



UDS

Mi Universidad

Ensayo

Nombre del alumno (a): Gómez Gómez Karla Jazmín

Nombre del tema: La soledad emocional en niños de quinto grado: un análisis desde la experiencia docente

Parcial único

Nombre de la Materia: Taller de elaboración de tesis

Nombre del profesor: Pérez Verdi Raúl

Nombre de la Licenciatura: Psicología

9no Cuatrimestre

Pichucalco, Chiapas, A 16 de Junio de 2025

Introducción

La infancia es una etapa fundamental en el desarrollo emocional del ser humano, donde los vínculos afectivos y la sensación de pertenencia juegan un papel clave para el bienestar psicológico. Sin embargo, no todos los niños tienen la oportunidad de crecer en un ambiente afectivo y seguro. Algunos, a pesar de estar rodeados de personas, viven una experiencia silenciosa pero profunda: la soledad emocional. Esta situación, si no se detecta ni se atiende a tiempo, puede impactar negativamente su conducta, aprendizaje y relaciones sociales.

Desde la práctica docente en educación primaria, es posible identificar ciertos indicadores que permiten sospechar de esta problemática. En el presente ensayo se analiza la soledad emocional a través de dos casos específicos de estudiantes de quinto grado, observados en la Escuela Primaria Federal “24 de febrero”, ubicada en la zona urbana del municipio de Pichucalco, Chiapas. Se trata de Sofía Valeria Cruz de León y Hansel Yanink Juárez Cruz, quienes, desde conductas muy distintas, muestran señales de aislamiento emocional. La intención de este trabajo es reflexionar sobre esta problemática, sus causas, manifestaciones y posibles respuestas desde el rol del docente.

La soledad emocional en niños de quinto grado: un análisis desde la experiencia docente

Comprendiendo la soledad emocional en la infancia

La soledad emocional no debe confundirse con la soledad física. Un niño puede estar acompañado de personas, e incluso asistir regularmente a la escuela, pero sentirse profundamente solo si no encuentra en su entorno una figura que lo escuche, lo valore o lo acompañe emocionalmente. Este tipo de soledad no siempre se expresa con palabras, sino que se manifiesta en actitudes, reacciones y formas de relacionarse con los demás.

Durante la niñez, los vínculos afectivos que se establecen en el hogar y en la escuela son clave para la construcción de una identidad emocional sana. Cuando estos vínculos son débiles o están ausentes, los niños pueden desarrollar sentimientos de vacío, inseguridad, tristeza o irritabilidad que, con frecuencia, se traducen en bajo rendimiento escolar, poca participación, aislamiento o comportamientos agresivos.

La observación directa en el aula

Desde mi experiencia como docente del grupo de quinto grado, he tenido la oportunidad de observar con atención a dos estudiantes cuyos comportamientos me llevaron a indagar más allá de lo evidente. Ambos presentan actitudes que, aunque diferentes, parecen tener un origen común: la falta de atención emocional.

Sofía Valeria Cruz de León es una niña tranquila, introvertida, que evita interactuar con sus compañeros y rara vez participa en las actividades escolares. Su mirada suele estar perdida, y aunque físicamente está presente, emocionalmente parece ausente. A lo largo del ciclo escolar, su rendimiento académico ha bajado, no entrega tareas con regularidad y se aísla durante los recesos. Mediante pequeñas conversaciones informales, he podido saber que vive con su madre, quien trabaja gran parte del día, y que su padre no forma parte activa de su vida. Esta situación ha generado en Sofía un vacío emocional que se refleja en su actitud distante y silenciosa dentro del aula.

Por otro lado, Hansel Yanink Juárez Cruz representa un caso distinto, pero igual de preocupante. A diferencia de Sofía, Hansel es inquieto, impulsivo y con frecuencia actúa de manera agresiva con sus compañeros. Suele interrumpir la clase, desobedecer indicaciones y mostrarse desafiante ante la autoridad. Estas actitudes, que en primera instancia podrían parecer simple indisciplina, se entienden mejor cuando se conoce su entorno: pasa la mayor parte del tiempo solo en casa, entretenido con dispositivos electrónicos, mientras su madre trabaja y su padre tiene poca presencia en su vida. Hansel parece utilizar la agresividad como un mecanismo para expresar su necesidad de atención y su frustración emocional.

Factores que originan la problemática

Ambos casos nos muestran cómo diferentes contextos familiares pueden derivar en experiencias similares de soledad emocional. La falta de tiempo de los padres, la ausencia de comunicación afectiva y la poca contención emocional en el hogar son factores que influyen directamente en el bienestar de los niños. En muchos hogares, las responsabilidades laborales absorben gran parte del tiempo de los adultos, lo que limita el acompañamiento emocional que los hijos necesitan.

Además, la presencia de la tecnología como sustituto del vínculo emocional se ha vuelto una constante. Muchos niños, como Hansel, pasan horas frente a una pantalla, no porque lo prefieran, sino porque no tienen otra compañía. Esto, lejos de ser una solución, incrementa su sensación de desconexión afectiva.

La importancia del rol docente

Ante este tipo de problemáticas, la escuela se convierte en un espacio fundamental para observar, contener y, en algunos casos, intervenir. Los docentes, por su cercanía diaria con los alumnos, están en una posición privilegiada para detectar señales de alerta. Sin embargo, no siempre contamos con la formación emocional o las herramientas para abordar estos temas. Por ello, es urgente que la formación docente incluya el desarrollo de habilidades socioemocionales que nos permitan no solo enseñar contenidos académicos, sino también acompañar emocionalmente a nuestros estudiantes.

En el aula, es posible implementar estrategias sencillas como el diálogo abierto, dinámicas de integración, actividades que promuevan la expresión emocional, y lo más importante: la escucha atenta. A veces, un docente que muestra interés genuino por cómo se siente un alumno puede marcar una gran diferencia.

La necesidad de visibilizar el problema

La soledad emocional infantil es una problemática que muchas veces permanece oculta. No todos los niños saben expresar lo que sienten, y muchos adultos no saben reconocer las señales. Por eso, visibilizar esta realidad es un paso necesario para avanzar hacia una educación más humana y empática. Casos como los de Sofía y Hansel deben ser comprendidos desde una perspectiva integral, que considere el contexto familiar, social y escolar.

Conclusión

La soledad emocional en la infancia no es un tema menor. Sus efectos se reflejan en el aprendizaje, la conducta y, sobre todo, en el bienestar integral de los niños. A través del análisis de los casos de Sofía y Hansel, es posible observar cómo diferentes expresiones emocionales pueden tener una raíz común: la falta de acompañamiento afectivo. Como docentes, tenemos la responsabilidad de mirar más allá de la conducta superficial y comprender que detrás de ciertos comportamientos hay necesidades emocionales no atendidas.

Este ensayo ha buscado generar conciencia sobre la importancia de identificar y atender la soledad emocional en el aula, reconociendo el papel clave que jugamos como adultos responsables en la vida de los niños. Es necesario fortalecer los vínculos emocionales desde el hogar y desde la escuela, para que los estudiantes no solo aprendan a sumar, leer o escribir, sino también a sentirse validados, escuchados y acompañados.

Una educación verdaderamente transformadora es aquella que, además de transmitir conocimientos, cultiva el corazón.