# Situación familiar

**67. -¿Es una familia numerosa?**

Las familias numerosas, cuando no hay mucha diferencia de edades entre sus hermanitos, puede ser positiva para el proceso de aprendizaje y en el fomento de las relaciones.
En el desarrollo de los niños, el apoyo que se brinda de acuerdo a la edad es esencial para su seguridad.
Hay algunos matrimonios que, por diferentes razones, no pueden tener más de un hijo.
Esto provoca que el único niño se críe en un ambiente de buena condición económica.
No pasa lo mismo si la familia es numerosa.
Se sabe que hoy en día, la crianza es costosa. Su educación, su alimentación equilibrada, su esparcimiento, en fin sus necesidades básicas requiere de un ingreso económico acorde.
Por lo tanto la llegada de los hijos debe ser planificada en relación a las posibilidades de cada familia.
Otro aspecto a tener en cuenta, no excluyente por supuesto es el sentimiento de cada niño con la llegada del hermanito ya que le provocará ansiedad e irritabilidad en no pocas oportunidades.
En estos casos y por el tiempo que sea necesario, debe prevalecer la atención hacia el niño más grande más que al recién nacido tratando, en lo posible, de no llegar a la sobreprotección.
En una familia numerosa se debe mantener un equilibrio justo, con acciones coherentes planificando en todo momento los proyectos y las metas.
Los niños en su conjunto deben tener claro que son amados por sus padres y que ellos son justos y no hacen preferencias.
Que entre ellos siempre existirá sentimientos a pesar de tener cada uno posturas diferentes.

**68.- ¿Ud. lo mima, expresa cariño?**

Las madres modernas creen que es lógico amar a su bebé. Es más, creen que lo deben hacer a primera vista.
Pero resulta que en algunos casos es difícil que esto suceda. La madre no puede entender por qué le pasa esto.
Este acontecimiento es más frecuente de lo que se supone, y por supuesto, tiene razones lógicas, como pueden ser: un embarazo o parto difícil, o quizás el hecho de que el niño no era lo que esperaba ver.
La separación durante las primeras horas de vida producida por una cesárea, o por una internación de algunos de los dos por una posible enfermedad, es razón más que suficiente para experimentar este tipo de sensación.
Los estudios indican que aunque el niño sea adoptado, los padres pueden amarlo tan profundamente como si fuera propio.
A los niños les afecta el estado anímico de los padres, y esto se traduce en su lenguaje corporal: lloran con más frecuencia, no quieren alimentarse, no duermen tranquilos, etc. Por otro lado, un bebé inquieto y molesto preocupará a los padres, que se pondrán aún más tensos y ansiosos.
Siempre resultará beneficioso prodigarle amor y hacerle mimos a su hijo. Al crecer, el afecto deberá ajustarse al carácter del niño para no malcriarlo.
El secreto para que un niño en el futuro sea seguro, independiente y sociable, está en brindarle mucho amor, atención y afecto. Además decir "no" con amor, le enseñará lo que le disgusta de él. No es necesario gritarle. Recuerde que el tono de su voz es lo que le enseña a partir de los seis meses.
También es perjudicial decir "no" todo el tiempo. Esto hace que la disciplina pierda el impacto que debe tener, la rutina se hace inconstante y el niño no puede aprender qué es lo correcto. Por ejemplo, el dejarlo que hoy agarre un objeto y mañana no, lo confundirá y con frecuencia, este tipo de situaciones finaliza en una rabieta o berrinche

**69.- ¿Cambios en cuanto a la persona que cuida a su hijo?**

A todos nos pasa que muchas veces conseguimos la persona indicada para que se haga cargo de nuestro hijo, pero por razones ajenas ésta muchas veces nos tiene que abandonar. Los niños se acostumbran a ciertas rutinas y los cambios repentinos no suelen ser de su agrado, lo más recomendable en el caso de cambiar de niñera es que esta se incorpore antes que la otra se retire se su vida cotidiana.

La partida de su nana, para un niño significa un cambio verdaderamente emocional, que no debemos pasar por alto, ya que puede ser la primera vez que tenga que decirle adiós a alguien que quiere mucho.

- Debemos intentar hablar con él, para que entienda que pronto vendrá otra persona que lo va cuidar y querer como ella, para que se vaya haciendo a la idea, y que esto no suceda repentinamente.

- Sobre todo debemos dejar que el niño realice su momento emocional como corresponde, y respetar su tristeza expresando todas sus emociones, no retarlo, comprenderlo, y colaborar con esta dura partida de un ser que seguramente él quiere mucho. Seguramente entenderá que su niñera, podrá regresar a visitarlo o llamarlo por teléfono cada vez que pueda.

Fuente: https://www.guiadebebes.com/2257/consejos-para-cambiar-ninera/

**70. -Mudanzas**

A los bebés y niños pequeños, menores de 24 meses, un cambio de casa no les afecta demasiado. Mientras que las personas y objetos que son más importantes para ellos (padres, cuna, juguetes) sigan estando ahí, la mudanza no les causa estrés.

Un grupo más vulnerable son los niños que ya están en la Escuela Infantil: al cambiar de barrio, de cole y de compañeros, tienen más riesgo de sentir soledad, ansiedad, agresividad y problemas de concentración.

Pautas a partir de 2 años

Para prevenir estos problemas…

- No le informes de los planes hasta que no puedas enseñarle su nuevo hogar.
- Hazle un librito con fotos e historias de la casa y los amigos que va a dejar.
- Si es posible, antes de mudaros, llévale a la casa varias veces para que se vaya familiarizando con el nuevo entorno.
- Involúcrale en la decoración de su cuarto: pregúntale qué color prefiere (entre dos opciones posibles), deja que escoja algún mueble…
- Mantén su habitación sin cambios hasta el último día y arregla la nueva, con sus cosas, el día en que os mudéis.
- Es mejor que esté presente durante la mudanza; si hace falta, con alguien que se haga cargo de él (la canguro, un familiar…). Así ve cómo las cosas se trasladan y todo le parece menos extraño.
- Mantened en la medida de lo posible las rutinas y rituales que teníais antes, como desayunar los domingos en la cama, y las aficiones que practicaba.

Fuente: https://www.crecerfeliz.es/ninos/desarrollo-y-aprendizaje/a87030/cambio-casa-ninos-mudanza/

**71.- Mascotas**

La decisión de llevar un integrante peludo al hogar no debe convertirse en un dolor de cabeza para mamá y papá; lo importante es saber mantener unos cuidados básicos y observar el comportamiento del niño así como a la nueva mascota, para actuar en caso de que se presente algún imprevisto.

Existen diferentes estudios que demuestran que los niños que crecen con mascotas en casa tienen un mejor desarrollo de su sistema inmunológico.

Si el niño está bien, si los padres le generan buenas condiciones para que tenga su sistema inmunológico activo y, además, se tienen precauciones como tener a los animalitos vacunados y en buenas condiciones de higiene, no debería presentarse ningún problema con la tenencia de la mascota, pues inclusive se forma una relación casi simbiótica entre el niño y el animal.

Indudablemente, si una mascota no es cuidada de manera adecuada puede tener enfermedades que afectarían al bebé, o garrapatas, pulgas u hongos.

Uno de los beneficios más importantes de la tenencia de una mascota en casa: “cuando un niño presenta dificultades comunicativas o del habla, el perro puede ser un gran apoyo para ayudarle a superarlas, pues es un ser que le genera seguridad y confianza”.

Un perro genera felicidad y armonía. Si un niño está feliz, su sistema inmunológico va a fortalecerse más rápidamente.

Además, tener una mascota les ayuda a los niños a avanzar en sus habilidades sociales y su desarrollo integral. El fortalecimiento de lazos afectivos entre el niño y el animalito apoya al pequeño en su proceso de empezar a expresar sus sentimientos y dar amor.

Algunas recomendaciones

Si bien tener mascotas tiene muchos beneficios para tu pequeño, también existen algunas consideraciones que se deben tener en cuenta, como el hecho de que no todos los animalitos pueden ser mascotas y de que algunos de ellos pueden ser potencialmente peligrosos para tu bebé.

Para el caso de los perros, se deben, por ejemplo, tener en cuenta la raza y la edad con la que llega el animalito a la casa: puede ser que no esté acostumbrado a los niños o que no sea una raza apta para convivir con ellos y puedan tener comportamientos agresivos.

Por último darle prioridad a la vacunación de perros y gatos, pues pueden prevenir posibles enfermedades que en un futuro afecten a los niños, como la rabia.

Fuente: https://www.abcdelbebe.com/nino/1-a-2-anos/razones-para-que-los-ninos-tengan-una-mascota-13334

**72.-Muertes**

Nacer y morir forma parte ineludible de nuestro ciclo vital. Afrontar este asunto con los niños es algo bastante complicado, ellos están acostumbrados a ver la muerte como algo ajeno a su entorno. La pérdida de un amigo o familiar es un asunto delicado y muchas veces es un tema evitado en la familia. Para aclararnos abordamos algunos aspectos para saber cómo explicar la muerte a un niño.

Según el psicólogo infantil Guillermo Sánchez Gutiérrez, para afrontar este tema siempre hay que ir con la verdad por delante, porque la muerte resulta ya de por sí consustancial al ser humano y evitar hablar de ella es evitar la realidad de nuestra naturaleza.

Explicar la muerte a un niño: ¿Cómo abordarlo?

1. Comunica la noticia lo antes posible y de forma clara

Uno de los errores que solemos cometer algunos padres es querer evitar que nuestros hijos pasen por una situación dolorosa. Para ello, hay que discernir entre si estamos queriendo evitar dolor de los niños o por el contrario no somos capaces de enfrentarnos a la ansiedad que nos genera la situación.

Otros de los grandes fallos que cometemos es mentir a los niños y demorar decirles que un ser querido ha muerto, ¿cómo puede afectarles? La muerte puede repercutir en la confianza que como hijos depositan en los padres puesto que tarde o temprano lo sabrán.

Debemos ser modelos para nuestros hijos y si nosotros mentimos estamos legitimando el hecho. Por ello, tenemos que comunicar la

noticia a los niños lo antes posible y lo debe hacer una persona de confianza, como pueden ser los padres. No debemos utilizar eufemismos para explicar lo ocurrido, simplemente debemos contarles la verdad adaptada a su forma de entender las cosas.

2. Ten en cuenta su edad para abordar el tema

La edad es uno de los factores clave para explicar la muerte a un niño:

De 0 a 2 años: Al tratarse de niños pequeños, debemos mantener sus rutinas y horarios. De esta forma, le transmitiremos tranquilidad, seguridad y estabilidad en el ambiente.

