

Blanca Jordán de Urríes

TUS HIJOS DE 1 A 3 AÑOS



Por qué empezar ya
Orden, obediencia y autonomía
El juego como medio educativo
Desarrollar su inteligencia

HACER FAMILIA
educar por edades

10^º EDICIÓN

Colección: Hacer Familia

Director de la colección: Fernando Corominas

© Blanca Jordán de Urries, 2001

© Ediciones Palabra, S.A., 2010

Paseo de la Castellana, 210 - 28046 MADRID (España)

Telf.: (34) 91 350 77 20 - (34) 91 350 77 39

www.palabra.es

epalsa@palabra.es

Diseño de cubierta: Marta Tapias

Fotografía de portada: Archivo Hacer Familia

ISBN: 978-84-9840-739-6

EPUB: CrearLibrosDigitales

Todos los derechos reservados.

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor.

Prólogo

Tratados y libros de psicología infantil hay muchos, pero este no es uno más para engrosar vuestra biblioteca...

Este es un libro práctico, dedicado al padre y a la madre, sacado de sus propias experiencias y de la investigación de las teorías pedagógicas desarrolladas por Arnold Gesell, María Montessori y Fernando Corominas, entre otros.

Su lectura os puede ayudar a solucionar distintos problemas, que rodean la vida del niño de 1 a 3 años, y que se tratan en este manual de la forma más natural y sencilla:

— ¿Por qué es tan importante educar a mi hijo con solo un año de edad?

— ¿Cómo educarlo?

— ¿Qué hábitos debo inculcarle?

— ¿Cómo solucionar el eterno problema del pis y de las noches en vela?

De 1 a 3 años es una etapa crucial en el niño, que por primera vez cumple años, anda, habla y come como un adulto. De todo ello hablo en el libro para haceros más llevaderos «sus estrenos».

La llegada de un nuevo hermanito puede provocar en un crío de dos o tres años una situación de celos y de ansiedad. Con tacto y mucho amor, veréis que es fácil preparar al niño ante el aumento de familia.

Y aunque es pequeño, su entorno (familia, casa...) -al que le dedico un capítulo- es muy importante en su desarrollo emocional.

Además, en el libro hay muchas ideas sobre cómo entretener a los pequeños, sin necesidad de dejarlos todo el día frente a la tele.

De gran interés y entretenimiento es el capítulo reservado a vosotras las féminas que trabajáis dentro del hogar y en la oficina, despacho o tienda.

En cuanto al desarrollo meramente evolutivo del niño, es un tema que no trato, porque considero que hay muchos manuales dedicados exclusivamente a la parte física del niño.

Reglas de oro antes de empezar a leer este libro

- Piensa que cuanto más pequeño es el niño, más fácil es educarlo; pero la formación debe de tener una continuidad, a lo largo de su vida, para obtener resultados positivos.

- Cada niño es una realidad distinta y, como tal, hay que tratarlo. Estudia la personalidad de tu hijo y, de acuerdo con ella, compórtate de una manera u otra. Lo que beneficia a uno, puede perjudicar a otro.
- El amor, el ejemplo y el diálogo son las mejores armas de educación.

PARTE PRIMERA “A”

El ejemplo es la escuela de la humanidad

Edmund Burke

CÓMO EDUCAR BIEN

Educación temprana

¿Por qué debo educarle a los doce meses?

Hay que partir de un principio fundamental: Al niño hay que educarle desde que nace y continuar su formación a lo largo de toda su infancia y adolescencia. Pero como el libro comprende las edades de 1 a 3 años, me voy a basar en esta etapa de su vida.

Aunque te parezca que tu hijo es muy pequeño, ten en cuenta que desde el momento del nacimiento está receptivo para inculcarle ciertos valores y hábitos que le ayudarán a ser un adulto bien formado.

Es precisamente entre 1 y 3 años cuando inicia el desarrollo de su personalidad. Su futuro depende en gran parte de vuestra manera de encauzarla.

Es la única etapa de la vida en la que los padres tienen la mayor y casi única influencia en el crío. Todavía no establece apenas relaciones sociales con amigos y no va al colegio, aunque asista a la guardería. Cualquier influencia en esta edad le marcará en su forma de ser.

Si la educación la has iniciado desde el nacimiento, tu labor será exclusivamente la de

asentar en el niño

ideas positivas.

Esa criatura no tiene otro punto de referencia más que su familia. Sus padres lo son todo para ella y prácticamente no ha podido tener ninguna influencia externa.

Recuerda que la estimulación temprana es fundamental para educar más fácilmente a tu hijo. Si desde pequeño le estimulas y le motivas para que vaya adquiriendo buenos hábitos, su educación de adulto será más fácil.

