

EL JUEGO EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO

Durley Esneda González Rodríguez

Correo electrónico:

durlesgo@gmail.com

ORCID: 0009-0003-6124-3663

Institución educativa Pedro Estrada-Itagüí

COLOMBIA

Laura Andrea Ardila Pino

Correo electrónico:

Lauraandreaardilapino@gmail.com

ORCID: 0009-0008-8352-610X

Institución educativa La Juventud-

Bucaramanga

COLOMBIA

Erika Julieth Muñoz López

Correo electrónico: Ingejuli89@gmail.com

ORCID: 0009-0008-3063-5708

Institución educativa La Juventud- Bucaramanga

COLOMBIA

Recibido: 02/02/2026

Aprobado: 13/02/2026

RESUMEN

El juego desempeña un papel fundamental en el desarrollo emocional del niño, ya que constituye una vía natural y efectiva para explorar, expresar y gestionar sus sentimientos. A través del juego, los niños pueden experimentar una amplia gama de emociones, desde la alegría y la curiosidad hasta la frustración y el miedo, en un entorno seguro y controlado. Esta experiencia les permite comprender mejor sus propias respuestas emocionales y aprender a regular sus sentimientos en diferentes situaciones, fomentando así su madurez emocional. Ante ello, el presente artículo se enmarca en el propósito de analizar como incide el juego en el desarrollo emocional del niño. Para alcanzar tal fin, se utilizará una metodología cualitativa desde un texto tipo ensayo. Como hallazgo se espera asumir la idea de que el juego favorece la adquisición de habilidades sociales y emocionales esenciales para la interacción con otros. Cuando los niños participan en juegos cooperativos o simbólicos, aprenden a compartir, a negociar, a mostrar empatía y a resolver conflictos. Estas experiencias contribuyen al desarrollo de la autoestima y la confianza en sí mismos, ya que les brindan oportunidades para sentirse valorados y aceptados por sus pares.

Descriptores: Juego, desarrollo emocional, enseñanza

¹Docente de la IE Pedro Estrada, en Itagüí, Antioquia, Colombia. Magister en Gestión de la Tecnología Educativa de la Universidad de Santander de Bucaramanga.

²Docente de la IE La Juventud, en Bucaramanga, Santander. Magister en Gestión de la Tecnología Educativa de la Universidad de Santander de Bucaramanga.

³Docente de la IE La Juventud, en Bucaramanga, Santander. Magister en Administración de la Universidad Santo Tomás de Bucaramanga.

PLAY IN A CHILD'S EMOTIONAL DEVELOPMENT**ABSTRAC**

Play plays a fundamental role in a child's emotional development, as it constitutes a natural and effective way to explore, express, and manage their feelings. Through play, children can experience a wide range of emotions, from joy and curiosity to frustration and fear, in a safe and controlled environment. This experience allows them to better understand their own emotional responses and learn to regulate their feelings in different situations, thus fostering their emotional maturity. Therefore, this article aims to analyze how play affects a child's emotional development. To achieve this goal, a qualitative methodology based on an essay-type text will be used. The expected finding is that play promotes the acquisition of essential social and emotional skills for interacting with others. When children participate in cooperative or symbolic play, they learn to share, negotiate, show empathy, and resolve conflicts. These experiences contribute to the development of self-esteem and self-confidence, as they provide them with opportunities to feel valued and accepted by their peers.

Descriptors: Play, emotional development, teaching.

El juego es una componente fundamental en el proceso de aprendizaje, ya que no solo facilita la adquisición de conocimientos, sino que también cumple con diversas necesidades humanas. A través del juego, los niños y adultos pueden explorar su entorno, experimentar diferentes situaciones y desarrollar habilidades cognitivas y sociales. Este enfoque subraya que el juego no es un simple entretenimiento, sino una herramienta educativa poderosa que contribuye al crecimiento integral de las personas.

