

JUEGO

Aprendiendo a Través del Juego

Peter K Smith, BA, PhD, Anthony Pellegrini, PhD

Goldsmiths, University of London, Reino Unido, University of Minnesota, EE.UU.

Septiembre 2008

Introducción

Definimos qué es el juego, revisamos los principales tipos de juego y sus beneficios para el desarrollo en diversas áreas.

Materia: ¿Qué es el Juego?

A menudo el juego es definido como una actividad realizada por sí misma, caracterizada por los medios y no por la finalidad (el proceso es más importante que cualquier punto final u objetivo), por su flexibilidad (los objetos se ponen en diferentes combinaciones o los roles son actuados de formas nuevas) y afecto positivo (los niños a menudo sonríen, se ríen y manifiestan que lo disfrutan). Estos criterios contrastan el juego con la *exploración* (investigación centrada en cómo un niño se familiariza con un nuevo juego o ambiente que después puede conducir al juego), el *trabajo* (que tiene un objetivo definido) y los *juegos estructurados* (actividades más organizadas en las que hay un objetivo, típicamente ganar). En el desarrollo, los juegos con reglas tienden a ser más comunes después de los 6 años, mientras el juego es muy frecuente en niños de 2 a 6 años.

El contexto de la Investigación

Casi todos los niños juegan, excepto aquellos que están malnutridos, privados o con discapacidades severas. Típicamente los niños dedican entre el 3 y el 20% de su tiempo y energía al juego,¹ y aún más en nichos mejor dotados.² Si los niños se encuentran temporalmente privados de oportunidades de juego, por ejemplo manteniéndolos en un salón de clases, después van a jugar de una forma más vigorosa y por más tiempo.¹

A medida que los niños invierten tiempo y energía en el juego y que hay oportunidades de aprendizaje cuando juegan, parece haber una necesidad por el juego. Esto es cierto en todas las crías de mamíferos, aunque otros mamíferos presentan mucha menos variedad de formas de juego que los niños humanos. Estos hallazgos sugieren que el juego tiene beneficios para el desarrollo. Los beneficios pueden ser inmediatos, a largo plazo o ambos. Sin embargo, aún se debate el papel exacto del juego en el aprendizaje. Un imperante “ethos del juego”^{3,4} ha tendido a exagerar la evidencia del papel esencial del juego. No obstante, la evidencia correlacional y experimental sugiere que el juego tiene beneficios importantes, aún cuando algunos de estos beneficios también puedan ser obtenidos de otra manera.

El *juego locomotor*, incluyendo el juego de ejercicio (correr, escalar, etc.), implica una gran actividad física y en general se considera que apoya el entrenamiento físico de los músculos para la fuerza, la resistencia y la habilidad. El juego de ejercicio aumenta desde niños pequeños hasta niños en edad preescolar llegando a su máximo en los primeros años escolares, cuando las bases neuronales y musculares de la coordinación física y el crecimiento sano son importantes y el juego vigoroso obviamente ofrece oportunidades para esto;⁵ más adelante este tipo de juego disminuye. Hay evidencia de que los descansos activos que incluyan actividades como un parque, pueden ayudar a los niños a tener mayor concentración en tareas sedentarias subsecuentes,¹ esto es consistente con la hipótesis de la inmadurez cognitiva en la que “la necesidad de ejercicio ayuda a los niños pequeños a espaciar las demandas cognitivas para las que tienen capacidades menos maduras”.⁶

El *juego social* hace referencia a interacciones basadas en el juego entre el niño y sus padres o cuidadores en niños hasta de 2 años, pero cada vez más con otros niños debido a que el juego social aumenta drásticamente desde los 2 hasta los 6 años. Al principio jugar con un sólo compañero puede ser suficientemente complejo, pero hacia a los 3 o 4 años un grupo de juego puede consistir de 3 o más participantes a medida que los niños adquieren habilidades de coordinación social y libretos sociales. El *juego paralelo*, común en los niños de 2 y 3 años, se da cuando los niños juegan cerca de los otros sin mucha interacción. Hay un tipo de juego que es

solitario.⁷ Este tipo de juego puede ser físico, incorporar objetos o lenguaje, ser imaginativo o incluir todos estos aspectos. El *juego brusco*, incluyendo juego de pelea y persecución, puede parecer una pelea real, pero en el juego de pelea los niños se ríen a menudo, los golpes y patadas son suaves o sin contacto y usualmente se realiza con los con amigos.

