuesto los hijos. Los niños enseñaron a sus abuelos a qué juegan ellos, y padres y abuelos revivieron y compartieron sus experiencias de infancia con los niños de ahora. De entre todos los juegos, estos fueron los preferidos por las familias asistentes, grandes y pequeños.

- |   |               |    |         |
|---|---------------|----|---------|
| 1 | Hoola Hop     | 6  | Comba   |
| 2 | Limbo         | 7  | Peonza  |
| 3 | Carrera Sacos | 8  | Twister |
| 4 | Goma Elástica | 9  | Puzzles |
| 5 | El Pañuelo    | 10 | Yó-Yo   |