

Comparto mis reflexiones con....

Es bueno poder tener a alguien con quien compartir los recuerdos y sentimientos que surgen después de reflexionar sobre momentos importantes de la vida. Le sugerimos buscar a alguien que le dé confianza, que sepa escuchar y guardar para sí lo que escucha.

Para los papás con hijos o hijas con "necesidades especiales" es fundamental recurrir a una institución especializada que le entregue información y apoyo, así como encontrar un grupo de padres y madres que estén viviendo lo mismo que usted.

- Te acuerdes que soy un niño especial o diferente de los otros porque me gustan cosas distintas, porque puedo ser más rápido o más lento para aprender, porque me gustan comidas diferentes o me gusta comer menos. Me gustaría que me vieras como alguien especial y único para ti.
- No me compares con mis hermanas o con los hijos de tus amigos o amigas. Yo soy diferente, soy único y especial. Necesito que me digas que me quieres TAL COMO SOY, aunque me cueste más expresarme, aunque me cueste más hacer las cosas, aunque no aprenda tan rápido como otros niños. Me gustaría que te fijaras más en aquellas cosas para lo que soy "bueno o buena": mis fortalezas, virtudes y capacidades.



Como niño o niña necesito de ti que...

Aprender a resolver nuestros conflictos



La mayoría de las personas frente a la palabra "conflicto" quisiera salir arrancando. Probablemente esto ocurre porque se relaciona el conflicto con la violencia. Sin embargo, el conflicto es parte de nuestra vida cotidiana: siempre que hay dos o más personas en desacuerdo frente a un tema, hay un conflicto. Lo importante es saber enfrentarlo y resolverlo sin usar la violencia.

Por esta misma mala asociación entre conflicto y violencia, algunas personas optan por no enfrentarlos. Se quedan calladas, se "amurran", dicen que sí cuando quieren decir que no, etc. Finalmente, igual terminan explotando y expresando su enojo de mala manera o descargándose con alguien que no tiene nada que ver con el problema.

Para enfrentar una situación de conflicto, la salida no está en la violencia ni en la pasividad, sino en lograr una solución, en la que se pueda expresar el desacuerdo y se resuelva el problema negociando.

Cuando se trata de conflictos con los hijos o hijas, la negociación sólo es aplicable de manera gradual y desde que tienen cierta edad. Durante la primera etapa de la vida no hay negociación posible: no se le pregunta a una guagua si quiere comer o dormir; las personas adultas toman la decisión por ella, de acuerdo con lo que es considerado mejor o más oportuno.

La negociación es útil, por ejemplo, cuando empiezan las pataletas, es decir, cuando los niños/as tienen alrededor de dos años. Pero lo que nunca hay que olvidar es la palabra GRADUAL. ¿Qué significa esto? Significa que es la persona adulta la que va a definir qué, cómo y cuánto negociar. Hay cosas que NO se negocian con los niños pequeños, por ejemplo: la hora de dormir, los hábitos de higiene, qué tiene que comer, etc.

¿Cómo resolver conflictos con niños/as pequeños/as “por las buenas”?

– Anticipando los cambios

Para un niño o niña pequeño/a es importante que su ambiente sea predecible, es decir, que **sepa antes que algo va a cambiar**. En este sentido, es muy bueno para evitar pataletas anunciarle que algo que está haciendo se va a terminar. Por ejemplo:

- “En cinco minutos más te voy a apagar la tele porque te tienes que ir a bañar”.
- “Te voy a leer un cuento y después de eso te vas a dormir”.
- “En cinco minutos más nos vamos de la plaza porque es hora de almorzar”.

A nadie le gusta que cuando está viendo su programa favorito en la televisión venga alguien y se lo apague, o que si está jugando feliz venga alguien y lo saque de su juego sin avisarle. Lo más natural es que ante una cosa así cualquiera hace una pataleta y, por eso, es mejor informar que algo va a cambiar o se va a terminar. De esta manera se respeta a los niños, aunque siempre es el adulto a cargo quien toma la decisión.

– Dando un espacio de libertad para elegir

Es bueno que de chicos, niños y niñas empiecen a manejar un rango de libertad, que sea del tamaño de su capacidad para tomar decisiones, es decir, un rango bien delimitado de libertad. ¿Qué significa esto? Significa que frente a una situación de posible conflicto, se le pueda dar a elegir entre dos cosas que no cambien la decisión de la persona adulta. Por ejemplo:

- El niño se va a vestir y no quiere: ¿Quién quieres que te ayude a vestirte: yo o tu hermano? ¿Quieres ponerte el pantalón azul o el rojo? ¿Te quieres poner primero los calcetines o la polera?
- Hay que llevar a la niña a dormir: Ya es hora de acostarse, ¿qué cuento quieres que te lea?, ¿quieres que te lo lea la mamá o el papá?

– El juego, la mejor estrategia

Con los más pequeños de la casa lo mejor es hacer de cada cosa un juego. Por ejemplo:

- Frente a las pataletas, podemos: cambiar de tema, inventar una historia (no de terror), distraerlo con algo entretenido o hacerle cosquillas. Cualquiera de estas alternativas, generalmente, da buenos resultados.
- A la hora de comer, puede ser un cuento lo que lo mantenga entretenido comiendo.
- A la hora de acostarse, puede ser el juego de “Simón manda” lo que le ayude a ponerle pijama.