3. Conoce las diferentes fases por las que pasarán

El menor puede atravesar diferentes fases en muy poco tiempo, lo habitual es un proceso basado en la protesta, el miedo y la vuelta a la normalidad. No obstante, debemos tener en cuenta que cada niño es distinto y que puede expresar sus sentimientos de diferente manera. Nosotros, como padres, debemos conocerles y transmitirles apoyo en cada momento.

Fuente:
https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/psicologia-infantil/como-explicar-la-muerte-a-un-nino/

**73. -Separación de padres**

La separación de los padres supone un importante impacto emocional en los niños. Aunque no todas las separaciones son iguales ni todos los niños reaccionan igual, es una situación difícil de manejar para ellos. Supone para los hijos la ruptura de la unión familiar, y un nuevo escenario en el que desarrollarse.

Cómo manejen los padres esta situación y los cambios que conlleva, será fundamental para preservar el bienestar psicológico y emocional en los niños. En Guiainfantil.com te explicamos cómo viven los niños un divorcio según su edad y cómo podemos ayudarles a asumirlo.

Según la edad de los niños en el momento de la separación de los padres, las reacciones pueden ser diversas y las explicaciones que les demos de la situación también serán diferentes, ya que según la edad lo vivencian de distinta manera. Pero lo que tiene que quedar claro es que siempre hay que darles una explicación, dejando fuera las diferencias entre los padres, dejando claro que la decisión es de los dos padres, dándoles sólo la información que pueden entender, resolviendo sus dudas y explicándoles cómo será la situación a partir de ese momento.

Aunque no a todos los niños les afecta igual ni todos reaccionan de la misma manera, y separación no es sinónimo de trauma, algunos rasgos (orientativos) de cómo viven los niños el divorcio según su edad, son:

- Niños menores de cinco años:

Cuando los hijos o hijas tienen menos de cinco años debemos explicaciones sencillas, cortas, concretas, y claras. A esta edad los niños pequeños pueden sentir que ellos son los culpables de que los padres se separen, porque se han portado mal o han hecho algo malo y suelen fantasear con que papá y mamá volverán a estar juntos. En ocasiones, al principio, tener dos casas, dos habitaciones, puede resultarles hasta divertido, pero no son del todo conscientes de que es un hecho definitivo, y que los papás no van a estar juntos más.

Pueden tener regresiones, (comportamientos típicos de etapas anteriores que estaban superadas como hacerse pis en la cama, hablar como un bebé), problemas de sueño, mostrarse más irritables y más sensibles, (se enfadan sin razón, lloran, rompen juguetes...), desarrollan miedos que antes no tenían y no son evolutivos, etc...

A los niños pequeños les resulta difícil verbalizar lo que sienten por lo que es importante que los padres les demos apoyo y cariño, les escuchemos y les digamos que entendemos cómo se sienten, y les permitamos expresar sus emociones y sentimientos.

A nivel general, en todas la edades, esta situación puede afectar al rendimiento académico de los niños, a su autoestima y autoconcepto, problemas emocionales y de conducta, miedos irracionales o ansiedad, que no en todos los niños se dan de la

misma forma y con la misma intensidad. No siempre aparecen inmediatamente después del divorcio, pueden darse pasado un tiempo y siempre tenemos que prestar atención a cualquier cambio que nos resulte llamativo y en caso de ser necesario acudir a un profesional.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/familia/divorcio/como-viven-los-ninos-un-divorcio-segun-su-edad/

**74. -¿Existe rivalidad entre hermanos?**

La rivalidad entre hermanos se produce al sentirse los niños desplazados, o frustrados, airados y con sensación de no ser queridos por la persona que los cuida.
La competencia y los sentimientos de envidia pueden ocurrir también entre hermanos de más edad.
Es frecuente la lucha entre hermanos aunque si se permite esta conducta puede persistir hasta la adolescencia y en la vida adulta.
A veces, la llegada de un segundo niño tiene lugar cuando el primero se encuentra en una etapa difícil del desarrollo.
Los sentimientos de celos se producen de forma natural al nacer un hermano y la rivalidad es mayor cuanta menos diferencia existe entre ellos.
Los niños experimentan una regresión y los padres deben incentivarlo y hacerlo sentir importante exactamente igual a su hermano pequeño.
Deben reducir la competencia, crear un ambiente positivo.
Si así ocurre. Si el pequeño no interfiere en la relación de los padres con el niño mayor, el sentimiento de envidia desaparece.

Algunos consejos

Antes de nacer el bebé

-Llevar al niño mayor a uno de los exámenes prenatales para que escuche el corazón de su futuro hermanito.

-Que perciba los movimientos del feto en el vientre de su madre.

-Hablarle del bebé y de lo que va hacer.

-Jugar con el niño todos los días. Leerle libros de bebés.

-Cambiar al niño de cama o habitación antes de la llegada del bebé.

Después de haber nacido el bebé:

-Dejar que el niño le visite en el hospital.

-Llevarle un regalo al niño cuando llegue a casa el bebé.

-Permitir que el niño ayude a cambiarlo.

-Jugar con el niño mayor todos los días.

Los padres deben ser justos en cuanto a la atención que dedican a cada niño.
Todo requiere tiempo, esfuerzo y dedicación. Se debe ser constante en la correcta enseñanza, liderar con el ejemplo, desaprobar los insultos y las discusiones
De esta manera las relaciones entre ambos se fortalecerán.

Si un niño madura en un ambiente de cariño, y comprensión, acabara teniendo la autoestima necesaria para llegar a ser un adulto sólido y con un cariño sincero hacia sus hermanos.

**75.- ¿Hubo alguna situación de violencia familiar?**

En el desarrollo del niño no solo influyen factores biológicos, o genético o neurológicos. El ambiente en el que crecen y se desenvuelven es fundamental para su desarrollo.

Crecer en un ambiente violento tiene un fuerte impacto en el desarrollo de los niños.

Un ambiente violento es aquel en que entre los progenitores o hacia el niño, hay gritos, insultos, menosprecio, y hasta violencia física. Padres que se gritan entre ellos, o que gritan al niño continuamente, un hogar en el que hay insultos, discusiones continuas, en el que no hay cariño, o hay dejadez en el cuidado de los niños o de la pareja..., es un ambiente negativo y nocivo para un adecuado desarrollo del niño.

Vivir en un ambiente así influye en todas la áreas de desarrollo de los niños, (emocional, social, cognitivo...) En primer lugar hay que desatacar, que les dan un modelo de amor y afecto que no es el adecuado, ya que aprenden que querer también es eso.

Pero además vuelve a los niños vulnerables, les genera mucha inseguridad, angustia emocional, miedos, les vuelve irritables, aparece falta de apetito, ansiedad, depresión, y en ocasiones patrones de conducta también violentos, porque los niños aprenden que lo que ven en casa es un modelo de conducta correcto. Viven en una tensión y en un ambiente para el que no tienen herramientas de afrontamiento, ni recursos personales que les protejan. Estas consecuencias no sólo tienen lugar en la infancia, sino que se dan a largo plazo en la adolescencia y la vida adulta.

A menudo los niños que viven esto en el hogar,  muestran en el colegio también actitudes y conductas agresivas que no son más que el reflejo que lo que ven en casa.

Pero no solo repercute en que el niño pueda ser violento, sino que llega a asumir y aceptar la violencia como algo normal, por lo tanto la tolera y puede convertirse a su vez en víctima de violencia, porque ha aprendido que es normal y que forma parte de las relaciones afectivas. Es decir, puede aceptar la violencia como víctima o como agresor.

Cuando un niño ve en casa violencia, está aprendiendo un patrón o modelo de relaciones afectivas y sociales violento. Aprenden que gritar, insultar o pegar cuando nos enfadamos está bien, o que es el modo adecuado de resolver los conflictos.

No todos los niños que viven en estos ambientes manifiestan las mismas consecuencias sociales, emocionales o cognitivas, pero lo que está claro es que el ambiente en el hogar influye y repercute

en ellos. No todos van a desarrollar depresión, problemas escolares, trastornos del estado de ánimo, conducta agresiva, pero vivir en un hogar violento facilita la aparición de estos problemas.

Es importante que los padres sepan cómo influyen sus relaciones y sus conductas en el hogar sobre el desarrollo de sus hijos y acudir a profesionales adecuados que orienten, asesoren e intervengan en caso necesario.

Los niños para crecer sanos y seguros en todos los aspectos de su vida, necesitan un hogar en el que haya cariño, respeto, seguridad y confianza.

Los niños son las 'víctimas invisibles' de la violencia

Los pequeños incorporan todo lo que ven, oyen y presienten a su alrededor. No hace falta que los padres los golpeen o les griten para ser víctimas de lo que sucede. Incluso cuando la violencia es entre los adultos y fuera de los ojos de los hijos, estos sufren las consecuencias.

Estos pequeños acumulan en su interior sentimientos de angustia muy fuertes, los cuales se mantienen durante años y muchas veces para siempre, si no se tratan a tiempo. El impacto de la violencia doméstica en los niños puede variar según la edad:

Hasta los 3 años de edad

Tienen trastornos en el desarrollo, no comen lo suficiente, gritan o se irritan con facilidad. Además, experimentan ansiedad, tristeza, llantos y aislamiento.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/abusos/el-impacto-para-el-nino-de-crecer-en-un-ambiente-violento/

https://eresmama.com/el-impacto-de-la-violencia-domestica-en-los-ninos/

**76.- ¿Hay castigos hacia los niños cuando se portan mal?**

Los niños deben aprender que determinadas acciones que se llevan a cabo tienen consecuencias, y que a veces estas consecuencias no son agradables.

El castigo debe ser siempre el último recurso que los padres han de aplicar ante este tipo de conductas desobedientes o desafiantes de los pequeños. Es más, no debemos reaccionar igual si es un bebé el que ha cometido una falta que un niño de primaria, por ello te damos pautas para disciplinar o castigar a los niños según su edad.

Si los adultos pretendemos que los niños aprendan a respetar las normas y los límites lo primero que hay que hacer es intentar ser un ejemplo a seguir y actuar reforzando las conductas adecuadas de los pequeños siempre que sea posible.

No obstante hay momentos en los que será necesario enseñar a los niños las consecuencias negativas de sus actos y una manera de hacerlo será utilizando los castigos puntuales y haciéndolo de manera racional con el objetivo de educar a los pequeños. Para conseguirlo debemos tener en cuenta que:

- Nunca debe ser perjudicial para la su autoestima. El castigo no debe entenderse como una forma de hacer sentir mal a los niños sino como una consecuencia a una acción determinada.