El *juego con objetos* se refiere al uso lúdico de objetos como piezas de encajar, rompecabezas, carros, muñecas, etc. En los bebés, este juego consiste en meter los objetos a la boca y botarlos al piso. En los niños pequeños es a veces sólo la manipulación de los objetos (ej. encajar fichas), pero algunas veces incluye el juego imaginativo (ej. construir una casa, alimentar a un bebé). El juego con objetos les permite a los niños intentar nuevas combinaciones de acciones, sin una restricción externa y les puede ayudar a desarrollar habilidades de resolución de problemas. Los beneficios de este tipo de juego deben compararse con la instrucción, teniendo en cuenta la edad del niño, la naturaleza de la tarea, y si el aprendizaje es para una habilidad específica, o si se busca una actitud creativa o inquisitiva general. Los beneficios más marcados pueden ser para el pensamiento independiente y creativo,⁸ aunque la evidencia es equívoca.⁹

Juego de lenguaje. Alrededor de los 2 años de edad, los niños tienden a hablarse a sí mismos antes de ir a dormir o al despertar. Esto es lúdico, con repetición y a veces risa. A los 3 y 4 años, los niños usan el lenguaje humorísticamente (“soy una ballena, estoy llena”, “soy un flamenco, no sé de dónde vengo”). Las habilidades fonológicas del lenguaje (el habla y los sonidos), el vocabulario y el significado (semántica), la gramática (sintaxis) y la pragmática (la utilización correcta del lenguaje en situaciones sociales) se desarrollan rápidamente en los años preescolares. Algunas habilidades fonológicas se pueden desarrollar en los monólogos solitarios cuando los niños se hablan a sí mismos, pero la mayoría de los beneficios del aprendizaje de lenguaje probablemente vienen del juego sociodramático.

El *juego imaginativo* implica fingir que un objeto o una acción es algo diferente a lo que realmente es. Un banano es un teléfono, por ejemplo. Este tipo de juego se desarrolla desde los 15 meses con acciones sencillas como hacerse el dormido, o poner a un muñeco a dormir, convirtiéndose en secuencias más largas y en juego de roles. El *juego socio-dramático*, común desde los 3 años, es el juego imaginativo que incluye a otros, mantener un rol y una línea narrativa. Puede implicar entender las intenciones del otro, construcciones sofisticadas de lenguaje y el desarrollo de una historia (a veces) intrincada y novedosa. Los niños negocian los significados y los roles (tú serás el papá, ¿cierto?) y discuten sobre los comportamientos adecuados (“No, uno no le da la comida al bebé así!).

Se han propuesto muchas funciones de aprendizaje para el juego imaginativo y especialmente para el juego sociodramático.¹⁰ Una hipótesis es que es útil para el desarrollo de habilidades previas a la lectoescritura, tales como el reconocimiento de las letras en el texto y entendimiento del propósito de los libros.^{11,12,13} La estructura narrativa de las secuencias del juego sociodramático refleja la secuencia narrativa de los libros. Para lograr estos beneficios, es útil algo de estructura por parte de los adultos (para mantener una historia, tener materiales adecuados como libros, letras de plástico, etc.).