Además, Gonzales-Moreno, (2018) señala que la realidad es que el “el juego es parte importante del aprendizaje, además de que satisface ciertas necesidades, impulsa la imaginación, la asimilación de reglas y construye afectividades, a pesar de que en ocasiones genere frustración, pero también placer” (p. 58). De este modo, el juego impulsa la imaginación, permitiendo a los participantes crear mundos ficticios o imaginar soluciones innovadoras a problemas. La creatividad que surge en estas actividades lúdicas favorece la flexibilidad mental y fomenta la capacidad de pensar fuera de lo convencional. En este sentido, el juego se convierte en un espacio donde la fantasía y la realidad se entrelazan para potenciar habilidades cognitivas esenciales para el aprendizaje y la resolución de desafíos en diferentes ámbitos.

El autor también menciona que el juego ayuda a asimilar reglas y normas sociales, lo cual es crucial para el desarrollo de la convivencia y la cooperación. Al participar en actividades lúdicas estructuradas, los individuos aprenden a respetar límites, seguir instrucciones y aceptar resultados diversos. Estas experiencias contribuyen a formar valores como la disciplina, la paciencia y el respeto por los demás, aspectos

fundamentales para integrarse socialmente y construir relaciones afectivas saludables. Por otro lado, se reconoce que el juego puede generar frustración en algunos momentos, especialmente cuando las expectativas no se cumplen o las reglas son desafiadas. Sin embargo, también señala que esta misma experiencia puede ser fuente de placer y satisfacción cuando se superan obstáculos o se alcanzan metas dentro del juego. La gestión de estas emociones forma parte del proceso educativo, ayudando a los individuos a aprender a manejar tanto el éxito como el fracaso en contextos controlados y seguros.

En definitiva, Gonzales-Moreno (2018) afirma que el juego cumple una función vital en el desarrollo emocional y cognitivo. Además de satisfacer necesidades básicas como la diversión y la exploración, fomenta la creatividad, ayuda a internalizar reglas sociales y construye afectividades positivas. Aunque puede generar frustración en ciertos momentos, esta experiencia también aporta placer y motivación para seguir aprendiendo. Por ello, integrar actividades lúdicas en los procesos educativos resulta esencial para promover un desarrollo equilibrado y enriquecedor. Este enfoque resalta que el valor del juego trasciende su carácter recreativo; es un medio efectivo para facilitar aprendizajes significativos y fortalecer vínculos afectivos. Reconocer su importancia implica diseñar espacios educativos donde las experiencias lúdicas sean valoradas como parte integral del proceso formativo.

De esta manera, se promueve un aprendizaje más humano, creativo y emocionalmente saludable, capaz de responder a las necesidades complejas del

desarrollo personal en diferentes etapas de la vida. Según Ramírez (2021). “por medio del juego, los niños a largo plazo estarán en capacidades no solo de relacionarse y aprender, si no también, de crear opciones y mecanismos para resolver problemas que se les presenten por delante” (p. 5).

El autor enfatiza que el juego tiene un impacto duradero en el desarrollo de los niños, ya que no solo les permite aprender y relacionarse con su entorno en el corto plazo, sino que también fortalece sus capacidades para afrontar desafíos futuros. A través del juego, los niños adquieren habilidades sociales y cognitivas que les facilitan interactuar con otros, comprender reglas y contextos, y desarrollar una base sólida para su aprendizaje continuo. Además, señala que el juego fomenta la creatividad y la innovación en los niños, permitiéndoles explorar distintas opciones y mecanismos para resolver problemas. Al enfrentarse a situaciones lúdicas que requieren pensamiento crítico y toma de decisiones, los niños aprenden a generar soluciones alternativas y a adaptarse a nuevas circunstancias. Estas habilidades son fundamentales para su crecimiento personal y profesional, ya que les brindan herramientas para afrontar obstáculos con mayor autonomía y confianza.

También destaca que estas capacidades desarrolladas mediante el juego tienen un efecto acumulativo a largo plazo. Es decir, las experiencias lúdicas no solo benefician el momento presente, sino que sientan las bases para habilidades de resolución de problemas que podrán aplicar en diferentes contextos a lo largo de su vida. La práctica constante en entornos de juego ayuda a consolidar patrones de pensamiento flexible y

estratégico, esenciales en un mundo cada vez más complejo y cambiante. Por otro lado, Ramírez (2021) subraya la importancia de entender el juego como un medio pedagógico que va más allá del simple entretenimiento. Cuando se diseña adecuadamente, puede convertirse en una herramienta poderosa para potenciar habilidades cognitivas superiores como la planificación, la evaluación de opciones y la creatividad. Esto implica que los educadores deben valorar e integrar actividades lúdicas en los procesos formativos para promover un desarrollo integral en los niños.