- Al aplicar el castigo es necesario que los niños entiendan el porqué, y comprendan lo que ocurre cuando se realizan determinadas acciones.

- El castigo debe entenderse más bien como un trato. Es decir, lo que tenemos que hacer para conseguir algo, o cosas que no se deben hacer para dejar de lado las consecuencias negativas.

Ideas para disciplinar o castigar a los niños según su edad

Como ya sabemos la comunicación y la disciplina positiva son las herramientas fundamentales que se deben utilizar en la educación de los niños. Sin embargo, hay ocasiones en las que resultará ineludible que los adultos tengan que recurrir a los castigos para que los niños aprendan entre lo que está ben y lo que está mal. Para que los castigos sean efectivos es importante que se tenga en cuenta la edad de los pequeños.

- Desde los 2 años hasta los 5 años

En esta etapa preescolar es importante que los castigos se apliquen de manera inmediata para que el pequeño entienda que el castigo va relacionado con su mal comportamiento. A estas edades se podrán llevar a cabo los siguientes castigos:

- Hablarles con tono enérgico y firme. A esta edad los niños son muy susceptibles al tono de voz con el que se los habla. Por eso, dirigirse de manera seria a los niños les sirve para saber que no han actuado correctamente. Para que funcione hay que utilizar esta técnica moderadamente. Es decir, no estar todo el día gritando.

- Retirada de privilegios. A esta edad, cuando no se tiene más de cinco años la retirada de un juguete favorito será un castigo en el que el niño verá de forma clara que su mal comportamiento, conlleva consecuencias.

- La sobre-corrección. Será a partir de los 3 años en las que se utilizan consecuencias basadas en el refuerzo y que resulta útil para acabar con aquellos "malos" comportamientos que sigue realizando el niño después de intentar otras técnicas que no han funcionado.

- ¿Silla de pensar? Debemos preguntarnos si es realmente una técnica efectiva para niños tan pequeños. Es un método muy utilizado en guarderías, y en casa. Pero tenemos que preguntarnos antes de llevarla a cabo si el niño a esa edad es capaz madurativamente de pensar sobre lo que ha hecho y llegar a conclusiones positivas.

- El tiempo fuera. Es una técnica eficaz ante conductas agresivas y desobedientes. Se trata de alejar al niño de la situación donde ha cometido una mala acción dándole la oportunidad de calmarse fuera del lugar donde ha ocurrido todo (diferente a la "silla de pensar").La duración del tiempo fuera variará en función de la edad del niño, por lo que intentaremos aplicar no más de un minuto por año. El niño no debe estar permanentemente en un tiempo fuera.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/castigo/como-disciplinar-y-castigar-a-los-ninos-segun-su-edad/

**77.- ¿La situación económica es regular o mala?**

Cuando estamos preocupados o nos sentimos más nerviosos o ansiosos de lo normal podemos actuar, como padres, de diferente manera: Hay padres que intentarán ocultar plenamente a sus hijos las preocupaciones por las que están pasando, y así, protegerles. Otros padres buscarán un consuelo en los niños y les contarán todo el malestar que tienen.

Pero, ¿qué ocurrirá en estos casos?

En la primera forma de actuar, el niño percibirá que algo pasa, sus padres no están como siempre y él lo nota. Esta preocupación será transmitida y además el niño comenzará a imaginar las posibles causas de lo que está sucediendo, sintiéndose incluso culpable de la situación pensando que él pueda ser uno de los motivos.

En el segundo caso, estaremos colocando a nuestro hijo en un rol de adulto. Estamos buscando que este nos cuide y consuele. El niño se hará cargo de los estados de ánimo de sus padres y sentirá la obligación de cuidarlos.

En ambos casos se produce en el niño un alto nivel de estrés y se acabará sintiendo igual o más preocupados que sus padres. Ya que además, recordemos que los niños no saben regular sus emociones solos, sino que son sus figuras principales de cuidado quiénes les transmiten como hacerlo.

¿Cuál sería la mejor manera de hacerlo?

Adaptar a su nivel de comprensión y a su edad lo que está ocurriendo. Que entienda por qué mamá o papá están más tristes, enfadados o preocupados más de lo normal y así poder dar un sentido al ambiente que se está viviendo en casa.

Hay quienes piensan que la ansiedad es transmitida a través de los genes, es cierto, pero se necesita un detonante para que se desarrolle, y esta activación dependerá del ambiente en el que el niño se desarrolle. Es decir, el estilo de crianza que el niño ha recibido, la forma en la que los padres gestionan las emociones o cómo reaccionan estos ante los problemas. No es lo mismo reaccionar de manera catastrofista cuando nuestro hijo nos cuenta que ha tenido problemas en el cole con otro niño a

reaccionar preguntándole e interesándonos por lo que ha pasado y buscando juntos soluciones.

Es importante tener en cuenta que la familia es un cimiento fundamental para el desarrollo emocional. Será el pilar que les transmita seguridad, confianza en sí mismo y afecto, siendo estos los ingredientes básicos para un correcto funcionamiento emocional.

Te preguntarás, ¿de qué manera transmito mi ansiedad a mis hijos? Se transmite a través de las preocupaciones constantes, esto hará, como hemos visto anteriormente, que el niño también se preocupe aún sin saber muy bien por qué, dándoles el mensaje implícito de que para que las cosas salgan bien hay que preocuparse.

La sobreprotección es una pieza básica en la transmisión de ansiedad a nuestros hijos. Como padres, tenemos la idea de tener que proteger a los niños de cualquier mínimo peligro que pueda aparecer es lo mejor que podemos hacer. Los niños, por naturaleza, son exploradores del mundo, pero nosotros, los adultos, podemos reaccionar con miedo ante determinadas situaciones, respondiendo así a nuestro propio temor. Así, enseñamos que el mundo es un lugar peligroso, pudiendo generar en él cuando sea adulto sentimientos de inseguridad.

Fuente:
https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/psicologia-infantil/malestar-emocional-padres-hijos/

**78. -¿La pareja tiene privacidad?**

Mantener viva la pasión y la frecuencia de las relaciones sexuales entre la pareja, puede convertirse en un reto cuando se tienen niños. Este es uno de los temores que presentan las parejas cuando esperan la llegada de un bebé, especialmente cuando son primerizos. Mucha información nos dice que debemos acostumbrar a los bebés a dormir separados de los padres con el propósito de no afectar su intimidad sexual. Otros por el contrario nos aconsejan compartir la cama con los niños hasta que ellos

decidan pasarse a sus cuartos y esto no debe interrumpir la actividad sexual. En realidad, el dormir o no con los hijos, no debe ser causa para afectar la actividad sexual en el matrimonio.

La cama familiar o el colecho es una práctica que se ha realizado desde la antigüedad por motivos culturales o por conveniencia para la familia cuando existen casos de menores que necesitan ser atendidos constantemente.

La pareja que decide realizar esta práctica, debe tener en cuenta que ésta, no puede ser pasada a un segundo plano por la inclusión de los menores al entorno familiar. Aunque no se practique el colecho, la relación de intimidad sexual puede verse afectada cuando llegan los hijos, debido a las preocupaciones de crianza, económicas o la falta de tiempo. Existen unas recomendaciones básicas si queremos mantener la actividad sexual saludable en el matrimonio sin verse afectada por la crianza de los menores.

- Establecer citas frecuentes – es saludable separar un tiempo especial y frecuente con la pareja. Estas citas pueden ser dentro o fuera del hogar. Resulta importante identificar aquellas redes de apoyo que sirvan para cuidar de los menores mientras la pareja separa este tiempo para estar a solas. En este momento es cuando se acude a los cuidadores o aquellas abuelas o tías que asumen un rol espectacular. Estas personas deben ser unas que ofrezcan seguridad a la pareja, de manera que el tiempo que estén juntos puedan compartirlo cómodamente.

- Mantener la creatividad – para ser creativos no es necesario invertir mucho dinero ni tiempo. Lo importante mantener aquellos detalles que sorprenda a la pareja y haga el momento especial. Puede ser desde una pieza de ropa sexy y sencilla, hasta detalles pequeños como un ramo de flores. Lo importante es que sea de manera frecuente y dirigida al interés de la pareja.

- Separar tiempo de intimidad – al hablar de intimidad no sólo nos referimos a la relación sexual, sino a ese tiempo de calidad que tenemos con la pareja para conversar sobre todo aquello que necesite atención. Si van a hablar sobre sexo, es muy importante comunicar aquello que le gusta o apasiona a la pareja.

El compartir si disfrutan alguna posición o desean experimentar alguna nueva, resulta interesante y mantiene la picardía entre ambos.

- Iniciar con el lado positivo – siempre que exista alguna diferencia entre ambos, es importante comenzar con aquello que nos agrada de la pareja y luego hablar sobre aquello que nos disgusta o quisiéramos que mejorara. Si mantenemos esta apertura con la pareja, las relaciones sexuales serán más placenteras y divertidas. Esto fomenta también la confianza y la comunicación entre la pareja, y fortalece el sentido de intimidad.

Para mantener un ambiente familiar saludable para los menores, es vital comenzar por la relación de pareja.
Es importante fortalecer y mantener vivas aquellas cosas que nos enamoraron de nuestra pareja desde el inicio de la relación. Estas sirven para enfrentar los momentos de dificultad que vive toda pareja que tiene menores a su cargo y mantener vivo el amor que siente el uno por el otro.

Fuente: https://www.lafamiliadebroward.com/como-evitar-que-el-dormir-con-tus-hijos-afecte-la-intimidad-del-matrimonio/

**79. -Uds. Los padres ¿le pone/n limite/s al/los niño/s?**

La mejor definición de la disciplina es la de un proceso de adiestramiento que ayuda al niño a desarrollar el concepto sobre sí mismo y su carácter. Los padres vacilan a menudo en poner unos límites firmes y constantes a la conducta de su hijo, debido al temor de dañar su "psique", o de que no les querrá o no se sentirá querido por ellos si se mantienen firmes. Lo que ocurre, en cambio, es que al serle permitido al niño actuar de una forma que él sabe que no debería tolerarse, le ocasiona ansiedad y le hace sentirse inseguro. El niño cree que sus padres no le quieren si no se esfuerzan en ayudarlo a desarrollar su autocontrol.

