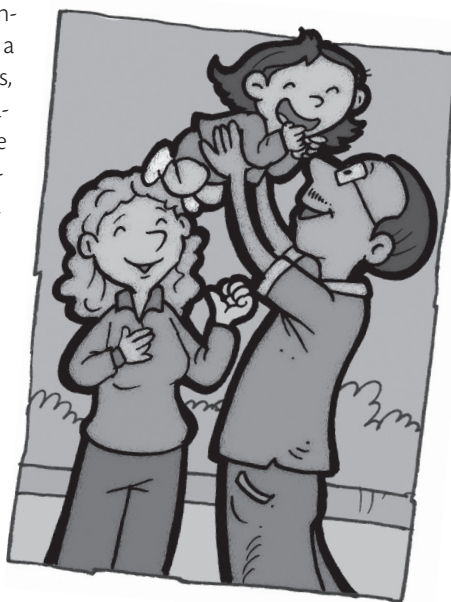


## ¿Qué nos preocupa a los padres?

### Compartir tiempo con los hijos

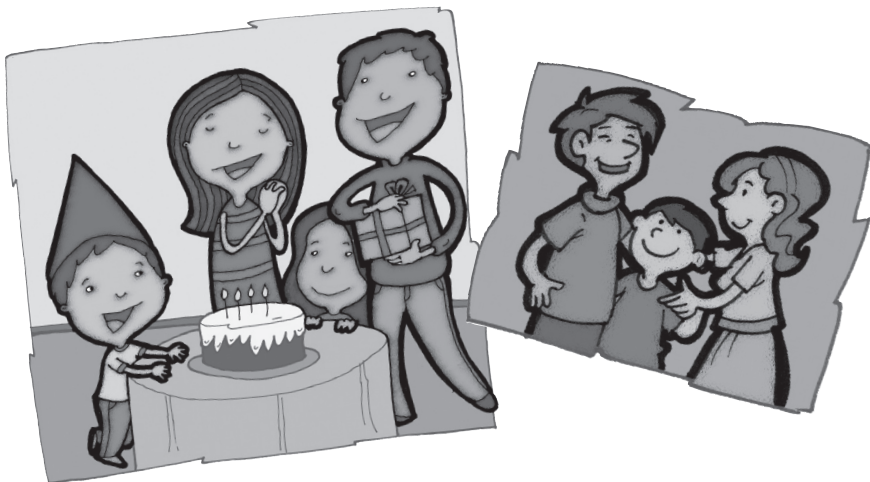
Los estilos de vida que imperan en la sociedad actual hacen que no dediquemos el tiempo que quisiéramos al cuidado de nuestros hijos. Muchas veces, el trabajo, ya sea dentro o fuera de la casa, no nos permite estar pendientes de sus necesidades; en otros casos, los niños realizan tantas actividades extraescolares que es difícil compartir tiempo con ellos. El resultado es un sentimiento de insatisfacción, porque no podemos atender como quisiéramos a nuestros hijos y porque tenemos la sensación de estar perdiéndonos ese momento maravilloso en el que empiezan a descubrir la vida y sus misterios.

Sin embargo, aunque estos sentimientos sean naturales, no debemos dejar que lleguen a cuestionar nuestra capacidad para ejercer nuestra función de padres. Tampoco debemos permitir que esto se convierta en un chantaje emocional que nos lleve a consentir todos los caprichos de nuestros hijos. Es verdad que los niños desean compartir tiempo con su familia, pero no es menos cierto que lo que más necesitan los niños y niñas de estas edades es sentirse queridos y protegidos por las personas que les rodean, y esto no depende tanto de la cantidad de tiempo que pasemos con ellos sino de la calidad de esos momentos compartidos. Para que un niño crezca sano y feliz es indispensable que encuentre en su familia y en los adultos que le rodean muestras de amor y cariño incondicional, que puedan ayudarlo a construir las bases de su personalidad. Siempre y cuando no se rompan estos vínculos afectivos, los niños serán capaces de entender las pequeñas separaciones. Lo verdaderamente importante es que ellos comprendan que los momentos comunes van a ser una ocasión para compartir sentimientos, momentos en los que ellos serán los verdaderos protagonistas. Si el niño percibe que sus necesidades de atención y afecto son satisfechas, no se sentirá amenazado y tendrá menos dificultades para aceptar esta situación. Por lo tanto, es recomendable transmitir a nuestros hijos el sentimiento de que son valiosos en nuestra vida, no tanto por sus logros o sus habilidades concretas, sino por el simple hecho de formar parte de ella. Este sentimiento de pertenencia será fundamental para permitirlos crecer armónicamente y, en consecuencia, aprender a respetar a los demás y a relacionarse con ellos.



Como hemos visto, es importante convertir el tiempo que dedicamos a nuestros hijos en momentos únicos de comunicación afectiva. A continuación, aportamos algunas sugerencias que pueden ser de utilidad para fomentar y reforzar estos vínculos familiares.