Según Ramírez (2021), el juego es fundamental para preparar a los niños no solo para aprender en el presente, sino también para enfrentar con éxito los retos futuros. La capacidad de crear opciones y mecanismos para resolver problemas se fortalece mediante experiencias lúdicas significativas, las cuales fomentan habilidades sociales, cognitivas y emocionales esenciales para su desarrollo integral. Promover espacios donde el juego sea parte activa del aprendizaje resulta clave para formar individuos resilientes, creativos y autónomos. Este enfoque resalta la importancia de reconocer al juego como una inversión en el potencial futuro de los niños. Al facilitarles oportunidades para experimentar, explorar y resolver problemas en entornos seguros y estimulantes, se contribuye a construir una base sólida para su crecimiento personal y social. Por ello, integrar estrategias lúdicas en la educación es una decisión clave para potenciar capacidades que acompañarán a los niños durante toda su vida.

Por otra parte, Huarcaya (2021) señala que la inteligencia emocional sienta sus bases en la “capacidad que una persona tiene para reconocer los propios sentimientos,

así como los ajenos y de poder dirigir de manera correcta las emociones en nosotros mismos” (p. 14). Enfatiza que la inteligencia emocional es fundamental para el desarrollo integral de las personas, ya que se basa en la habilidad de reconocer y comprender tanto los propios sentimientos como los de los demás. Esta capacidad de autoconciencia emocional permite a las personas identificar sus estados internos, lo cual es esencial para gestionar adecuadamente sus reacciones y comportamientos en diferentes situaciones. Reconocer las emociones propias también facilita una mayor introspección y control, aspectos clave para mantener un equilibrio emocional saludable.

Asimismo, Huarcaya (2021) señala que la inteligencia emocional implica la capacidad de dirigir y regular las emociones de manera adecuada. Esto significa que no solo se trata de sentir, sino también de saber cómo canalizar esas emociones para que sean constructivas y beneficiosas tanto para uno mismo como para quienes nos rodean. La gestión emocional efectiva ayuda a reducir conflictos, mejorar las relaciones interpersonales y promover un ambiente social más armonioso, aspectos fundamentales en todos los ámbitos de la vida. La educación emocional juega un papel crucial en este proceso, ya que proporciona herramientas y estrategias para identificar, entender y regular las emociones. Fomentar habilidades relacionadas con la empatía, la comunicación asertiva y la autorregulación contribuye a construir una inteligencia emocional sólida, capaz de afrontar desafíos con mayor resiliencia.

Por otro lado, Huarcaya (2021) resalta que la inteligencia emocional también influye en el bienestar psicológico y en la calidad de vida. Personas con alta inteligencia

emocional suelen experimentar menos niveles de estrés, ansiedad y depresión, ya que manejan mejor sus sentimientos y mantienen una actitud positiva frente a las dificultades. Además, esta competencia favorece el desarrollo de relaciones sociales saludables, basadas en la empatía y el respeto mutuo.

Según Huarcaya (2021), la inteligencia emocional sienta sus bases en la capacidad de reconocer y gestionar eficazmente los sentimientos propios y ajenos. Este conjunto de habilidades no solo favorece el crecimiento personal, sino que también mejora significativamente las interacciones sociales y el bienestar general. Promover su desarrollo desde temprana edad resulta esencial para formar individuos más conscientes, empáticos y resilientes frente a los retos del mundo actual. De este modo, Arce (2020) es mucho más fácil “enseñarles a los niños habilidades de la inteligencia emocional cuando su sistema de circuitos neuronales está conformándose, que tratar de modificarlos luego” (p. 60-61).