Durante los tres primeros años el cerebro de un niño se desarrolla hasta un 60% del cerebro adulto.

¡En sus tres primeros años más que en el resto de su vida!

El desarrollo se enriquece con los estímulos recibidos. Esta es la razón de que la atención y la preocupación de los padres por su hijo sea tan importante, haciendo que él

haga las cosas en lugar de hacerlas por él.

En estas edades se acumulan una gran parte de los períodos sensitivos. Debemos conocerlos y aprovecharlos.

El número de neuronas en período de maduración es enorme; precisamente ahora es el momento de enriquecerlas sobre una buena estimulación temprana. Será un tesoro del que el niño se alimentará toda su vida y una herramienta nueva de educación que los padres no debemos ignorar.

A partir del año, puedes enseñarle a discernir entre lo que está bien y lo que está mal, y a que aprenda a comportarse bien, lo que asumirá rápidamente, como algo natural.

Si haces que aprenda a recoger los juguetes del suelo y a obedecerte, el niño será ordenado y obediente, porque desde muy chico te esforzaste en que lo fuera. La idea de orden y obediencia la asimila cuando todavía es tan pequeño que no puede ser ni desobediente ni desordenado.

En este caso la conducta positiva (darle un modelo de obediencia y orden) es la primera en enraizarse en el crío y, a lo largo de su vida, le saldrá de su interior, pese a las influencias posteriores de conductas negativas.

Aunque vuestro caso fuese el de unos padres con un hijo de cuatro, cinco o seis años, al que todavía no le habéis inculcado unos hábitos de orden y obediencia, por no haberlo sabido hacer o por no tener ni idea de que había que hacerlo cuanto antes, no os desaniméis. Aún estáis a tiempo de conseguir resultados positivos, aunque, eso sí, con más esfuerzo que el de los padres que educaron a su hijo desde la más tierna infancia. Por un lado tenéis que quitarle su mala conducta (desorden y desobediencia) a la que estaba acostumbrado, y, por otro, tenéis que inculcarle el nuevo concepto de orden y obediencia.

*Es más fácil
enseñar
que corregir.*

- «Tengo dos hijos de tres y cinco años y cada uno es completamente diferente: el mayor es muy desordenado y desobediente, en cambio el pequeño en seguida está dispuesto a hacer todo lo que se le ordena: te ayuda a recoger el cuarto y es cuidadoso con sus juguetes.

- »Estoy segura de que la forma de ser del mayor la tiene por mi culpa. Como era el primer hijo, no empecé a educarlo por falta de experiencia y porque creía que era muy pequeño, hasta que cumplió tres años.

- »Así que al empezar la educación con uno, lo iba haciendo con el otro hijo. ¿Cuál ha sido el resultado? Pues que el pequeño, como empecé a inculcarle valores positivos a partir del año, ahora, con tres, es un niño que da gusto convivir con él; en cambio, al mayor no hay quien lo aguante, a todo dice que no y me cuesta un trabajo enorme que me obedezca».

- «Si hay algo que me pone de mal humor es que me digan: “es que tu hijo es bueno por naturaleza...”. Porque en mi caso, de naturaleza nada de nada. Mis esfuerzos me ha costado educar a la criatura desde que era un pequeñín de meses, pendiente de él, enseñándole lo bueno un día y otro día... Y claro, así me ha salido, que con cuatro años es un niño que da gusto tratarlo. Y que no me venga nadie con eso de la naturaleza.

- »Muchos padres hacen la vista gorda y hasta que el niño no va al colegio ni lo miran en cuestión de educación, y claro, así les sale de rebelde y de mañoso...».

No te lamentes

Cuando tu hijo cumple su primer año de vida, se convierte en un diablillo, que corretea a su aire y tira las porcelanas de la casa ante la horrorizada mirada de mamá.

El pequeñín se hace independiente, quiere reafirmar su personalidad y el único medio que tiene para hacerlo es llamando la atención con alguna que otra travesura...

- «¡Qué ganas tengo de que Pablo crezca y se case! No para ni un momento».

¡Pero qué dices, insensata! ¿No te das cuenta de que a pesar de todas las diabluras que pueda hacer y de que tu casa, llena de plantas y figuritas, corra un grave peligro... tu hijo, entre 1 y 3 años, tiene una edad maravillosa?

Hasta los tres años, puedes disfrutar o aterrorizarte con su presencia las veinticuatro horas del día. Después empezará el colegio-

universidad-trabajo y vendrán otros problemas de más difícil solución: «Pablo no llega por la noche». «¿Cómo será su novia?». «Con esa moto se va a matar».