- Aunque estemos cansados o enfadados, es conveniente dedicar un tiempo diario de exclusividad a nuestros hijos. De este modo, los niños sabrán que, pase lo que pase, tendrán un momento especial para ellos en el que compartirán sus intereses y preocupaciones o simplemente estar juntos.
- Aunque el resto de la semana no encontremos demasiado tiempo para estar con nuestros hijos, se pueden aprovechar los fines de semana para compartir momentos comunes. No es necesario programar ninguna actividad especial; actividades aparentemente tan simples como ir juntos de compras, leer un cuento o permitirles que nos ayuden a preparar la comida, seguramente, supondrán una gratificación valiosa para ellos.
- Algunos acontecimientos, como su fiesta de cumpleaños y la representación de fin de curso, son actos sociales que el niño vive con gran intensidad. Si por cualquier motivo no vamos a asistir, debemos explicárselo claramente, mostrar nuestros sentimientos por no participar en él y evitar, en todo momento, formular promesas que no vamos a poder cumplir.
- No está de más recordar que un regalo no suple la falta de atención por nuestra parte. Las necesidades emocionales de un niño no se cubren con juguetes o cumpliendo todos sus caprichos.
- Del mismo modo, no debemos confundir la atención y preocupación por nuestro hijo con un exceso de protección por nuestra parte. Aunque los niños necesitan sentirse queridos y protegidos, es vital que tengan espacios de libertad individual para jugar con otros compañeros de su edad o simplemente estar solos.



## Conductas de desobediencia

Todos los padres nos hemos enfrentado a situaciones donde nuestros hijos contestan sistemáticamente con un «no», cuando les pedimos que hagan algo. Este comportamiento nos preocupa, ya que no entendemos muy bien qué lo motiva y cómo podemos actuar para corregirlo.

### ¿Por qué desobedecen los niños?

En muchos casos, estas conductas de desobediencia se deben simplemente a que están cansados, hambrientos o alterados. Por otro lado, la oposición a los padres es, hasta cierto punto, normal en los niños de tres a seis años. Nuestros hijos están creciendo y comienzan a hacerse independientes. Con estas actitudes, en realidad, están experimentando su autonomía y ejercitando su capacidad de tomar algunas decisiones por su cuenta.

Otra posible causa para la desobediencia en los niños es la adquisición de un hábito en el tiempo. Ocurre con frecuencia que los padres nos preocupamos especialmente cuando nuestros hijos se comportan de un modo inadecuado, vertiendo toda nuestra atención sobre ellos, por lo que los niños adoptan este tipo de conducta como un recurso habitual para solicitar nuestra atención.


Por lo tanto, aunque en cierto modo decimos que se trata de una conducta normal en el desarrollo de los niños y niñas de estas edades, debe ser objeto de una atención especial por parte de los educadores y las familias, para evitar que se convierta en una pauta de comportamiento habitual.

### ¿Cuándo debemos preocuparnos?

En algunos casos, estos comportamientos —que pueden considerarse como normales—, llegan a tomar el aspecto de un problema que es necesario abordar y considerar con los especialistas adecuados. Nos referimos a los niños que tienen rabietas frecuentes, discuten en exceso con los adultos, mantienen una actitud desafiante e, incluso, llegan a dañar deliberadamente a las personas que les rodean.

En general, los niños que manifiestan estos síntomas tienen dificultades para mantener relaciones de cooperación con sus compañeros y desarrollan un comportamiento hostil hacia los adultos y las figuras de autoridad que les rodean, hasta el punto de interferir en su desarrollo emocional. En cualquier caso, antes de considerar que estamos ante un problema de este tipo, debemos asegurarnos de que se trata de una conducta repetitiva y actuar siempre en coordinación con el profesorado del centro escolar, quien, llegado el caso, nos orientará sobre las medidas más adecuadas a adoptar.

Es importante evitar estas situaciones, recurriendo a algunas estrategias, como las que se sugieren a continuación, que sirven para reducir estos desagradables enfrentamientos.