El autor subraya que, la importancia de intervenir en la educación emocional durante las etapas tempranas del desarrollo infantil, ya que en ese período los circuitos neuronales relacionados con la inteligencia emocional están en proceso de formación. Esto significa que las habilidades relacionadas con el reconocimiento, la gestión y la empatía pueden establecerse de manera más efectiva si se abordan desde una edad temprana, aprovechando la plasticidad cerebral propia de esa etapa. La intervención temprana facilita que los niños internalicen estas habilidades como parte natural de su comportamiento y desarrollo social.

El autor argumenta que, si bien es posible trabajar en la inteligencia emocional en cualquier momento, resulta mucho más sencillo y eficiente hacerlo cuando el sistema neural aún está en formación. En esta fase, las conexiones cerebrales son más flexibles y receptivas a nuevas experiencias y aprendizajes, lo que permite consolidar patrones positivos de comportamiento emocional. Por el contrario, tratar de modificar estos circuitos en etapas posteriores puede ser más difícil y requerir esfuerzos mayores, ya que las estructuras neuronales ya están establecidas y menos susceptibles a cambios profundos.

Este enfoque resalta la relevancia de implementar programas educativos enfocados en habilidades socioemocionales desde edades tempranas, integrándolos en el currículo escolar o en actividades familiares. La adquisición temprana de competencias como la empatía, el autocontrol y la resolución pacífica de conflictos no solo favorece un mejor clima escolar, sino que también sienta las bases para un desarrollo emocional saludable a largo plazo. La prevención y la educación temprana resultan ser estrategias clave para promover una sociedad más empática y resiliente.

Además, Arce (2020) señala que esta perspectiva tiene implicaciones prácticas para padres, docentes y profesionales del área infantil. Al comprender que las conexiones neuronales relacionadas con la inteligencia emocional son más maleables en los primeros años, estos actores pueden diseñar intervenciones específicas y adaptadas a esa etapa crucial. La creación de ambientes seguros, afectivos y estimulantes favorece el fortalecimiento de estas habilidades desde los primeros años

de vida. Por tal motivo, enseñar habilidades de inteligencia emocional durante los primeros años resulta mucho más efectivo debido a la mayor plasticidad cerebral en esa etapa. Aprovechar este período para fortalecer estas capacidades no solo facilita su adquisición, sino que también contribuye a formar individuos emocionalmente competentes y socialmente responsables en el futuro. La inversión en educación emocional temprana es, por tanto, una estrategia fundamental para promover un desarrollo integral y saludable desde los primeros años de vida. Salovey y Mayor (1997) desarrollaron un modelo que:

tiene un enfoque cognitivo, destacando las aptitudes mentales específicas para el reconocimiento y clasificación de las emociones. Su modelo de desarrollo consta de cuatro niveles de habilidades, cada uno más complejo, con base en procesos que incluyen la emoción y la cognición (P. 97).

Salovey y Mayer (1997) propusieron un modelo de inteligencia emocional que se centra en un enfoque cognitivo, poniendo énfasis en las habilidades mentales específicas relacionadas con el reconocimiento y la clasificación de las emociones. Este modelo considera que la comprensión de las emociones no es solo una cuestión de sentir, sino también de identificar y categorizar correctamente las experiencias emocionales, lo cual requiere procesos cognitivos precisos. La importancia de este enfoque radica en que las habilidades mentales permiten a las personas interpretar de manera adecuada sus propios sentimientos y los de los demás, facilitando una interacción social más efectiva y saludable.

El modelo desarrollado por estos autores está estructurado en cuatro niveles de habilidades, cada uno más avanzado y complejo que el anterior. Estos niveles reflejan

una progresión en la capacidad para gestionar las emociones, comenzando desde la percepción básica hasta llegar a la regulación emocional consciente. La idea central es que estas habilidades no surgen de forma aislada, sino que se desarrollan en una secuencia lógica, donde cada nivel sienta las bases para el siguiente. Esto permite entender cómo las personas pueden mejorar su competencia emocional mediante el entrenamiento y la práctica consciente en cada etapa.