Otra hipótesis plantea que el juego imaginativo aumenta la seguridad emocional. Un niño que está emocionalmente afectado por algo, por ejemplo una pelea entre sus padres o la enfermedad o muerte de algún familiar, puede tratar la ansiedad al actuar estas situaciones en el juego imaginativo con muñecas, por ejemplo. Los terapeutas de juego usan este tipo de técnicas para ayudar a entender la ansiedad de los niños; y la mayoría de ellos creen que esto le puede ayudar al niño a resolver sus problemas.¹⁴

Una hipótesis relativamente reciente es que el juego imaginativo mejora el desarrollo de la teoría de la mente. La habilidad de la teoría de la mente significa ser capaz de entender (representar) el conocimiento y las creencias de los otros; esto es, entender que otras personas pueden tener una creencia o conocimiento diferente del mío. Esto no ocurre hasta los 3 o 4 años. La interacción social con compañeros de la misma edad parece ser importante para esto, y el juego imaginativo social (con hermanos o pares) puede ser especialmente útil debido a que los niños negocian diferentes roles y comprenden que cada rol implica un comportamiento diferente.¹⁵ Aunque estos beneficios son plausibles, hay muy poca evidencia experimental; la evidencia correlacional sugiere que el juego imaginativo social ayuda pero que es sólo una de las diferentes rutas para la adquisición de la teoría de la mente.¹⁶

Preguntas Clave y Vacíos en la Investigación

Nos hace falta información descriptiva sobre la cantidad de tiempo y energía invertida en diferentes formas de juego. Sin esta información no podemos entender los beneficios supuestos del juego. Adicionalmente, aunque el juego pueda tener muchos beneficios, no siempre se presentan. El juego de pelea es visto de forma ambivalente por el personal de las guarderías, ya que lo encuentran ruidoso, disruptivo y creen que a menudo lleva a peleas reales. De hecho, la investigación sugiere que durante los años de primaria, sólo alrededor del 1% del *juego brusco* se convierte en peleas reales. Sin embargo, esto es más frecuente en algunos niños que no tienen

habilidades sociales y que son rechazados por sus compañeros. Estos niños a menudo responden al juego brusco de una forma agresiva.¹⁷

Otra área de preocupación se da en el juego de guerra (juego con pistolas de mentira, armas, o figuras de combate o de superhéroes¹⁸). Carlsson-Paige y Levin¹⁹ compararon la visión del desarrollo en la que el juego, incluyendo el juego de guerra, es visto como el principal vehículo para que los niños se expresen, con una visión sociopolítica de que los niños aprenden conceptos y valores políticos militaristas a través del juego de guerra. No hay una base de conocimiento muy amplia en la que se puedan basar los argumentos sobre si las preocupaciones son justificadas o no. Dunn y Hughes²⁰ encontraron que niños de 4 años difíciles de manejar presentaban fantasías violentas frecuentes y la magnitud de esto estuvo relacionada con habilidades pobres de lenguaje y de juego, más comportamientos antisociales, y menor empatía a los 6 años. Esto sugiere que puede haber preocupación por los efectos que este tipo de juego pueda tener en niños que presenten algún tipo de problema o trastorno.

Implicaciones

En las sociedades contemporáneas, los adultos normalmente están involucrados en el juego de los niños, proporcionando juguetes y ambientes de juego. Los beneficios del juego a la lectoescritura pueden ser mejorados al darles a los niños papel, crayolas y letras plásticas. Los beneficios de ejercicio que trae el juego pueden ser mejorados poniéndoles a los niños formas retadoras de escalar diferentes objetos. El juego creativo puede ser mejorado al darles bloques que encajan tipo lego para estimular actividades de construcción creativa.

El personal de jardín puede trabajar con los niños para estructurar el juego y darle más valor educativo incluyendo actividades como rompecabezas, juegos de parejas de colores y patrones y materiales como agua, arena y arcilla para que los niños puedan manipular, y promoviendo el juego sociodramático.¹⁰ *Esta tutoría de juego* implica proveer accesorios adecuados (casa de muñecas, disfraces adecuados para los juegos de rol, equipo de hospital, etc.), llevar a los niños a salidas para estimular su imaginación (al hospital, al zoológico, etc.) y sugerir temas de juego y ayudar a los niños a desarrollarlos. El entrenamiento en el juego puede ser una forma agradable y efectiva para mejorar las habilidades en el desarrollo del lenguaje, el desarrollo cognitivo, la creatividad y la toma de roles.²¹