El objetivo final de todo niño es obtener la aprobación de sus padres; la mejor manera para él consiste en hacer lo que sus padres esperan. Así, por ejemplo, si una madre deja traslucir la

impresión de que no espera que su hijo vaya a la cama sin reñir antes una batalla con él, con seguridad librará dicha batalla. Asimismo, si los padres esperan que su hijo obtenga un aprobado en la escuela, probablemente será así; si los mismos padres hubieran esperado un sobresaliente, el niño se habría esforzado en conseguirlo. La desaprobación de los padres ayuda al niño a formar su conciencia; él sabe que, tras una acción mala, no ha "dado la talla".

Las personas que proporcionan asistencia sanitaria y que se hallan inmersas en problemas rutinarios de índole física, deben tener cuidado en no desatender la cuestión de la disciplina. Ello tiene una especial importancia en la época en que el niño va desarrollando su autonomía e iniciativa. Los puntos que se exponen a continuación pueden comentarse con los padres. Es útil generalmente hablar del tema antes de que surja la necesidad de hacerlo, así como hacer hincapié en las áreas de interés cuando los padres tengan un problema determinado.

I. Normas para el establecimiento de límites.

A. Padres unidos.
1. Los padres deben estar de acuerdo.
2. Los padres deben coincidir en cuales han de ser los límites.
3. Debe haber asimismo acuerdo sobre los castigos que haya que aplicar para las infracciones.

B. Tener coherencia
1. Las normas se han de hacer cumplir de una manera constante.
2. Las expectativas deben ser constantes.
3. No se debe permitir al niño en unas ocasiones que realice una conducta inaceptable y en otras castigarlo por el mismo motivo.

C. Los limites deben estar claramente establecidos
1. Las expectativas de los padres han de ser definidas.
2. Las normas y regulaciones han de ser claras.

D. Las expectativas acerca de la conducta deben concordar con el nivel de desarrollo e intelectual del niño.
1. No puede confiarse en que un niño de 12 meses deje de tocar algo simplemente porque sus padres le digan "no".

2. Un niño de 2 años no sabe lo que le puede suceder si sale a la calle o sube al coche de un desconocido.
3. Cabe esperar que un niño en edad escolar comprenda que debe volver a casa al salir del colegio, en vez de ponerse a jugar con sus amigos.
4. Las expectativas deben ser claras para el niño; en estas circunstancias tratara de cumplirlas.

E. "Tope"
1. Todos los padres tienen un punto límite hasta el cual puede llegar el niño y que no puede traspasarse. Los niños aprenden rápidamente cual es el "tope" de sus padres y usan ese conocimiento en su propio beneficio. tele de este modo la posibilidad de que le mienta.

**80. -Si uno le pone límites el otro ¿lo contradice?**

La participación de los padres y las madres en la educación de sus hijos es muy importante. Esta intervención provoca en los adultos muchas inseguridades y angustias. Los padres comienzan a hacerse preguntas que les crean expectativas y esto les hace caer en errores 'dañinos' a la hora de educar.

De entre los errores más comunes en los que los padres suelen caer a la hora de educar a sus hijos, es de especial importancia la disparidad en la pareja sobre cómo educar a los hijos.

La falta de unidad de criterio entre los padres, siendo las figuras de autoridad para sus hijos, es uno de los grandes lastres para educar. Es responsabilidad tanto del padre, como de la madre ponerse de acuerdo en las reglas y las formas de disciplina que emplearán en la educación de sus hijos. Cuando no existe este acuerdo y uno de los padres cede la autoridad a otro, los niños se resienten. Las parejas pueden encontrar dificultades en el camino que les lleva a alcanzar a acuerdos y a unificar criterios. Entre estos:

- Se puede dar el caso de que uno de los dos quiera usar una manera de educar, ya sea porque es el método que usaron con él o ella en el pasado o porque no conozca otro método; y el otro de la pareja no esté de acuerdo. Es verdad que cuando crees que

existe un modo de educar a tus hijos que puede cuesta aceptar que tu pareja no comparta tu misma opinión, pero en la otra parte de la pareja, puede ocurrir exactamente lo mismo y creer que el suyo es el mejor modo de educar porque también quiere lo mejor para sus hijos. Por tanto, sería necesario que hablaran para ver si pueden acordar normas comunes.

- El niño recibe mensajes contradictorios. Sus progenitores se desautorizan entre ellos. El pequeño no sabe a quién hacer caso y se siente perdido, sin referencias claras. Esto hace que a medida que el niño crece aprende a utilizar esas discrepancias o diferencias de criterio para hacer lo que quiere.

- Otras veces, aunque están de acuerdo en las reglas, uno es más permisivo que el otro. Esto causa problemas en la pareja y gran confusión en los hijos. Además, se debe tener en cuenta también que la educación de los hijos es una tarea continua en el tiempo y que se han de integrar en la formación de los pequeños aspectos: emocionales, intelectuales, valores, etc.

Qué hacer si no hay acuerdo en la pareja en la educación de los hijos

1. Evita las discusiones con el otro progenitor en presencia del niño. Cuando, por ejemplo, el padre se esté enfrentando a una situación concreta con el niño, es necesario que la resuelva sin que el otro miembro de la pareja participe. Será después y sin el pequeño delante cuando se juntarán y expresarán sus desacuerdos o críticas para buscar soluciones.

2. Evitar enfados, gritos y menosprecios al hijo y a la pareja. Cuando las cosas se dicen desde la tranquilidad tienen un efecto más constructivo que cuando se hace desde la crítica.

3. Actuar desde el rencor produce malestar. Una vez haya pasada la situación incómoda, hay que cerrarla y pasar a otra cosa.

4. Sin orgullo, mejor. Se trata de buscar lo mejor para el pequeño y lo mejor es que los padres eduquen de manera equilibrada. El pensar que se ha 'ganado' una discusión con la pareja sobre la educación del niño solo traerá repercusiones sobre el hijo.

5. Piensa que el niño no es el causante de los problemas con tu pareja relacionadas con la crianza, sino que es la principal víctima.

6. Empatía con la pareja. Trata de comprender la razones del otro y su visión sobre la crianza y trata de aportarle tu visión.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/cuando-no-hay-acuerdo-entre-los-padres-en-la-educacion-de-los-hijos/

**81. -¿Pasa mucho tiempo el padre o la madre fuera de casa?**

Cuando los padres pasan poco tiempo con sus hijos, estos se sienten solos, extrañan a sus padres y desean compartir más momentos en la vida diaria. Esto sugiere vacíos de afecto que pueden, en muchos casos, llevarlos a llenar necesidades psicológicas profundas como seguridad, comprensión, protección, orientación e identidad, en otros lugares diferentes de la familia, como los amigos y el colegio, pero también en escenarios con menos control y garantía de que la influencia que ejerzan en ellos sea positiva.

Quienes consideran que pasar más tiempo con los hijos es básico indican que esto trae ventajas como un mejor conocimiento entre padres e hijos, una comunicación más fluida, se fortalece el vínculo y se encuentran soluciones a los problemas diarios de la crianza.

Los aprendizajes que los niños hacen a medida que van creciendo, el desarrollo de una cantidad de áreas del cerebro y la adquisición de habilidades y logros, así como muchas áreas de desarrollo, dependen de la relación con otros.

Las conexiones afuera generan conexiones adentro, y siempre que esté con un niño pasando tiempo con él, un tiempo en que esté conectado, presente, con juego, con contacto físico, eso va a hacer que él desarrolle las habilidades que necesita.

Los niños que crecen con padres más presentes sí son diferentes. En países donde las licencias de maternidad son larguísimas, una de las cosas que se ven es que los niños son más regulados.

Estos niños se vinculan mejor con otros, su parte emocional es sólida y aprenden mejor. Las relaciones se construyen con el tiempo, esto se logra con experiencias compartidas, y los mejores maestros serán los adultos significativos en la vida de los niños. Muchas veces estos adultos serán los abuelos o los tíos, y en ocasiones la niñera que queda a cargo de los pequeños. Lo más grave es cuando hay negligencia en el cuidado; cuando el niño está solo y no tiene alrededor personas con quienes vincularse, probablemente tendrá problemas de aprendizaje, dificultades para relacionarse o problemas de salud mental.

Abuso de la tecnología puede generar depresión y aislamiento en niños

Si bien estas son las recomendaciones de los expertos, en la vida actual no todos los padres pueden dedicarles más tiempo a sus hijos, encuentran dificultades para repartir el trabajo, la maternidad, la paternidad y el descanso, y, por culpa del estrés diario y la presión económica, no siempre están con el ánimo de compartir con sus hijos.

Existen momentos definitivos para construir esa relación entre padres e hijos. Si es posible escoger cuáles pasar con los hijos, los más importantes son los de autocuidado, es decir, cuando el pequeño se levanta, cuando se baña; las comidas, la hora de acostarse, la hora del cuento por la noche. Así, si los padres pueden escoger cuándo estar con sus hijos, lo mejor sería en estas horas del día.

Eso sí, es clave que cuando los padres estén con sus hijos realmente estén presentes, no mirando el celular o la televisión o resolviendo problemas de trabajo. El tiempo con los hijos debe ser para ellos; tener contacto visual, físico, emocional, jugar compartir, escuchar y responder.

El niño debe saber que sus padres están presentes en su vida cotidiana, que saben cómo le ha ido, si ha estado triste, qué comió en las onces, cómo se llama su profesora o si tiene alguna actividad especial en el jardín infantil o en el colegio. Los padres

pueden llamarlos siempre varias veces al día. Incluso, es importante que los bebés escuchen las voces de sus padres en el teléfono.

Sin embargo nada de esto reemplazará hacer presencia física y emocional en la vida de los hijos.  Definitivamente, tú no compensas en poco tiempo lo que podrías dar en tiempo largo. Hay una parte que tiene que ver con el hecho de estar, con estar alrededor de los niños, modelar comportamientos, hoy ya sabemos que ese tiempo de 5 minutos de calidad no es igual.

Esto no significa que los padres dejen entonces de dedicar esos tiempos cortos especiales a sus hijos; lo que sí deben tener presente es que al pasar tiempos cortos con los hijos, ellos van a querer durante esos ratos que sus padres les den todo: amor, juego, límites, cariño, mimos, estructura, por lo cual pueden ser muy intensos. En la medida en que se pasa más tiempo con ellos, esta intensidad disminuye.