El primer nivel del modelo es la percepción emocional, que implica la capacidad para detectar y reconocer las emociones en uno mismo y en los demás. Es la base sobre la cual se construyen las habilidades posteriores, ya que sin una percepción precisa resulta difícil avanzar hacia niveles superiores. En esta etapa, se requiere sensibilidad para captar señales emocionales como expresiones faciales, tono de voz o gestos, aspectos fundamentales para comprender el estado emocional en diferentes contextos sociales.

El segundo nivel es la facilitación emocional, donde las emociones comienzan a influir en los procesos cognitivos como el pensamiento y la toma de decisiones. Aquí, las emociones dejan de ser meras reacciones automáticas para convertirse en herramientas útiles que guían nuestras acciones. La habilidad consiste en usar estas emociones para potenciar el razonamiento y resolver problemas, integrando así emoción y cognición en un proceso coordinado que favorece respuestas más adaptativas ante distintas situaciones.

El tercer nivel corresponde a la comprensión emocional, que implica interpretar correctamente las causas y relaciones entre diferentes sentimientos. En esta etapa, se desarrolla la capacidad para entender cómo una emoción puede evolucionar o combinarse con otras, así como reconocer su significado contextual. Esta habilidad es esencial para evitar malentendidos o reacciones impulsivas y permite responder con mayor empatía y precisión a las experiencias emocionales propias y ajenas.

El cuarto nivel es la regulación emocional, considerado como el grado más avanzado del modelo. Consiste en gestionar conscientemente las propias emociones para mantener un equilibrio adecuado frente a diferentes desafíos o estímulos externos e internos. La regulación emocional requiere control consciente y estrategias específicas que permitan modificar estados emocionales negativos o potenciar positivos, contribuyendo así al bienestar psicológico y a relaciones interpersonales saludables.

El modelo propuesto por Salovey y Mayer (1997) ofrece una visión integral del desarrollo de la inteligencia emocional desde un enfoque cognitivo. Al destacar cuatro niveles progresivos proporciona un marco teórico útil para entender cómo estas habilidades se adquieren y perfeccionan a lo largo del tiempo. Además, resalta la interacción entre emoción y cognición como elementos esenciales para una gestión emocional efectiva, lo cual tiene importantes implicaciones tanto en ámbitos educativos como clínicos o laborales. Ante ello, Fernández y Extremera (2009) plantean que:

Las emociones vistas desde el juego es la capacidad de emplear sus sentimientos para mejorar el sistema cognitivo, por lo cual esta capacidad puede aprovecharse para la resolución de problemas más efectiva, el razonamiento, la toma de decisiones y los esfuerzos creativos (p. 87)

La visión de las emociones desde la perspectiva del juego destaca su papel fundamental en el desarrollo integral de los niños, ya que permite emplear sus sentimientos para potenciar el sistema cognitivo. A través del juego, los niños no solo expresan sus emociones, sino que también aprenden a gestionarlas y utilizarlas como herramientas para comprender mejor su entorno. Esta interacción entre emoción y pensamiento favorece un aprendizaje más significativo, donde las experiencias emocionales enriquecen la adquisición de conocimientos y habilidades cognitivas.

El empleo de las emociones en el contexto del juego facilita la resolución de problemas de manera más efectiva, ya que los niños aprenden a identificar diferentes sentimientos asociados a distintas situaciones y a usar esa información emocional para encontrar soluciones. Por ejemplo, experimentar frustración durante un juego puede motivarles a buscar nuevas estrategias o enfoques para superar obstáculos, desarrollando así habilidades de razonamiento y perseverancia. La capacidad de gestionar estas emociones en un entorno lúdico fomenta una actitud positiva frente a los desafíos.

Asimismo, el juego permite que los niños utilicen sus sentimientos para mejorar su proceso de toma de decisiones. Al enfrentarse a escenarios imaginativos o sociales en el juego, aprenden a evaluar opciones, anticipar consecuencias y seleccionar acciones apropiadas según las emociones involucradas. Este proceso fortalece su capacidad de juicio y les ayuda a entender cómo sus sentimientos influyen en sus elecciones cotidianas, promoviendo una mayor autoconciencia emocional.