- 
- Puede darse el caso de que nuestro hijo o hija deje de hacer algo que le hemos indicado simplemente porque no ha entendido qué es lo que esperamos que haga. Por eso, debemos asegurarnos de que comprenda bien lo que le pedimos, ofreciéndole instrucciones simples, claras y razonables, y explicándole, en un lenguaje asequible para su edad, por qué se le pide o se le prohíbe algo.
  - Una buena opción es transformar una orden, que sabemos que habitualmente es una fuente de discusiones, en un juego o una actividad lúdica. Por ejemplo, si queremos que ordene sus juguetes, podemos proponerle que los agrupe por formas, colores, etc.; de este modo, estaremos consiguiendo que identifique estas actividades como algo positivo.
  - Es interesante ofrecer al niño dos opciones para que sea él quien elija entre ellas; así se evitará que interprete nuestras indicaciones como una imposición. Por ejemplo, si queremos que coma fruta en la merienda, podemos preguntarle: «¿Quieres merendar manzana o plátano?».
  - Es conveniente recompensar a nuestro hijo o hija cuando haya cumplido una petición que le hemos hecho; de este modo, reforzaremos el hábito de obedecer. En este sentido, es más efectivo un abrazo o un halago que exprese nuestros sentimientos, antes que una recompensa material.
  - A veces, cuando la desobediencia implica un peligro para el niño, como meter los dedos en el enchufe o cruzar la calle solo, deberemos recurrir a una reprimenda verbal. En este caso, es importante actuar con serenidad y firmeza, para evitar que la situación se convierta en un drama, pero explicando claramente las consecuencias de esa acción.
  - Una buena opción cuando consideremos que este tipo de actitudes son habituales y deben ser corregidas es aplicar la técnica conocida como *tiempo fuera*. Básicamente, consiste en pedirle que permanezca, durante un tiempo prudencial, en un lugar de la casa donde no haya juguetes ni objetos con los que corra peligro, de modo que se tranquilice y reflexione sobre su comportamiento.
  - Debe tenerse en cuenta la necesidad de establecer un equilibrio entre limitar el comportamiento de los niños y permitirles ciertas libertades. Los niños, al igual que nosotros, requieren de pautas de comportamiento para saber cómo deben actuar y de ciertos espacios de libertad personal para experimentar por sí mismos. Una buena educación es aquella que logra hacer un balance equilibrado entre la libertad que deseamos para nuestros hijos y el exceso de disciplina.

## Burlas en el colegio

Asistir a la escuela es una ocasión única para que nuestros hijos comiencen a establecer relaciones sociales y a tejer la red de amigos y conocidos que ofrece la vida en sociedad. Pero, al mismo tiempo, relacionarse con los otros los enfrenta a situaciones de inadaptación o a dificultades de relación con los demás.

Un caso frecuente son las circunstancias en las que cualquier característica diferente en nuestros hijos (llevar gafas, ser un poco gorditos, ser muy alto, etc.), por más insignificante que sea, despierta rechazo y crea momentos poco agradables que, en ocasiones, merman su autoestima.

En otros casos, descubrimos que son nuestros hijos los que se comportan de este modo, sin que encontremos una razón adecuada que lo justifique.

Como en todo, el tema de las burlas hay que considerarlo en su justa medida. No es lo mismo las bromas que surgen en el juego, donde todos se ríen, que aquellas donde la intención es molestar o ridiculizar a un compañero.



## ¿Por qué se burlan?

En estas edades, los niños están comenzando a ejercitar sus habilidades sociales; por ello, la aparición de estos comportamientos incorrectos es un indicio de una cierta dificultad para establecer relaciones con los demás, que puede tener distintos orígenes.

- Al relacionarse con los demás, algunos niños se comportan de un modo incorrecto. De este modo, se garantiza una atención permanente y exclusiva por parte de los adultos que les rodean. Se da el caso de que los niños recurren a las burlas por el deseo de destacar frente al resto y, de este modo, ser aceptados y admirados por sus compañeros más populares.
- Los niños aprenden los modelos de comportamiento por imitación de los adultos que les rodean. Así, reproducirán las actitudes que observan en el hogar y actuarán del mismo modo con sus compañeros de la escuela.
- En general, todos tendemos a destacar aquello que se sale de la norma y nos cuesta comprender las diferencias como algo natural. No se trata de una conducta innata, sino de un aprendizaje adquirido.

El aprendizaje de la vida social es una fuente de importantes gratificaciones, pero puede implicar dificultades de integración y rechazo. Por ello, es necesario ofrecer a los niños estrategias de actuación que les ayuden a superar estas situaciones.

- Cuando tengamos noticias de que nuestro hijo es objeto de burlas que le hacen sentir mal, es conveniente reaccionar con tranquilidad; debemos pedirle información de qué ha ocurrido, dónde ha sido y cómo ha reaccionado, de modo que podamos ofrecer una respuesta serena y evitar que se sienta peor. En todo caso, si lo consideramos conveniente, debemos poner en conocimiento de los profesores esta situación, para que se tomen las medidas adecuadas y para animarle a conocer a otros niños con los que se sienta más cómodo.
- Si nuestro hijo o hija es objeto de burlas, es conveniente ofrecerle mensajes positivos y hacerle comprender que en nosotros tendrá todo el amor y el apoyo que necesite. Si le hacemos ver lo orgullosos que estamos de él, evitaremos que su autoestima se vea afectada por esta situación.
- Aunque sea difícil, es importante que los niños se acostumbren a no responder agresivamente en estas situaciones. Debemos explicar a nuestro hijo o hija que la mejor forma de enfrentarse a las burlas es ignorarlas: no responder a las provocaciones y alejarse de quien le esté molestando. En todo caso, es imprescindible explicarle que siempre puede solicitar la ayuda de un profesor o de un adulto cuando se sienta agredido por un compañero.
- En ocasiones, nuestro hijo o hija se dedica a molestar injustificadamente a sus compañeros. En estos casos, hace falta establecer límites a su conducta y dejar claro que este tipo de actitudes no van a ser admitidas por usted.