Los padres pueden evaluar si realmente sus trabajos son tan importantes para su desarrollo personal y para satisfacer sus necesidades básicas, analizar si tal vez pueden vivir con menos ingresos y con más tiempo durante los primeros años de vida del niño para que alguno busque un empleo de medio tiempo o para que trabaje desde la casa. Hoy en día, las empresas también están más abiertas al teletrabajo y a horarios flexibles, con lo cual puede resultar más fácil dedicarles tiempo a los hijos.

Si estas opciones no son posibles, los padres deben buscar un cuidador que sea amoroso, construya relaciones y sea permanente; no es buena idea cambiar cada rato a la persona que se hace cargo del menor, pues él debe encontrar un apoyo constante y seguro.

Es importante, también, compartir el fin de semana cuando de lunes a viernes no se puede pasar mucho tiempo con los hijos, dedicar tiempo a estar en familia, a mostrarles a los pequeños el mundo fuera de la casa y del colegio.

La batalla para controlar la inteligencia emocional de los niños

¿Por qué los niños toman las cosas de manera literal?

¿Se siente culpable?

Si bien es cierto que muchas mujeres quisieran quedarse con sus hijos durante sus primeros años de vida y no pueden hacerlo por motivos económicos, también lo es que existen aquellas para quienes el trabajo también es muy importante y quieren distribuir su tiempo entre el desarrollo profesional y la maternidad.

Ningún caso es mejor que el otro, ambas opciones son igual de válidas; lo que sí es muy importante para dar lo mejor posible, desde el punto de vista emocional, el paso hacia el primer desprendimiento del bebé es que la madre sea honesta consigo misma sobre cuál es su situación. Es fundamental conocer y aceptar los sentimientos para poder saber qué hacer con ellos, y entonces sí actuar.

Lo primero que se debe hacer en estos casos es aceptar que este sentimiento va a aparecer y, en vez de tratar de esconderlo o eliminarlo, lo mejor es analizar qué hacer para sentirse mejor.

La culpa surge generalmente porque la persona cree que les está haciendo daño a otros o porque es feliz mientras que otros son infelices. Desde este punto de vista, debe entender que si el bebé está en buenas manos, con un cuidador amoroso o con la pareja, no va a ser infeliz ni le estará haciendo daño. Lo haría si no se preocupara por él, si no buscara a alguien idóneo para atenderlo o si realmente fuera negligente como madre.

Por otro lado, unos buenos padres son aquellos que se sienten felices con ellos mismos, porque disfrutan lo que hacen y son un ejemplo de vida para su hijo.

Una de las equivocaciones más frecuentes que cometen los padres o las madres a causa de un sentimiento de culpa mal entendido es darles gusto a sus hijos y no fijarles límites. Esto es un error; es importante que este sentimiento no lo invalide como la persona responsable de educar a su bebé, de ser su guía y faro en la vida, de señalarle qué está bien y qué está mal, de crearle rutinas, horarios, de mostrarle la vida y de ser capaz de pronunciar la palabra 'no' cuando sea necesario.

Fuente: https://www.eltiempo.com/vida/educacion/importancia-de-pasar-tiempo-con-los-hijos-158056

**82.- ¿La madre trabaja?**

La cantidad de madres que trabajan ha aumentado notablemente durante los últimos años, y la mayoría de ellas tienen hijos en edad preescolar.
En muchas sociedades no está bien visto que las madres otorguen el cuidado de los niños a personas ajenas, y las que no pertenecen a este tipo de culturas, padecen un continuo sentimiento de culpa y de tensión, pues creen que no es de "buena madre" enviar al niño a una guardería. Sienten que sus hijos, a futuro, pueden sufrir trastornos de personalidad, disturbios emocionales en sus comportamientos rutinarios, o tal vez en la comunicación.
A esta angustia materna se suman además las continuas críticas y desaprobaciones provenientes de amigas y madres que no trabajan. En la actualidad, no suele ser tarea fácil tomar la decisión de salir a trabajar.

## Razones que llevan a las madres a trabajar

Las razones por las cuales las madres trabajan son varias, entre ellas:
1.- La estrictamente económica es la más habitual, ya sea porque es insuficiente el dinero para la manutención básica del hogar o bien, por propia decisión.
2.- Para aumentar el nivel de vida, o pagar una mejor educación para los hijos, o la independencia económica de su esposo, o salir de vacaciones más a menudo.
3.- Algunas mujeres prefieren trabajar no tanto por la necesidad de dinero, sino porque tienen una profesión, o se han especializado en determinados trabajos u oficios. Quedarse en casa les provocaría frustraciones en varios órdenes, o tal vez un constante aburrimiento realizar los quehaceres domésticos.

## Consecuencias en el niño cuando la madre trabaja

No es perjudicial que las madres trabajen, siempre y cuando se logre una buena organización familiar y se contemplen todas las necesidades de desarrollo del niño.

La presencia materna, sin dudas, es de vital importancia para los niños, tanto en su crecimiento como en su desarrollo psíquico y emocional. Pero ser madre no implica que se deba dejar de ser una persona con deseos e intereses.
Al igual que el hombre, la mujer debe ser libre. Debe elegir su vida y compartir con su pareja la responsabilidad de la crianza del niño.
Que una madre trabaje no representa inconveniente alguno para los hijos, aunque se deben contemplar algunos conceptos:

- La madre debe ser equilibrada y saber qué es lo que desea para su vida.
- Si desea trabajar por propia decisión, o si prefiere permanecer en casa al cuidado de sus hijos. En este último caso, se verá también si lo puede hacer o sus necesidades lo impiden.

El hecho de trabajar conlleva, indudablemente, beneficios y desventajas.
Si una madre desea trabajar por propia voluntad, y el trabajo que ejerce lo realiza con satisfacción, la crianza de su hijo no se verá afectada, ya que colmada de salud y energía, adquirirá más confianza en sí misma y mayor autoestima. Esto además producirá efectos positivos en el niño porque es la labor que ella eligió, y él la verá resplandeciente.
Ver a su madre feliz deleita a todo hijo. Observarla sintiéndose importante, resaltará sus valores, y ellos se criarán con más independencia, serán más seguros de sus actos, tomarán la vida de otra manera. Estos resultados los percibirán más las niñas que los niños.
Pero este modo de vida también tiene algunas desventajas.
Si al regresar de su trabajo la madre se muestra agotada o se demora, o al compartir momentos con sus hijos se torna intolerante o malhumorada, o no les brinda la atención suficiente, indudablemente, el hecho de trabajar será perjudicial.
Que las cosas ocurran a la inversa tampoco es bueno. Los padres, al estar pocas horas durante la semana con el niño, desean recuperar ese tiempo "perdido" durante el fin de semana, molestándolo a cada rato. El niño puede sentirse fastidiado, irritable, por decirlo de algún modo "agobiado". Todos los días se debe dedicar al niño un espacio de tiempo.

Si la madre no desea trabajar porque fue educada para estar en casa al cuidado de sus hijos, el hacerlo puede crearle angustia y resentimiento. Además, si el padre también avala ese tipo de cultura, a los trastornos de la madre se le suman los sentimientos del padre, que puede sentirse frustrado como hombre y fracasado en el mantenimiento de su familia, por no poder lograr un equilibrio económico a través de su trabajo.
Este tipo de situación es perjudicial para el niño, que se sentirá culpable por suponer que si él no estuviera, su madre se quedaría en casa.
Para este tipo de familia el consejo es el mismo: si se logra una perfecta armonía en la crianza, la madre puede salir a trabajar.
Si las madres tienen la dicha de no trabajar porque no lo necesitan económicamente, deben estar felices de ser el eje de la educación de sus hijos. Pero muchas se sienten mal por dejarse influir por una sociedad que desdeña la rutina y aplaude la "liberación femenina". En este caso se deben observar las desventajas.
Si la madre, por ahorrar dinero, trabaja más horas por día en el hogar y no emplea a alguien para que la ayude, pasará poco tiempo con el niño y el resultado puede llegar a ser el mismo: llegará el fin de semana y por compensar horas perdidas agobiará al niño. En ciertos casos, dejan de practicar deportes, descuidan amistades por estar junto al hijo, y así tampoco se obtienen los resultados esperados.
El consejo: compartir tiempo todos los días con el niño, no importa la cantidad sino la calidad del tiempo.
Si las madres trabajan, el esposo deberá ayudar cuando sea necesario en las actividades domésticas, cuidar al niño en las horas que su madre no está, o quedarse con él cuando está enfermo.
Resumiendo: no es perjudicial para el niño el estar o no en casa, si la decisión se traduce en una vida plena, feliz, satisfactoria, adaptándose los padres a las exigencias de la armonía familiar.

## El niño en la guardería

Que la madre trabaje no es problema. Lo verdaderamente importante es lo que sucede con el niño cuando ella no está, y también si los cuidados y atención que recibe son óptimos.

La guardería provee al niño de ventajas esenciales pues le permite independencia de afectos y de seguridad. El trato y relación con otras personas, no es perjudicial para el niño, siempre y cuando se le brinde todo lo necesario en forma adecuada.
Si es lactante, la persona a cargo debe saber que el desarrollo de la confianza es el valor emocional más importante durante los primeros doce meses. Al bebé se lo debe mirar, conversarle, alzarlo, sonreírle, mimarlo y acunarlo muchas veces por día.
Su madre, luego de ir a buscarlo, debe disponer de un tiempo para él, sostenerlo, mimarlo, llevarlo a su cuna y que se duerma allí y no es sus brazos. Ambos padres deben compartir esta rutina.
Las personas a cargo de los niños mayores de un año deben ser agradables, pero también marcarles la disciplina y los límites. Por la noche los padres deberán compartir tiempo con él, jugando, leyendo libros de cuentos, fomentando el contacto mutuo y la comunicación.

La elección correcta

Antes de optar por una guardería es necesario evaluar algunos puntos:

- Que esté al alcance de los padres;
- Que notifiquen a los padres cualquier accidente del niño;
- Que posea la habilitación correspondiente;
- Que los ambientes sean de dimensiones amplias;
- Que el patio posea lugares de recreación seguros;
- Que tenga una adecuada cantidad de niños, esto es:

De 1 a 2 años, no más de cuatro niños por asistente, de 3 a 5 años, lo ideal es cinco o seis niños por asistente.

- Que se realice una buena higiene;
- Que posea variedad de juguetes;
- Que no permita el ingreso de niños enfermos;
- Que se preparen distintos tipos de alimentos;
- Que posea transporte inmediato en caso de urgencias;
- Evaluar la afinidad del asistente.

La adaptación de los niños a la guardería debe hacerse de forma gradual. El tiempo de permanencia de padres o familiares debe reducirse paulatinamente con el transcurso de los días.