Hasta los tres años

disfruta de tu hijo,

educándolo,

moldeándolo de la manera

que creas mejor.

Es la edad en que todo lo bueno que aprenda quedará más arraigado en su personalidad.

Procura que no te suceda como a muchas otras madres, que se lamentan cuando sus hijos son mayores:

- «Realmente, cuando María era un bebé de un año y me daba malas noches, deseaba que creciera cuanto antes. Pero ahora que tiene quince años me da muchísima tristeza haber dejado pasar su primera infancia quejándome de ella todo el día».

- «Me casé muy joven, con diecinueve años, y en seguida me quedé embarazada. Reconozco que estaba muy inmadura y por aquella época solo pensaba en divertirme. Cuando nació mi hijo, sentí una claustrofobia tremenda. Me necesitaba tanto que no podía hacer mi vida, salir a ninguna parte.

- »Las noches se me hacían pesadísimas, porque lo de levantarme por el niño, que continuaba despertándose, lo llevaba fatal. Como mi madre vivía cerca de nuestra casa,

estaba viuda y le encantaban los niños, empecé a dejarle al crío: una tarde, la noche que salíamos, el fin de semana, lo que duraba el viaje al extranjero... Así que al final... mi hijo pasaba más tiempo con su abuela que conmigo.

- »Yo hacía lo que quería: me apunté a clases de mecanografía y de idiomas; me coloqué como relaciones públicas de una firma de cosméticos, con lo cual viajaba mucho. Con mi marido no había ningún problema: era médico y tenía jornada continua hasta las tantas de la noche.

- »¡Qué tonta fui! Ahora con cuarenta años me doy cuenta de mi error. Dejé pasar la infancia de mi hijo sin atenderle directamente y, como me operaron de la matriz, no tuve más hijos y nunca más volví a tener un niño pequeño a quien poder atender. Yo creía que, como era tan joven, primero me realizaría profesionalmente y después tendría algún otro hijo. No pudo ser. Y todo ¿para qué? Para querer hacer mi vida a cambio de no tener contacto con mi hijo que, hoy por hoy, sigue viviendo con su abuela, a la que adora, mientras sus relaciones conmigo casi no existen».

Si todavía tienes niños de estas edades, dedícales tu tiempo, ámalos tiernamente, juega y disfruta con ellos. Que no tengas que lamentar, como esta madre, por inconsciencia o falta de experiencia, haber dejado criar a tus hijos en manos de otras personas o con tu presencia, pero sin un verdadero afecto, porque «no podías más de niños».

Date cuenta de que no puedes volver a dar marcha atrás al tiempo, que la edad de 1 a 3 años es irreplicable en cada niño, y en esta época son tan vulnerables y sensibles que tu amor hacia ellos es muy importante para su desarrollo como adulto.

3 reglas de oro para una buena educación temprana

— Deja que tu hijo gatee todo lo que quiera. El gateo es un ejercicio necesario para desarrollar el cerebro.

— Motívale y anímale a realizar actividades. Lo más idóneo es felicitarle por sus progresos, jugar y divertirse con él.

—Empieza a desarrollar su autoestima personal.

Un niño de 2 años es capaz de comer solo, de vestirse, ordenar sus juguetes y tirar sus pañales a la basura.

Ejercicios para estimular a tu hijo a través de los sentidos¹

- La vista:

Ordenar juguetes por tamaño.

Realizar puzzles simples.

- El oído:

Imitar sonidos.

Escuchar varias veces el mismo cuento.

- El olfato:

Oler tarros con diferentes aromas conocidos por el niño.

Adivinar el perfume de mamá.

- El gusto:

Probar tarritos con diferentes sabores conocidos por el niño.

Presentarle sabores distintos para que pruebe contrastes:

Ácido, agrio, dulce...

- El tacto:

Realizar juegos con arena y barro. Manejar la plastilina.

CAPÍTULO 2

Cómo educar bien

Educar bien tiene sus reglas. No es una ciencia infusa. Lo que nos jugamos al educar es mucho:

*El futuro
de nuestros hijos.*

Creo que a todos nos conviene poner el máximo esfuerzo para que el día de mañana sean chicos o chicas «10» en todos los sentidos. Y si no lo conseguimos y son «7» ó «6», por lo menos tendremos la conciencia tranquila de haberlo intentado con todas nuestras fuerzas.

Lo primero que tienes que saber es cómo educar, es decir, el método que vas a seguir con esa criatura tan pequeña, de un año, que tienes en tus manos y que al principio te parecerá difícilísimo domarla; poco a poco empezarás a ver los resultados positivos si le dedicas tiempo y esfuerzo. No lo dudes, esos primeros años son

*la mejor edad
para educarlo.*

¡Ánimo y manos a la obra!

