

Atención personas nacidas entre 1960 y 1970: fueron la última generación que vivió un fenómeno único, según la psicología

04/05/2026



En un contexto donde las **infancias** están cada vez más organizadas, supervisadas y atravesadas por la tecnología, **especialistas en psicología** comenzaron a analizar qué cambió respecto a décadas anteriores.

La conclusión apunta a una generación específica: **quienes nacieron entre 1960 y 1970 habrían experimentado condiciones únicas** que favorecieron un desarrollo emocional más sólido.



En los últimos años, la psicología ha comenzado a poner el foco en una generación que creció en condiciones muy distintas a las actuales. Se trata de las personas nacidas entre 1960 y 1970. Foto: Pexels.

La generación que creció sin agendas ni pantallas

A diferencia de las infancias actuales, **los niños de las décadas del 60 y 70** crecieron en entornos con mayor libertad. No había actividades extraescolares constantes ni agendas repletas de compromisos. **El tiempo libre era realmente libre.**

Sin dispositivos digitales, con una televisión limitada y escasa supervisión adulta, **los niños pasaban largas horas jugando en la calle, explorando y resolviendo conflictos por sí mismos.** Este contexto permitió el desarrollo natural de habilidades como la creatividad, la toma de decisiones y la autonomía.

Según especialistas, ***“El juego espontáneo era la norma, y a través de él los niños aprendían habilidades fundamentales como negociar, tomar decisiones o gestionar sus emociones sin intervención externa”.***



La infancia sin pantallas busca proteger el desarrollo cognitivo, emocional y físico, limitando la tecnología antes de los 2-3 años y restringiéndola después. Foto: Unsplash.

El juego libre como clave del desarrollo emocional

El concepto de **juego libre** aparece como uno de los pilares centrales de esta **“infancia feliz”**. Lejos de ser una simple forma de entretenimiento, se trata de una herramienta fundamental para el desarrollo psicológico.

“Este cambio no solo afecta al bienestar inmediato, sino que también influye en la percepción que los jóvenes desarrollan sobre su capacidad para influir en su entorno”, señalan los

expertos al analizar la pérdida progresiva de estas experiencias.

Además, *“cuando los niños crean sus propias reglas, resuelven conflictos y experimentan consecuencias, están desarrollando competencias emocionales que ninguna actividad estructurada puede replicar”*.

Este tipo de aprendizaje fortalece la resiliencia, la adaptación y la construcción de un **“locus de control interno”**, es decir, la sensación de que las propias acciones tienen impacto en la vida.



El concepto de juego libre aparece como uno de los pilares centrales de esta “infancia feliz”. Foto: Freepik.

De la libertad a la sobreplanificación: cómo cambió la

infancia con el paso de los años

El paso hacia una infancia más estructurada se dio de forma progresiva. A partir de finales de los años 70 y durante las décadas siguientes, **creció la preocupación por la seguridad**, lo que llevó a muchos adultos a supervisar más de cerca cada actividad de los niños.

Con el tiempo, se consolidó la idea de que una **infancia “productiva”** debía estar llena de actividades organizadas. Sin embargo, este enfoque redujo las oportunidades de exploración autónoma, el aburrimiento creativo y la resolución independiente de problemas.

A esto se suma el **impacto emocional del entorno familiar**. Los especialistas advierten que las emociones de los adultos influyen directamente en los niños, por lo que generar un clima emocional saludable resulta clave para su desarrollo.



El uso excesivo de celulares en niños provoca problemas graves de salud y desarrollo, incluyendo trastornos del sueño,

retraso en el lenguaje, déficit de atención, obesidad infantil y adicción. Foto: Freepik.

Hoy, aunque el contexto es distinto, los expertos coinciden en que es posible recuperar algunos elementos de aquella infancia: **fomentar el juego libre, validar las emociones y permitir espacios de autonomía.**

“Dar espacio a los niños para jugar sin intervención constante les permite experimentar y aprender de forma autónoma”, concluyen los especialistas.

Así, el debate no apunta a volver al pasado, **sino a repensar el presente**: cómo equilibrar estructura y libertad para favorecer una infancia más saludable en el mundo actual.

Fuente: Canal 26