Además, las actividades lúdicas estimulan esfuerzos creativos al ofrecer un espacio seguro donde los niños pueden explorar diferentes roles, ideas y soluciones sin temor al error. La conexión entre emoción y creatividad se manifiesta cuando los sentimientos positivos como la alegría o la curiosidad impulsan la imaginación y la innovación. De esta manera, el juego se convierte en un medio efectivo para desarrollar habilidades cognitivas superiores relacionadas con la inventiva y la originalidad.

En definitiva, ver las emociones desde el juego resalta su potencial para fortalecer procesos cognitivos esenciales como el razonamiento, la resolución de problemas y la toma de decisiones. Aprovechar esta relación en contextos educativos o terapéuticos puede facilitar un aprendizaje más dinámico y efectivo, donde las experiencias emocionales se integran como recursos valiosos para el crecimiento intelectual. Fomentar espacios lúdicos adecuados contribuye no solo al bienestar emocional infantil sino también al desarrollo de capacidades cognitivas que serán fundamentales en su vida futura.

REFERENCIAS

- Arce, K. (2020). Educational model “I play, I feel, I am” and emotional intelligence in early education children. *SCIÉENDO*, 23(1), 59–64. <https://doi.org/10.17268/sciendo.2020.009>
- Barrios-Gómez, N., Gutiérrez-Pabón, D., Montenegro-Maldonado, V., Pineda-Zurita, I., Barros Sánchez, M., Rivera-Martínez, N., & Olivares-Mancilla, O. (2018). Formación en valores mediante juegos tradicionales usando la investigación como estrategia pedagógica. *Cultura Educación y Sociedad*, 9(3), 775–782. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.9.3.2018.91>
- Cayuela, D., & López-Mora, C. (2019). Prosocialidad, Educación Física e Inteligencia Emocional en la Escuela. *Journal of Sport and Health Research*, 2019(1), 17–32. http://www.journalshr.com/papers/Vol%2011_N%201/JSJR%20V11_1_2.pdf
- Danvila del Valle, I., & Sastre, M. Á. (2010). Inteligencia Emocional: una revisión del concepto y líneas de investigación. *Cuadernos de Estudios Empresariales*, 20, 107–126. <https://www.researchgate.net/publication/277271061>
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 66(23), 73–84. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066006>
- Huarcaya, B. F. (2021). Juegos e inteligencia emocional en estudiantes del II ciclo del distrito de Huancán. <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/6964>

- Jiménez-Tamayo, R. J., Ludeña-Jaramillo, L. F., & Medina-León, C. S. (2022). Actividades lúdicas (Juegos tradicionales) como dinamizador de las relaciones interpersonales. Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social "Tejedora", 5(9), 172–185. <https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/view/285/468>
- Milagros, R., JOURNAL OF SCIENCE AND RESEARCH E-ISSN: 2528-8083 Vol. 8, N°. 2, Abril – Junio 2023 128
- Centeno, L., Kasely, Y., & Rodríguez, F. (2020). Programas de control de impulsos para mejorar la inteligencia emocional en niños. Integración Académica En Psicología, 24, 122–129. www.integracion-academica.org
- Morinigo, C. I., & Fenner, I. (2021). COMO DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL. Minerva Magazine of Science. <https://doi.org/10.31070/rm2021cim02>
- Portela, O., Flores, L., & Verde, P. M. (2018). Guía didáctica digital: una herramienta en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Pedagogía Profesional, 16(2), 1–9. <http://revista.ucpejv.edu.cu/index.php/rPProf>
- Preciado, D. C. (2019). Evaluación de la inteligencia emocional del personal docente y su relación con el rendimiento escolar de los niños de 7 y 9 años en la Escuela de Educación Básica Simón Bolívar del Cantón Santa Rosa Ecuador. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11375>
- Revolledo Mora de Siancas, A. B. (2022). Juego didáctico y la inteligencia emocional en los niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial N°001 Zarumilla, 2021. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/80385>

Salazar, M. E. (2018). El juego como estrategia metodológica y su incidencia en el nivel de aprendizaje del área personal social en niños de 5 años de la Institución Educativa Inicial 209 UGEL 06 del año 2011. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/1970>

Samuel, J. (2016). Inteligencia Emocional. Revista de Educación, Motricidad e Investigación, 4. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i4.2727>.