*Empezad a
formar su inteligencia.*

Dedicando tiempo

Hoy día, en que vamos todos por la vida batiendo récords de tiempo para llegar a la oficina-compras-tareas domésticas... No obstante tenemos que dedicar un tiempo, el más valioso de todos, a la educación de nuestros hijos.

Si no empleáis horas en corregirles, alabarles y besarles, difícilmente se educarán correctamente.

*Los hijos necesitan
del tiempo
del padre y de la madre.*

Lo cual no quiere decir que estés las veinticuatro horas del día con el niño; sí es muy importante que dejes tu trabajo, tus compras, tus fiestas... y diariamente le dediques un rato de charla y juego, aunque te parezca una tontería y una pérdida de tu maravilloso tiempo. Date cuenta de que tus hijos no son flores del campo, que se educan solos; necesitan muchísimo la verdadera atención de los padres.

Es cuestión de organizarse.

Puedes estar las veinticuatro horas del día en tu casa sin hacer caso al niño. Y puedes, en cambio, por tus ocupaciones, no verle demasiado pero dedicarle toda tu atención cuando llegas a casa. No educas mejor por las horas de trato que tengas con tu hijo, sino por la calidad de las relaciones que establezcas con el pequeño. Aunque, desde luego, para que haya calidad debe existir un tiempo constante en la educación del niño, que no lo sustituirá la mejor de las «nanys».

- «Tengo una suerte tremenda. He encontrado una chica que es una joya y me educa perfectamente a los niños, así que tengo todo el tiempo del mundo para hacer otras cosas...».

¡Qué equivocación! ¿No ves que el trato de una madre y un padre es insustituible, por muy maravillosa que sea la «joya» que tengas en casa?

- «Yo me voy dando cuenta de lo bonito que es ver que tu hijo se va educando a tu manera, por muchos sacrificios que cueste. Cuando tiene un año todavía lo puede ser todo: ordenado o desordenado, voluntarioso o vago, obediente o desobediente, y depende de nosotros que el hijo salga de una forma u otra. Por esta razón, no comprendo a los padres que descuidan a sus hijos, les dejan que se eduquen solos, y desperdician, en otras cosas menos importantes, estos primeros años, tan decisivos en los niños».

- «Cuántas mañanas me habré tragado el dichoso parque con el niño, debajo de un pino, mirando las avutardas... En aquella época no me daba cuenta de la importancia que tenía mi presencia y mis llamadas de atención al niño: “No toques esto”. “No pegues a tu hermano”. “Dale un beso al abuelo”. Parecía un sargento, aunque todo lo decía con mucho amor. Sin embargo estos esfuerzos no fueron en vano. Ahora mi hijo tiene ocho años y es un niño perfectamente educado. Sin duda mis continuos: “Ven inmediatamente”. “No chilles”, influyeron de modo positivo en su manera de ser».

Educar exige un tiempo de dedicación de los padres a los hijos. No es cuestión de cinco minutos a la semana y «como no hago carrera con mi hijo lo dejo por imposible».

*Educar bien
es lento.*

Muchas veces no se ven los resultados a corto plazo.

Ante la flaqueza y el aburrimiento por el niño que no se corrige, llora, pega y desobedece, tenemos que poner fuertes dosis de constancia. Pero no se trata de dejar la batalla de corregir a tu retoño porque no obtienes rápidamente un cambio positivo en su conducta.

No olvides que el niño con un año, aunque solo coma-juegue-duerma, ya te necesita, ¡y de qué manera! No esperes a que hable perfectamente para entretanto hacer tu vida.

El tiempo que has creído ganar

en otras cosas,

lo has perdido con tu hijo,

y era un tiempo de oro.

Sin perder los nervios

Las correcciones con amor valen mucho más que cualquier tortazo, aunque a lo mejor la torta sea mucho más eficaz en un primer momento.

• «Cuando ya estoy cansada, como el niño no me obedece, le pego y rápidamente se deja vestir. Es el único método que funciona para que haga las cosas».

Quizá con este sistema del garrote consigas rápidos resultados, pero si lo quieres educar de verdad, no trates de corregir rápidamente. Es preferible ir de modo lento, pero seguro en su educación.

Hay que intentar que el niño comprenda por qué debe portarse de una manera u otra. A lo mejor Pablo con la torta se vestirá en seguida, pero como no le has explicado nada, sino que le has propinado un castigo físico, al día siguiente lo volverá a hacer, y al cabo de dos años el no vestirse se convertirá en pura rebeldía.