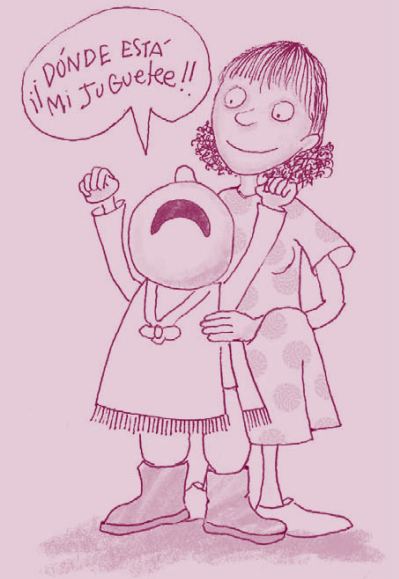
Aunque papás y mamás no siempre están con el ánimo o la energía para usar el humor, es bueno recordar que cuando se logra un objetivo “por las malas”, es más probable quedar tensos y enrabados y que los hijos también pueden quedar resentidos y dolidos.

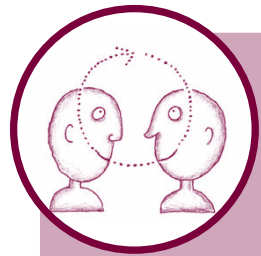
La violencia sólo genera más violencia y el daño que provoca es difícil de olvidar y reparar: las niñas y niños que son tratados con violencia crecen inseguros, con baja autoestima, desconfiados y tristes. Además, aprenden a que las cosas se consiguen por la fuerza, "por las malas", y por eso no es raro que después les peguen a sus compañeros, hermanas o vecinos.



Para reflexionar

- Antes de tratar de hacer cambios en su estilo para resolver conflictos con sus hijos e hijas, reflexione sobre cómo usted actúa frente a algunas situaciones y responda a estas preguntas:
- ¿Qué hace cuando su hijo o hija le desobedece?, ¿por qué será que reacciona así?
- ¿Cómo enfrenta una pataleta de su hijo/a?, ¿reacciona de forma diferente si la pataleta es en público a si es en la casa?, ¿le da vergüenza lo que vayan pensar de usted como mamá/papá?
- Piense en algún papá o mamá que haya visto resolver un conflicto de una manera que le haya parecido buena. ¿Qué fue lo que le gustó?, ¿qué de eso le gustaría aplicar con su propio hijo o hija?
- Después, trate de usar algo de lo aprendido con su hijo o hija. No se frustre si a la primera no le resulta. Vuelva a intentarlo hasta que encuentre alguna forma "por las buenas" de resolver el problema.





Comparto mis reflexiones con....

Uno no tiene porqué saber hacer todo, ni tampoco es bueno pensar que sólo uno hace las cosas bien. Es bueno escuchar y ver cómo lo hacen otras personas. Por eso, le sugerimos que hable con una vecina, un familiar, un compañero o compañera de trabajo y pregúntele cómo hace cuando su hijo o hija tiene una pataleta; tal vez descubra una nueva manera de resolver los conflictos “por las buenas.”



- Si hago pataleta muchas veces es porque estoy cansado o tengo hambre. Las cosas que a ti te gusta hacer, a mí muchas veces me aburren, y como soy todavía muy pequeñito/a, no sé lo que es la “paciencia.” Por eso, si estoy muy enojado/a necesito que me entiendas, que me des un abrazo apretado y me hables de otro tema. Al poco rato se me va a olvidar porque estaba tan enojado/a.

Como hijo necesito de ti que...



Padres: ¿amigos o autoridad?



Todo niño que nace necesita una persona adulta que le acompañe en el camino de aprender a distinguir lo bueno de lo malo, lo correcto de lo incorrecto, lo que le hace bien de lo que le puede hacer daño.

Entre los animales, el ser humano es el que nace más desvalido y el que demora más tiempo en poder valerse por sí mismo para sobrevivir. Esto implica que sin el cuidado de una persona adulta, un niño o niña no sobrevive.

En ese sentido, una persona a cargo de una niña o niño pequeño no puede desconocer la responsabilidad que tiene en su cuidado y bienestar. Esto implica necesariamente hacerse cargo de sus necesidades, entregándole cuidado, cariño y protección. Eso es lo que hace una persona adulta a cargo de un niño o niña, y es lo que lo diferencia de un hermano o de una amiga que no tiene esa responsabilidad.

Para querer, cuidar y proteger se necesita también de la capacidad de poner límites y esta tarea muchas veces se hace difícil para los padres y madres. Un niño o niña, por naturaleza, va a querer hacer sólo cosas que le produzcan placer inmediato, por lo tanto, son las personas a cargo de su cuidado las que tienen que ir enseñándole a regular su conducta, especialmente a través de la instalación de ciertos hábitos básicos como son los tiempos de sueño, de comida y de higiene.