En resumen:

- Las madres deben tener una actitud positiva hacia el trabajo;
- Deben brindar apoyo a otras madres que trabajan;
- Hacer caso omiso a críticas de personas que no trabajan;
- Tener la foto de su hijo en el trabajo;
- Compartir todos los días algún tiempo con sus hijos;
- No sentirse frustradas si no trabajan y se dedican a la educación de sus hijos;
- Si la pareja logra compartir tiempo todos los días con el niño, escucharlo, apoyarlo, educarlo, disciplinarlo, y además, responder con dedicación, satisfacción y felicidad al trabajo, han ganado la batalla de la crianza.

**83. -¿Tiene a alguien para cuidar de su bebé cuando Ud. sale?**

Elegir una niñera no es tarea fácil. Las madres enfrentan miedos y fantasías de diversa índole. La incertidumbre se torna mayor, cuando se trata de un bebe y no se ha pasado por la experiencia de compartir el cuidado del hijo con otra persona.

Cuestiones a tener en cuenta:

Saberes

Que la niñera tenga una orientación laboral dirigida al trabajo con niños y bebes, es decir, que le guste y sepa trabajar con niños. Esto se puede corroborar a través de sus trabajos previos o bien de su formación, si es que tiene en un área relacionada con la relación con los más chicos.

Experiencia

Que posea experiencia previa, que se pueda corroborar, en tareas similares, porque la experiencia con niños, preferentemente en casas de familia, brinda herramientas que son insustituibles

desde lo teórico. Es importante conocer el manejo que tuvo en situaciones laborales previas, saber cómo llegó a un hogar, cómo se vinculó con los niños, por qué se fue. Su permanencia laboral nos habla de su estabilidad y esto es fundamental a la hora de decidirnos por una postulante

Perfil

Que posea experiencia previa con niños o bebes de una edad similar al de su hijo. No es lo mismo trabajar con un recién nacido que con un niño de 12 meses. Cada edad tiene su particularidad y es fundamental que la niñera esté familiarizada con esto, a menos que la mamá pueda disponer de un tiempo en el que va a capacitarla antes de dejarla a cargo del chico.

Reacciones

Que sepa reaccionar en caso de emergencia. Es importante que se le informe qué hacer en caso de que el chico se enferme o se lastime. Que tenga conocimientos de primeros auxilios brinda herramientas fundamentales a la hora de resolver. Dejarle teléfonos y datos de prepaga u obra social a mano.

Estabilidad

Evaluar sus recursos emocionales. No es recomendable que una mujer con pobres recursos emocionales o con inestabilidad emocional esté a cargo de niños y, mucho menos, de bebes. Tampoco que lo esté quien está atravesando un momento personal difícil como un duelo, por ejemplo. Preguntarle acerca de sus vínculos, familia, amigos, si mantiene vínculos de larga data o cómo está compuesta su familia puede ayudar en esta evaluación.

Otras habilidades

En el caso de la llegada de un bebe, más si es prematuro, es muy importante que la niñera que llega a la casa sepa contener a familia. Esto se logra con experiencia y con cariño, contención y calma.

La profesional no sólo se dedica al cuidado del nene sino que debe generar empatía, afinidad con los padres.  Así, en ese clima de integración, es como el bebe va a crecer tranquilo.

Es muy importante la diplomacia y la discreción en una niñera. Esa integración no debe resultar forzada y la persona no debe avasallar sino respetar espacios de intimidad. Hay que adaptarse al estilo de la familia.

Por último es importante que una buena niñera sepa desenvolverse en un viaje con un bebe, es decir, saber llevar la ropa justa, si va a otro país llevar la leche que toma el chico por si allá no se consigue, saber calmarlo y cuidarlo con independencia.

Fuente: https://www.lanacion.com.ar/sociedad/tips-para-elegir-una-buena-ninera-nid1502152

**84. -¿Coopera el niño con las tareas de la casa?**

Los niños deben y pueden colaborar en las tareas del hogar desde bien temprana edad. Desde que tienen apenas dos años es cuando empiezan a mostrar interés en ayudar a las tareas domésticas porque se sienten con la capacidad suficiente para hacerlo.

Es posible que su ayuda sea más una intención que algo fructífero pero resulta imprescindible aprovechar esta motivación innata para ayudar y potenciarlo para que el pequeño se acostumbre a ver y entender que las tareas del hogar son cosa de todos.

Además, que los pequeños de la casa se impliquen en las tareas domésticas les ayudará a tener una mayor responsabilidad en casa y en su vida a medida que vayan creciendo, así que la próxima vez que pienses que es mejor hacer las tareas cuando tu hijo esté durmiendo…¡de eso nada! Más vale que te armes de paciencia y que en algunas cosas colabore porque puede hacerlo.

Pero ¿quieres saber en qué tipo de tareas pueden colaborar según la edad que tenga tu hijo?

Deberá tener un papel en casa a medida que vaya creciendo y a continuación te doy una guía para que sepas qué es en lo que podrá colaborar (y que se va sumando a la edad que van alcanzando).

Cómo pueden colaborar en casa los niños de dos y tres años:

- Recoger los juguetes de su habitación y colocarlo en su baúl de forma sencilla y divertida. En esta labor inicial es aconsejable que lo haga siempre contigo porque 'le ayudas' a recoger.

- Poner los pañales en la basura o la ropa sucia en el cesto. Ayudar a separar los calcetines.

- Dar de comer a una mascota. Regar las plantas.

- Vestirse solo. Ir al baño solito.

- Retirar su plato de la mesa y dejarlo en la cocina.

Recuerda que si la tarea que le asignas es muy difícil para su edad, lo más probable es que se frustre, no la termine y le cueste colaborar en otras ocasiones. Por este motivo resulta imprescindible que ajustes tus demandas a sus años y capacidad de realizarlo. Además si no lo hace igual de perfecto como tú no importa, porque hay que darle valor a su esfuerzo y enseñarle a hacerlo mejor para la próxima vez.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/valores/como-pueden-ayudar-en-las-tareas-de-casa-los-ninos/

**85. -¿Se sienten bien los demás hermanos con el bebé?**

Las peleas entre hermanos es lo más natural del mundo. Hay estudios que revelan que los hermanos se pelean al menos 5 veces al día. Dos hermanos aunque se lleven de maravilla habrá algún momento en que se pelearán, pero como padres y madres resulta primordial reconducir las peleas y fomentar el vínculo afectivo para evitar que esas peleas sean demasiado graves o acaben en sentimientos muy negativos.

Como padres (y a veces como árbitros) es normal que veas de vez en cuando como en algunas ocasiones existan choques de personalidad e incluso algunas mini-batallas. Lo peor para los padres es ver como dos o más de sus hijos sienten rivalidad entre ellos. Pero el grado de rivalidad entre los hermanos y el tener

consecuencias positivas o negativas dependerá en gran medida de lo que los padres hacen al respecto. Que exista una rivalidad entre hermanos no es una consecuencia inevitable de tener más de un hijo.

Consejos para evitar o reducir las peleas entre hermanos

A continuación te voy a explicar algunas maneras para conseguir que existan menos peleas entre hermanos y para que a la larga, puedan comenzar siendo amigos.

1. Que sean amigos antes de que nazcan

Es importante que el hermano mayor empiece a familiarizarse con el nuevo bebé antes de nacer. Por eso es importante que además de familiarizarse con el vientre de la mamá, sea partícipe del embarazo sintiendo las patadas, eligiendo con mamá las compras, etc.

2. Hacer que el hermano mayor se sienta importante

Por ejemplo cuando todo el mundo lleve regalos al bebé al nacer, es importante que el hermano mayor también tenga atención aunque sean pequeños regalos. Deja que pruebe los regalos del bebé para que sepa que funcionan, ayúdale a que tu hijo sienta su lugar en la familia todo el tiempo.

3. No compares

Jamás compares a tus hijos porque en este caso estarás fomentando la rivalidad y la lucha por tu amor. Además tampoco debes compararles con otros niños. Cada niño es único y diferente con sus virtudes.

4. Proporciona tiempo de calidad a todos ellos

Resulta imprescindible que los padres saquen un rato al día para pasar tiempo de calidad con cada uno de sus hijos para que todos ellos puedan sentirse especiales al lado de sus padres.

5. El aburrimiento

También puede ser una causa de lucha entre hermanos, por eso tendrás que prestar atención a lo que ocurre justo antes de que empiece la pelea.

6. Asegúrate de que todos tienen suficiente espacio personal

Los niños no deberían compartir todo, sobre todo si no quieren hacerlo. Si comparten habitación intenta que cada uno tenga su espacio personal y que ambos sepan dónde está su parte. Incluso puedes definir los espacios para que queden bien separados.

7. Ayúdales a ser un buen equipo

Es importante que sepan ayudar a los demás y ayudarse entre ellos para poder ser un buen equipo.

Estas son algunas de las formas de actuación para cuando los hermanos se pelean, pero recuerda que es muy importante tu ejemplo para que ellos aprendan, esto significa tratar a todas las personas de tu alrededor con respeto, incluyendo por supuesto, a tus hijos y a tu pareja: olvida cualquier comportamiento que tenga que ver con gritar, amenazar y mucho menos utilizar castigos físicos. La mejor solución es centrar la crianza de tus hijos con una buena base de educación emocional.

Fuente:
https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/como-conseguir-que-los-hermanos-no-se-peleen/

**86. -¿Juega UD o ambos con el niño todos los días?**

Que los padres jueguen con sus hijos al menos 15 minutos al día logrará que ellos sean más felices. Asimismo, fortalecerá los lazos padre-hijo, los pequeños se relacionarán mejor con los demás y aprenderán a comunicarse. Incluso los padres se beneficiarán en gran manera.

Aunque a tus pequeños les encanta ir a jugar con niños de su edad y tener amigos, no dejarán de pedirte que juegues con ellos. Tal vez pienses que es una pérdida de tiempo y siempre buscas excusas, como que tienes mucho trabajo. No obstante, te sorprenderá saber que, en realidad, es muy beneficioso que los padres jueguen con sus hijos.

Ahora bien, ¿cuáles son esos beneficios? ¿Cuánto tiempo es necesario dedicar al juego? Encuentra las respuestas a continuación.

Beneficios de que los padres jueguen con sus hijos

Que los padres jueguen con sus hijos no es solo beneficio para los pequeños, tú también recibirás bendiciones. Por ejemplo, los conocerás de una forma más plena, aprenderás cuáles son sus intereses y cómo reaccionan ante las dificultades. Esto te permitirá inculcarles valores, formas de solucionar problemas y crear fuertes lazos de amistad que durarán para siempre.