Cálmate y explícale las veces que haga falta por qué tiene que vestirse, y poco a poco lo entenderá.

Perder los nervios está a la orden del día, sobre todo con la vida tan acelerada que llevamos las familias, pero debes procurar dominarte, especialmente, a la hora de educar a tus hijos. Tú eres un ejemplo para ellos, y si te pones histérica no aprenderán nada bueno y pueden llegar a contagiarse de tu irritabilidad.

No por mucho gritar el niño te entenderá mejor.

Con tu hijo procurar entablar una relación de verdadero afecto en la que los gritos y malos tratos no tengan lugar.

No olvidéis ser:

— Tiernos.

— Comprensivos.

— Pacientes.

— Justos.

Ser tierno y comprensivo no está reñido con el comportarse de una manera justa y el reñirle con ternura cuando su conducta no es la indicada; pero siempre sin gritos ni malos modos.

Con actitudes agresivas el niño no mejora su manera de ser, sino que por el contrario puede empezar a crearse un círculo vicioso:

niño malo

papá o mamá grita

Sería difícil de corregir.

Si un día no soportas a tu niño trasto, déjalo con alguien y date una vuelta por la calle, pero nunca pagues los malos humores y tus frustraciones con el pequeño. Parece muy chico por su edad, pero se entera de todo lo que ocurre a su alrededor.

Un ambiente de paz y felicidad

le ayudará a ser de mayor

un adulto sereno y equilibrado.

Un ambiente en donde los gritos y las agresiones están a la orden del día no beneficiará en nada la conducta del niño, su nerviosismo irá en aumento, y de mayor se comportará, con sus hijos y su mujer o marido, de la misma manera violenta como se comportaron con él.

Antes de darle una bofetada o replicarle de malas maneras, piénsatelo dos veces.

- «Por la mañana el tema niños lo llevo de maravilla, pero por la noche, y sobre todo a la hora de dormirles, pierdo los papeles y reconozco que me pongo histérica. Quiero que se acostumbren a irse a la cama sin alborotar y cuanto más chillo más me desobedecen.

- »Como no conseguía dominarlos y realmente me encontraba rendida y con dolor de espalda, llegué a un pacto con mi marido por las noches:

- »A las 9, que era la hora de dormir-cuento-rezar, yo desaparecía del escenario y me recluía en mi cuarto, y en cambio mi marido, de carácter más tranquilo y paciente, se encargaba de acostarlos.

- »Con este sistema, en solo una semana, los niños se calmaron y se iban a la cama a su hora sin protestar.

- »Como los pequeños estaban aleccionados, yo era la única que quedaba por controlar, porque realmente sufría una transformación tal por la noche, que, de la madre dulce y amorosa del día, me convertía en una auténtica pantera y ni yo misma me reconocía: pegaba a los niños, les amenazaba y les gritaba. Así que hice el propósito de no volverlo a hacer, y desde hace dos meses somos una familia totalmente relajada a la crítica hora de ir a dormir a los pequeños.

- »Estoy segura de que mis hijos cambiaron su comportamiento gracias a la paciencia de mi marido».

Comprendo que si estás todo el día con los niños, de 1 a 3 años, puedes acabar hasta las narices. Pero nunca debes permitir que los nervios te jueguen una mala pasada, pues

si lo piensas detenidamente, alterar tu sistema nervioso no es bueno ni para ti ni para tu pobre marido e hijos, que seguramente acabarán también un poco desquiciados...

- «Desde que controlo más mi carácter, en casa todo funciona a las mil maravillas; nadie sube el tono de voz, los pequeños me obedecen más que cuando les gritaba y mi marido dice no poder creer la felicidad que siente al entrar en casa y verme toda sonriente y tranquila con los pequeños a mi lado. Hasta creo que todos comemos mucho mejor e incluso mi marido ha engordado unos kilos, que buena falta le hacían después de los soponcios que pasaba, pues las horas de las comidas antes eran auténticas guerras campales: el pequeño escupía el puré; Valentín, de tres años, hacía bolas con la carne en la boca; a mí se me subía la adrenalina por el cuerpo al contemplar la escena, y empezaba a meterle quisiera o no la comida a los niños, mediante todo tipo de salvajes sistemas: tapándoles las narices, amenazándoles con una jeringuilla, con el clásico “te voy a encerrar en el cuarto oscuro y va a venir la bruja que se lleva a los niños que no comen”. Total, tantas y tantas amenazas para nada.

- «Eso sí, mi marido, ante el espectáculo, atragantándosele el filete acababa las comidas dando un puñetazo en la mesa y volviéndose a la oficina, verdadero relajó en medio de una jaula de fieras, que era mi casa por aquel entonces».