La mayoría de los expertos en la investigación de juego creen que un enfoque equilibrado es el mejor. Debe haber buenas oportunidades para un genuino juego libre. También, debe haber una participación activa de los adultos en la estructuración de partes del juego como en la tutoría del juego. Y a medida que los niños crecen, hay una necesidad para una instrucción más directa. El balance entre los diferentes tipos de juego es materia de un debate continuo. Como todos los tipos de juego proporcionan oportunidades diferentes, un programa mixto en preescolar, con muchas oportunidades de juego libre y juego estructurado, probablemente es lo mejor para los niños y les proporciona un ambiente alegre y estimulante para que puedan prosperar.

Referencias

1. Pellegrini AD, Smith PK. Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. *Child Development* 1998;69(3):577-598.
2. Burghardt GM. *The genesis of animal play: Testing the limits*. Cambridge, MA: MIT Press; 2005.
3. Smith PK. Children's play and its role in early development: A re-evaluation of the 'Play Ethos'. En: Pellegrini AD, ed. *Psychological Bases for Early education*. New York, NY: John Wiley & Sons Ltd.; 1988: 207-226.
4. Smith PK. *Children and Play*. New York, NY: J. Wiley. En prensa.
5. Byers JA, Walker C. Refining the motor training hypothesis for the evolution of play. *American Naturalist* 1995;146(1):25-40.
6. Bjorklund D, Green B. The adaptive nature of cognitive immaturity. *American Psychologist* 1992;47(1):46-54.
7. Parten M. Social participation among preschool children. *Journal of Abnormal and Social Psychology* 1932;27:243-269.
8. Bruner JS. The nature and uses of immaturity. *American Psychologist* 1972; 27(8):687-708.
9. Pellegrini AD, Gustafson K. Boys' and girls' uses of objects for exploration, play, and tools in early childhood. En: Pellegrini AD, Smith PK, eds. *The Nature of Play: Great Apes and Humans* New York, NY: Guilford Press; 2005: 113-138.
10. Smilansky S. *The effects of Sociodramatic Play on Disadvantaged Preschool children*. New York: Wiley; 1968.
11. Pellegrini A, Galda L. Ten years after: A reexamination of symbolic play and literacy research. *Reading Research Quarterly* 1993;28(2):163-175.
12. Roskos K, Christie J, eds. *Play and Literacy: Research from Multiple Perspectives*. 2nd ed. Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates; 2007.
13. Zigler EF, Singer DG, Bishop-Josef S.J, eds. *Children's Play: The Roots of Reading*. Washington, DC: Zero to Three Press; 2004.
14. Porter ML, Hernandez-Reif M, Jessee P. Play therapy: A review. *Early Child Development and Care*. En prensa.
15. Dunn J, Cutting AL. Understanding others, and individual differences in friendship interactions in young children. *Social Development* 1999;8(2):201-219.
16. Smith PK. Social and pretend play in children. En: Pellegrini AD, Smith PK, eds. *The Nature of Play: Great Apes and Humans*. New York, NY: Guilford Publications; 2005:173-209.
17. Pellegrini AD. The rough play of adolescent boys of differing sociometric status. *International Journal of Behavioral Development* 1994;17(3):525-540.
18. Holland P. *We don't Play with Guns here: War, Weapon and Superhero Play in the Early Years*. Maidenhead, UK: Open University Press; 2003.

19. Carlsson-Paige N, Levin DE. *The War Play Dilemma*. New York, NY: Teachers College Press; 1987.
20. Dunn J, Hughes C. "I got some swords and you're dead!": Violent fantasy, antisocial behavior, friendship, and moral sensibility in young children. *Child Development* 2001;72(2): 491-505.
21. Smith PK, Dalgleish M, Herzmark G. A comparison of the effects of fantasy play tutoring and skills tutoring in nursery classes. *International Journal of Behavioural Development* 1981;4(4): 421-441.