¿Qué obtienen los niños?

Cuando los padres juegan con sus hijos, estos son mucho más felices; además, crecerán como adultos exitosos. No es una simple casualidad, las razones son las siguientes:

- Aprenden a comunicarse, a cooperar con los demás y a transmitir sus ideas y sentimientos.
- Se fortalece su autoestima y su confianza, pues sentirá que de verdad lo amas y quieres estar con él.
- Desarrolla su capacidad motora al realizar ejercicios en forma divertida.
- Su capacidad de explorar y crear nuevas ideas se potencia.
- Mejorará su rendimiento en la escuela; esto se debe a que aumentará su capacidad de concentración, así tendrá menos dificultad para entender lo que se explica en clases.
- Aprende a controlar sus emociones y a reconocer los sentimientos de los demás, incluso a ser un buen líder. También, aprenderá de valores como el respeto, la comprensión y la tolerancia, entre otros.
- En los juegos siempre surgen situaciones que deben solucionar, esto les ayudará a resolver problemas en la vida diaria.
- Creará buenos recuerdos contigo como figura paterna; nunca olvidará esos buenos momentos que compartiste con él.

¿Cuánto tiempo se puede dedicar al juego?

- Si pasas el día entero trabajando, de seguro ansías llegar a casa a simplemente descansar. Pero recuerda que tus hijos son muy importantes y, cuando crezcan, desearás haber pasado mucho más tiempo con ellos.

- Por lo tanto, ponte la meta de dedicar más tiempo a jugar con tus pequeños; solo 15 minutos diarios bastarán, siempre y cuando sean de calidad y con tu total dedicación.

¿Qué tomar en cuenta a la hora de jugar con tus hijos?

Para que ambos se sientan cómodos en el momento en que los padres jueguen con sus hijos, es importante que tomes en cuenta las siguientes sugerencias:

- Muchos padres simplemente se paran y esperan el balón para atajarlo, pero la verdad es que jugar con ellos implica mucho más. Si es necesario tirarte al suelo, debes hacerlo; echa a volar tu imaginación y entra en el personaje, así ambos se divertirán mucho más.

- Cumple con tu palabra. Si has dicho que durante cierto tiempo jugarás con ellos, pues hazlo.

- No le restes importancia a este momento revisando tu teléfono o tratando de terminar rápido.

- No intervengas tratando de controlar el juego; este es el momento en el que ellos aprenderán sobre el liderazgo y las propuestas de ideas.

- Los juegos siempre serán distintos: por ejemplo, cuando es el padre quien juega, tal vez la actividad será de deportes; pero si es con la madre será otro tipo de juegos, como los de estrategia, por citar uno.

Realiza juegos según la edad de tus hijos

Siempre es bueno que los padres jueguen con sus hijos, pero debe considerarse la edad que ellos tengan. Esto es muy importante porque los niños tienen distintas necesidades según

van creciendo y los tipos de juegos que realicen los ayudarán en su desarrollo.

Desde recién nacido a los 2 años: a esta edad, los juegos que puedes hacer con tu bebé son de tipo motor. Estos consisten en mover los objetos y su cuerpo para luego ver su reacción ante estos movimientos.

Fuente: https://eresmama.com/padres-jueguen-con-sus-hijos/

**87. -¿Le brinda atención y afecto?**

Las madres modernas creen que es lógico amar a su bebé. Es más, creen que lo deben hacer a primera vista.
Pero resulta que en algunos casos es difícil que esto suceda. La madre no puede entender por qué le pasa esto.
Este acontecimiento es más frecuente de lo que se supone, y por supuesto, tiene razones lógicas, como pueden ser: un embarazo o parto difícil, o quizás el hecho de que el niño no era lo que esperaba ver.
La separación durante las primeras horas de vida producida por una cesárea, o por una internación de algunos de los dos por una posible enfermedad, es razón más que suficiente para experimentar este tipo de sensación.
Los estudios indican que aunque el niño sea adoptado, los padres pueden amarlo tan profundamente como si fuera propio.
A los niños les afecta el estado anímico de los padres, y esto se traduce en su lenguaje corporal: lloran con más frecuencia, no quieren alimentarse, no duermen tranquilos, etc. Por otro lado, un bebé inquieto y molesto preocupará a los padres, que se pondrán aún más tensos y ansiosos.
Siempre resultará beneficioso prodigarle amor y hacerle mimos a su hijo. Al crecer, el afecto deberá ajustarse al carácter del niño para no malcriarlo.
El secreto para que un niño en el futuro sea seguro, independiente y sociable, está en brindarle mucho amor, atención y afecto. Además decir “no” con amor, le enseñará lo que le disgusta de él. No es necesario gritarle. Recuerde que el tono de su voz es lo que le enseña a partir de los seis meses.

También es perjudicial decir “no” todo el tiempo. Esto hace que la disciplina pierda el impacto que debe tener, la rutina se hace inconstante y el niño no puede aprender qué es lo correcto. Por ejemplo, el dejarlo que hoy agarre un objeto y mañana no, lo confundirá y con frecuencia, este tipo de situaciones finaliza en una rabieta o berrinche

**88. -¿Se sienten bien los integrantes de la familia?**

Cuando estamos preocupados o nos sentimos más nerviosos o ansiosos de lo normal podemos actuar, como padres, de diferente manera:

Hay padres que intentarán ocultar plenamente a sus hijos las preocupaciones por las que están pasando, y así, protegerles. Otros padres buscarán un consuelo en los niños y les contarán todo el malestar que tienen.

Pero, ¿qué ocurrirá en estos casos?

En la primera forma de actuar, el niño percibirá que algo pasa, sus padres no están como siempre y él lo nota. Esta preocupación será transmitida y además el niño comenzará a imaginar las posibles causas de lo que está sucediendo, sintiéndose incluso culpable de la situación pensando que él pueda ser uno de los motivos.

En el segundo caso, estaremos colocando a nuestro hijo en un rol de adulto. Estamos buscando que este nos cuide y consuele. El niño se hará cargo de los estados de ánimo de sus padres y sentirá la obligación de cuidarlos.

En ambos casos se produce en el niño un alto nivel de estrés y se acabará sintiendo igual o más preocupados que sus padres. Ya que además, recordemos que los niños no saben regular sus emociones solos, sino que son sus figuras principales de cuidado quiénes les transmiten como hacerlo.

¿Cuál sería la mejor manera de hacerlo?

Adaptar a su nivel de comprensión y a su edad lo que está ocurriendo. Que entienda por qué mamá o papá están más tristes, enfadados o preocupados más de lo normal y así poder dar un sentido al ambiente que se está viviendo en casa.
Hay quienes piensan que la ansiedad es transmitida a través de los genes, es cierto, pero se necesita un detonante para que se desarrolle, y esta activación dependerá del ambiente en el que el niño se desarrolle. Es decir, el estilo de crianza que el niño ha recibido, la forma en la que los padres gestionan las emociones o cómo reaccionan estos ante los problemas. No es lo mismo reaccionar de manera catastrofista cuando nuestro hijo nos cuenta que ha tenido problemas en el cole con otro niño a reaccionar preguntándole e interesándonos por lo que ha pasado y buscando juntos soluciones.

Es importante tener en cuenta que la familia es un cimiento fundamental para el desarrollo emocional. Será el pilar que les transmita seguridad, confianza en sí mismo y afecto, siendo estos los ingredientes básicos para un correcto funcionamiento emocional.

Te preguntarás, ¿de qué manera transmito mi ansiedad a mis hijos?

Se transmite a través de las preocupaciones constantes, esto hará, como hemos visto anteriormente, que el niño también se preocupe aún sin saber muy bien por qué, dándoles el mensaje implícito de que para que las cosas salgan bien hay que preocuparse.

La sobreprotección es una pieza básica en la transmisión de ansiedad a nuestros hijos. Como padres, tenemos la idea de tener que proteger a los niños de cualquier mínimo peligro que pueda aparecer es lo mejor que podemos hacer. Los niños, por naturaleza, son exploradores del mundo, pero nosotros, los adultos, podemos reaccionar con miedo ante determinadas situaciones, respondiendo así a nuestro propio temor. Así, enseñamos que el mundo es un lugar peligroso, pudiendo generar en él cuando sea adulto sentimientos de inseguridad.

Como conclusión, el malestar emocional de los adultos es transmitido a nuestros descendientes. Nosotros somos los encargados de regular emocionalmente a nuestros hijos, por tanto, si yo no puede gestionar mis estados, va a ser complicado que mi hijo pueda hacerlo. Somos modelos para ellos, por lo que las conductas que nosotros realicemos serán lo que ellos vivían como las conductas correctas. Por ejemplo, si yo cuando estoy enfadado lo que hago es tirar cosas al suelo, probablemente mi hijo cuando se enfade hará lo mismo. El estrés y la ansiedad durante la infancia pueden generar cambios a nivel cerebral permanentes con consecuencias negativas en la edad adulta. Es importante contar con el niño y explicarle las situaciones adaptadas a su edad. No es necesario contarle todos los detalles, pero sí que pueda formar un puzle completo de lo que esté ocurriendo. Esto generará mayor tranquilidad y seguridad.

Fuente:
https://saposyprincesas.elmundo.es/consejos/psicologia-infantil/malestar-emocional-padres-hijos/

**89. -¿Se relaciona bien el niño con Uds.?**

Una de las cosas más importantes que un padre puede hacer por su hijo es velar por que su autoestima sea lo mayor posible.

La autoestima se define como la percepción emocional que uno tiene de sí mismo, algo así como el amor a uno mismo y viene determinada, en gran parte, por la relación que los demás mantengan contigo (si alguien es rechazado por los demás, tendrá probablemente baja autoestima), por la percepción que los demás tengan de ti y por cómo se sienten estando contigo.

En los primeros años de vida los niños entablan las primeras relaciones con sus padres y hermanos, siendo la relación más intensa emocional y físicamente hablando la que se crea con sus padres y, sobretodo, con el referente primario, que suele ser la madre (aquella persona a la que acudes cuando realmente hay problemas).

Esa relación entre padres e hijos, ese vínculo que debe crearse debe ser fuerte y sólido para que el niño mantenga una autoestima elevada y pueda afrontar las vicisitudes de la vida con seguridad y confianza.