- «Mi marido, cuando los niños no le obedecen, se pone como una hiena. Intento calmarlo, porque me doy cuenta de lo perjudicial que es esta actitud: el pequeño de dos años, cada vez que ve a su padre entrar en casa, se esconde detrás de mí y me dice: “papá malo, tú buena”, y es que el peque capta la manera de actuar del padre y, claro, como siga así, nunca le va a obedecer por las buenas, y le va a coger un miedo terrible».

La violencia física nunca se debe emplear con un niño, salvo algún que otro azote en el culote cuando la situación lo requiera.

Sigue estos consejos, que te ayudarán a conservar la paciencia con los chicos:

- Piensa que son tus propios hijos.
- Tu ejemplo es fundamental para ellos.
- Los puedes marcar negativamente para toda la vida.
- Dentro de unos pocos años crecerán y se marcharán de tu lado.
- Procura encontrar alguna hora al día para cambiar de aires y alejarte de tus pequeñas fierecillas.

Con amor

Todo lo que se hace con amor no cuesta, por mucho sacrificio que implique el llevarlo a cabo.

¿Qué personas mejor preparadas para educar al chiquitín, que papá y mamá que lo quieren tanto?

Pero ¡jojo!, que no hay que confundir el amor con el consentimiento.

Un niño consentido no está bien educado.

Al educar con amor,

hace falta exigir,

cuando es necesario.

En la renuncia de lo que muchas veces apetece, pero no siempre conviene, está la buena educación.

Que no le consientas todo no significa que no lo ames.

• «Su padre le quiere tanto que lo mimaba hasta la exageración. Todo lo que pide se lo da y, la verdad, pienso que como todavía es pequeño... ¿Por qué no le vamos a consentir sus caprichos?».

¡Menudo error! Sin darse cuenta estos padres están fabricando un pequeño caprichoso, que será insufrible el día de mañana.

No te olvides de que la forma de educar debe estar aderezada con fuertes dosis de amor: Si tú quieres realmente a tu hijo nunca le podrás humillar ni herir en su amor propio al corregirle, sino que, por el contrario, el corregirle se convertirá en un momento de atención de la madre o del padre al niño, que se sentirá atendido y nunca castigado por sus padres, que pierden los minutos dedicándoselos tiernamente para decirle lo que tiene o no que hacer.

• «He comprobado que Luis, cuando le corrijo lo que hace mal, se siente a gusto. Tal vez porque piense que es una forma de prestarle mi atención. De esta manera, además de estar encantado con mis continuas atenciones, que son correcciones, aprende sin traumas lo que es bueno y malo».

Amar a tu hijo no significa estar dándole todo el día achuchones, aunque son muy importantes para su formación y nunca están de más.

El amor que des a tu hijo, mejor. Nunca sobra.

Que jamás se te ocurra decir: «No le abrases tanto que lo vas a maleducar». Con amor bien entendido nunca se maleduca a un niño.

¿Y qué es un amor bien entendido?

— Demostrarle vuestro cariño físicamente con los abrazos y besos más sonoros que podáis.

— Reñirle justamente tratándole siempre con suavidad.

— Exigirle con serenidad, en la medida en que el niño pueda, las metas (desarrolladas en el capítulo siguiente) que os habéis trazado para su educación.

Su afectividad se empieza a desarrollar cuando es pequeño.

Cuando sea adulto

tendrá tanta capacidad de amor

como amor haya recibido.

Un niño que no ha recibido cariño de pequeño, difícilmente sabrá transmitir afecto.

A todo se tiene que aprender, incluso a amar.

No te olvides de tratar y educar con muchísimo amor a todos tus hijos, «incluso», y muy especialmente, a aquellos que vienen en el momento más inoportuno de tu vida: con cuarenta y tres años, en plena menopausia, al año de haber nacido el anterior, en medio

de una crisis económica familiar, cuando aún te quedaban unas cuantas letras por pagar del nuevo piso.

Cuanto más os deis a vuestros hijos, más felices os sentiréis con vosotros mismos. Educadlos con amor de una manera desinteresada, sin pensar que el día de mañana pueden ser unos desagradecidos. Si les habéis dado verdadero amor difícilmente os dejarán abandonados aunque, como es natural, hagan su vida.

El trato hace el cariño, y para empezar a educar bien a un niño de 1 a 3 años, debe sentirse querido por la persona que le manda. El niño captará todo lo que con tu ejemplo le vas enseñando.