Un niño con un buen vínculo con un adulto sabe y siente que es importante para esa persona, mientras que el adulto, normalmente la madre, siente lo mismo con respecto a su hijo.

Este sentimiento en el niño, el sentirse importante y tenido en cuenta, es la base de una buena autoestima y de la seguridad en sí mismo, con las que funcionará el resto de su vida.

Por esta razón lo importante es tener un vínculo estrecho, sano y fuerte en el que el niño pueda acertar, equivocarse, portarse bien y portarse mal y no se sienta menos querido por ello. El amor no tiene que ver con lo que nos gusta o no nos gusta de nuestros hijos y por eso cuando hacen algo mal debe quedar claro que "te quiero mucho, hijo mío, pero esto que has hecho no me gusta".

Fuente: https://www.bebesymas.com/educacion-infantil/el-vinculo-entre-padres-e-hijos-es-clave-para-la-autoestima

**90. -¿Conviven los padres con el niño?**

Después de un divorcio, tanto los padres como los niños sufren conflictos en sus relaciones, debido a que experimentan una gran angustia emocional.

No existe una edad "apropiada" para que los niños atraviesen por un divorcio, pero cuando esto sucede, la edad influye en sus reacciones.

Así, los más pequeños reaccionan según la angustia que experimentan, los preescolares suelen culpabilizarse, y los de edad escolar pueden sentir rabia y vergüenza.

Los niños que manifiestan una importante angustia se sienten atrapados en las constantes luchas de sus padres. Así es como

son forzados a actuar de “mediadores” o aliados, y a dejar de lado su rol de niños.
Generalmente se vive esta situación durante la custodia física compartida, donde los niños deben compartir intervalos similares de tiempo con cada uno de sus padres.

Aquí es donde es necesario combinar una buena dosis de amor y disciplina por parte de los progenitores, para lograr una óptima crianza.
Las negociaciones legales pueden agravar los inconvenientes emocionales de los niños.
Una buena opción para evitar esto es la mediación del divorcio: esto es una intervención que contribuye a que los padres resuelvan sus conflictos, sean financieros o de crianza, pero sin perjudicar a los hijos.

**91. -¿Alguien en la familia es adicto al tabaco, alcohol o drogas?**

El primer grupo de influencia para un niño es su familia. Todo lo que ocurre en ese entorno deja una huella muy honda en la mente del pequeño, ya que es de allí de donde va a crear su carácter, de dónde sacará sus hábitos y su actitud ante la vida.

La familia consolida la identidad y la autoestima del niño y moldea su forma de vivir. Por ello es muy decisivo todo lo que ocurre, sobre todo si es negativo. En ocasiones hemos hablado sobre los efectos de un entorno violento o agresivo en los niños, hoy trataremos los efectos de un entorno de alcohol y drogas.

– Un entorno en el que se consume drogas y alcohol de forma normal ante los niños les da la sensación de que es fácil, cercano y en ocasiones, inocuo.

– Los niños no perciben los peligros del consumo hasta que son más mayores, lo relacionan a un problema de comportamiento más que de salud.

– Rechazo a la autoridad y falta de respeto. Si los padres no se comportan como una autoridad a respetar, los niños no pueden

repetir ese comportamiento en la guardería, en la escuela o con otros miembros de la familia.

– Comportamiento agresivo.

– Cambios en los hábitos de higiene, sobre todo cuando los niños son pequeños y sus padres les descuidan por estar consumiendo o por haber consumido algo que les distrae de sus obligaciones.

– Reacción defensiva y agresiva si se habla sobre alcohol y drogas en su presencia.

– Problemas a la hora de seguir la rutina escolar natural, sobre todo si sus padres tienen un comportamiento errático en el trabajo o con sus obligaciones.

– Déficit de atención e hiperactividad, sobre todo en edades tempranas.

– Problemas para socializar de forma normal con su grupo de amigos. Se convierten en niños más callados e introspectivos, que no muestran interés por nada y no se unen al grupo.

– Imitación de patrones de conducta de los padres.

– Baja seguridad en sí mismos y en los referentes paternos. Los padres no han fomentado su amor propio y se sienten maltratados y solos. No confían en nadie, les cuesta abrirse a un adulto porque creen que les va a fallar.

– Depresión infantil y juvenil.

– Tendencia a desarrollar ciertos problemas psicológicos derivados de la ansiedad, incluso trastornos alimenticios.

– Somatización del estrés a través de dolores de espalda, contracturas y dolor de cabeza.

– Con el tiempo, probable consumo de alcohol o drogas.

– Problemas para desarrollar relaciones afectivas sanas, ya que se ha crecido en un ambiente hostil y con relaciones ambiguas y desatendidas entre padres e hijos.

Estos efectos dependen mucho si son los dos padres quienes abusan de estas sustancias o solo uno, la edad de los hijos

cuando sus padres tienen este comportamiento, su situación económica, si hay apoyo familiar (tíos, abuelos…) o si es inexistente, si ha habido más problemas de este tipo en otras generaciones familiares, si también hay violencia física o verbal, si se ha intervenido de alguna forma a nivel institucional…

Fuente: https://www.mepiar.com/los-padres-abusan-de-drogas-y-alcohol-cuales-son-los-efectos-en-los-ninos/

**92. -¿Le administra de vez en cuando medicación casera?**

La Organización Mundial de la Salud, si bien expresa su apoyo a las así llamadas medicinas naturales y tradicionales, advierte de los riesgos del uso inapropiado de estos compuestos, origen en muchas ocasiones de efectos secundarios peligrosos. Los registros de males ocasionados por el uso indebido de la medicina natural se multiplican a medida que aumenta la población que recurre a estas terapias, lo que plantea la necesidad de regular adecuadamente esta actividad.

El problema no está en la composición de estos medicamentos, la mayoría a base de hierbas y también considerados complementos alimenticios, sino en las mezclas de estos productos que muchas personas realizan sin el debido conocimiento.

Muchos de los compuestos básicos de estos productos son conocidos desde hace mucho tiempo por la medicina académica, los biólogos y los bioquímicos. Por lo general estos productos son inofensivos, pero eso no quiere decir que sean buenos para todas las personas en todas las circunstancias.

La alerta formulada por la OMS se basa en el creciente recurso a estas medicinas por parte de la población, que se acompaña con el incremento progresivo de reacciones adversas derivadas del uso indebido de estos compuestos, cuyas consecuencias pueden en ocasiones provocar la muerte.

Uno de los errores más frecuentes es confundir medicina tradicional con alternativa y con cualquier producto natural, lo que muchas veces es el origen del consumo de compuestos sin el debido conocimiento de sus propiedades y potenciales peligros.

Muchos productos medicinales tradicionales o alternativos son de venta libre.

La OMS declara su apoyo al uso de las medicinas tradicionales y alternativas, pero únicamente cuando han demostrado su utilidad para el paciente y representan un riesgo mínimo.

Ventajas de la medicina naturista:

- No agrede el cuerpo.
- Se concentra en el bienestar general del cuerpo.
- Ayuda a equilibrar las relaciones entre al cuerpo físico y las emociones.
- Generalmente no produce efectos secundarios.
- Es relativamente barata y se puede implementar fácilmente.
- Trata al paciente como un todo: cuerpo, mente y espíritu.
- Es fácil de asimilar y eliminar por el propio cuerpo.
- Puede utilizarse para prevenir sin dañar.
- Puede utilizarse por mayores periodos de tiempo.

Desventajas de la medicina naturista:

- Los controles de calidad a los que está sujeta no son los mismos que los realizados para controlar otro tipo de tratamientos.
- Puede tardar en producir el efecto esperado.
- Se centra en el origen del problema, por lo cual los síntomas pueden llegar a tardar más tiempo en desaparecer.
- No se conocen con exactitud las dosis efectivas.
- Puede ser menos eficaz para aliviar un problema agudo.

Fuente: https://www.tendencias21.net/La-OMS-advierte-del-uso-indebido-de-las-medicinas-alternativas_a366.html

https://laopinion.com/2014/01/29/pros-y-contras-de-la-medicina-naturista/

**93. -¿Juega imitando situaciones cotidianas?**

El juego simbólico como por ejemplo, jugar a cocinitas, hacer peinados o poner tiritas en pupas inexistentes pueden parecer juegos sin importancia pero estos juegos de imitación, ayudan a que los niños afronten las situaciones cotidianas con naturalidad y aceptación.

Son juegos en los que se crea un mundo irreal para representar situaciones cotidianas de casa o momentos que, antes o después, los niños deberán afrontar como por ejemplo preparar tostadas, ir al médico, ir a la peluquería, hacer la compra o limpiar la casa.

Es una forma de que los más pequeños de la casa jueguen y se diviertan mientras van interiorizando y aceptando hechos y actos que se encontrarán en su día a día.

Dependerá de cada niño y de su desarrollo pero, más o menos, a partir de los 2 años es cuando los niños empiezan a entender este juego simbólico asociándolo con su vida y con las situaciones por las que va pasando.

Inicialmente, el papel de los padres o cuidadores es fundamental ya que serán ellos los que irán mostrándoles estos juegos incluso haciéndoles partícipes en la vida real.

<u>¿Cómo podemos estimular a nuestros hijos a desarrollar este juego?</u>

- Haciéndoles partícipes del día a día en casa. Es cierto que la prisa se apodera de los padres y que las cosas de casa, se ralentizan mucho si los peques ayudan pero la satisfacción será tan grande, que vale la pena. ¡Una forma de pasar tiempo juntos muy divertida!

- Jugando con los niños y mostrándoles cómo se suelen desarrollar esas situaciones.

- Facilitándoles juegos y materiales para que puedan desarrollar estos juegos como por ejemplo comida de juguete o un kit de doctor entre otro.

Y además, con este tipo de juego, los niños consiguen hacer frente fobias y miedos ya que expresan sus sentimientos. Mediante conversaciones ficticias creadas por ellos, pueden llegar a transmitir posibles problemas o situaciones a las que se estén enfrentando sin haber sido capaces de contarlas de otra forma.

Niños con pánico a ir al médico han conseguido superarlo jugando a los doctores y entendiendo que, de normal, ir al médico de cabecera, no duele. O niños a los que cortarle el pelo era toda una misión imposible entienden y asumen que, cortarse el pelo, es necesario y que no es algo ni doloroso ni traumático.

A la hora de utilizar materiales, es suficiente con mirar a tú alrededor y simplemente, jugar. O si lo prefieres, cada vez hay más juguetes.

Fuente: https://www.silvietahome.com/el-juego-simbolico-y-el-dia-a-dia/