Aprenderá a estar contigo, a necesitarte, a quererte, y estos tres pilares son básicos, para que luego, por el amor que él siente por ti, seas un verdadero ejemplo a imitar y le puedas educar de la manera que mejor le convenga.

Positivamente

Se trata de reforzar las buenas actitudes, es decir, de alabar la parte positiva del comportamiento del niño en vez de recriminarle todo el día sus malas acciones:

- «Pero qué bueno es Juan. ¿Verdad que le vas a dejar el patito a tu hermano? ¡Se lo has dejado! Eres un niño muy rico. Papá y mamá están muy contentos contigo».

El niño necesita saber que sus padres están satisfechos con él.

Es su mejor triunfo.

Con esta actitud conseguirás, rápidamente, que tu hijo sea generoso sin necesidad de estar todo el día recalándole: «Pero niño, eres un egoísta, déjale de una vez el patito a tu hermano». Y el niño irá reconcentrándose cada vez más en sí mismo, marcado por una palabra, que papá nunca debió pronunciar: «Eres un egoísta».

Aquí el padre le recalca la parte negativa de su conducta (egoísta) en vez de intentar que dé el pato y, una vez que lo ha hecho, aplaudirle su actitud, para que el niño quede marcado por un comportamiento positivo que ha tenido con su hermano.

Si le alabas cuando hace bien las cosas, el pequeño se sentirá estimulado para continuar su buen comportamiento. Estará feliz y lleno de satisfacción.

Como nota que sus padres se alegran cuando obedece, en su subconsciente rechazará la actitud de la desobediencia.

Si por el contrario le riñes todo el día, el chico se irá haciendo un pequeño rebelde, porque no sentirá estímulos suficientes para portarse bien y se formará el círculo vicioso:

niño malo

papá o mamá riñen

Hay que dedicar más tiempo

a alabar los buenos

comportamientos

*de nuestros hijos
que a castigar
sus malas acciones.*

Como los problemas del quehacer diario nos pueden agobiar y por desgracia las noticias de los medios de comunicación, en su gran mayoría, son de tinte trágico-sensacionalista-negativo, podemos correr el peligro de contagiarnos del ambiente y transmitirlo a nuestra propia familia: todo el día de mal humor, incapaces de esbozar una sonrisa o una frase amable, y recriminando constantemente a los pequeños, principales víctimas de la situación.

Adopta actitudes positivas, que contribuyan a mejorar el comportamiento y la educación de tus hijos:

— Al llegar a casa, deja en el ascensor todo el cansancio acumulado.

— Si no sabes sonreír, ensaya unas cuantas sonrisas frente al espejo y ponlas en práctica delante de tus hijos. Verás cómo se contagian de tu buen humor.

— Procura tomar las cosas por el lado optimista. Esto te ayudará a ver la parte buena de tus hijos, que también la tienen, por muy trastos que parezcan.

— No veas problemas donde no los hay.

— Cuando el niño no te obedezca, grite o no puedas más con él, piensa en lo bien que se portó ayer por la noche... Intenta ser objetivo.

— Olvídate un poco de los defectos de tus hijos y ensalza sus cualidades.

Insisto:

*Alábale lo bueno
que haga.*

Adelantándose

Para educar hay que ir por delante.

¿Qué quiere decir esto?

Se trata de hacer a nuestro hijo ordenado, voluntarioso, obediente, sincero... antes de que pueda ser desordenado, vago, desobediente y mentiroso. Es mucho más fácil educar a un niño pequeño, que no sabe nada, que intentar cambiar su conducta cuando ya tiene arraigada una forma de ser determinada.

Si desde pequeño intentas hacer al niño amable y sincero, el chico adoptará, sin mucho esfuerzo estos hábitos. No te importe repetirle: «El niño bueno da un beso a mamá antes de acostarse». «Dice siempre la verdad».

En cuestión de educación no te olvides de:

*Ir siempre por delante
de lo que pueda ser tu hijo.*

Para ello hay que estar atento y enseñarle buenas cosas en el momento oportuno: no le vas a decir por la tarde que por las mañanas te dé un beso, sino que al levantarse le pides: ¡a ver este chiquitín qué beso le va a dar a su mami querida!

Razonadamente

Cuando las criaturas están demasiado pesadas: Marta quiere coger todo de las mesas; Pablo pinta de bolígrafo las sábanas y el más pequeño está a punto de caerse por la ventana al mirar un gato que pasaba por el tejado, la madre que no es razonable grita desaforada: ¡Niños, ya está bien!

Y da un manotazo a Marta, para que no toque las porcelanas de la mesa; coge violentamente el bolígrafo a Pablo, para que no pinte más; agarra de la mano al pequeño, tirándole del taburete para que no se caiga por la ventana. Todo esto lo hace sin mediar una sola palabra mientras los pobres niños no comprenden la violenta actitud de su mamá.

¿Qué habrás conseguido aparte de que te suba la tensión?

Que mañana vuelvan a hacer las mismas fechorías, porque no se te ha ocurrido meterte en explicaciones con los pobres niños, asustados, porque, aunque son pequeños, no son tontos y merecen alguna explicación civilizada:

- «Mira, mona, las porcelanas no se tocan de la mesa, solo se cogen los juguetes, que tienes muchos en tu cuarto. Tus juguetes no se rompen si los tiras al suelo, en cambio estos patitos tan bonitos, los pobrecitos se partirían en muchos pedazos, si los dejaras caer... y tú no quieres hacerles daño, ¿verdad?».

- «Monín, mamá te va a dar muchas hojas para que pintes, pero no manches las sábanas, que son para dormir el nene y no para garabatearlas».

- «Tú eres un niño y los niños deben tener mucho cuidado en no asomarse a la ventana, porque si se caen se harían mucha pupa.» (Y a continuación, por si acaso, instalas una verja, por lo que pudiera pasar).

A los niños hay que educarles haciéndoles comprender razonadamente las cosas. Que no caigamos en la desidia y en la vagancia de no molestarnos en dar explicación alguna a nuestras actitudes con los benjamines de la casa.

Muchos padres, sobre todo primerizos y la mayoría de las veces por ignorancia, creen que de 1 a 3 años los niños son demasiado pequeños para entender cualquier razonamiento sobre lo que está bien o mal.

- «Mira, Paula, como tu hijo es tan pequeño –todavía no ha cumplido los dos años y ni se entera de lo que sucede en su entorno–, no merece la pena que le expliques por qué le has pegado. Volverá a desobedecer y a tocarlo todo. Cuando crezca ya te meterás en explicaciones».

Eso sería una equivocación. El chico puede entender más de lo que te imaginas. Las explicaciones las debes dar aquí y ahora, para que desde pequeño aprenda a discurrir, a saber escuchar y, de paso aumente su vocabulario. Si dejas correr el tiempo para meterte en explicaciones, cuando tú consideres que ha crecido, el crío lo único que asociará será

la falta de obediencia con el bofetón. Por rebeldía, que se acrecienta a la edad del pavo, seguramente será un indisciplinado y para poco servirán tus preciadas explicaciones.

Desde que cumplen un año

hay que razonarles

lo que hacen.

Sin amenazas

Desde luego que a veces te sacan de quicio los niños. No puedes más y les amenazas con:

- Llamar a la bruja.
- Castigarlos dentro del armario.
- Quedarse sin postre.

En un intento desesperado por poner orden, te transformas en una bruja real: gritas, chillas y apareces con la escoba dispuesta a encerrar a los niños en el cuarto oscuro.

¡Cuidado! Este método de las amenazas puede funcionar una, dos, tres veces, pero a lo mejor a la cuarta el niño, que es muy espabilado, descubre que no es verdad que vayas a llamar a la bruja, y entonces nunca más te hará caso ni te tomará en serio.

La amenaza a largo plazo

solo desprestigia

la credibilidad de mamá.

Es mejor que hagas comprender a tu hijo que no debe hacer tal cosa y, si continúa haciéndolo, lo castigues, a que le amenaces continuamente sin propósito de cumplir lo que dices.

Individualmente

Cada hijo es diferente y como tal hay que tratarlo y educarlo. Estudia la personalidad y necesidades de cada uno de ellos y de acuerdo con este baremo trátalos: unos necesitarán más alabanzas para sentirse seguros, otros más disciplina. Y no olvides que los niños son diferentes a las niñas desde su nacimiento, por mucho que alguna gente se empeñe en igualarlos. Ellos mismos son los que establecen las diferencias sin necesidad de que lo hagamos nosotros.

En general, aunque siempre hay excepciones, los chicos son más brutos y movidos, y las niñas más tiernas. Hay que educarles fomentando en cada uno la feminidad o la masculinidad:

«La niña como mamá».

«El niño como papá».

Sin ridiculizar

No se te ocurra nunca ridiculizar a tu hijo y mucho menos delante de otros niños o personas mayores. Esta manera de actuar no le aportará nada positivo, por el contrario el

crío se irá reconcentrando en sí mismo y acomplejándose cada día más.

Cuando tengas que corregir hazlo a solas con él y con mucho respeto hacia su persona, que nunca se pueda sentir humillado.

Actitud negativa:

- «Pero qué niño tan tonto es, ¿verdad tía Segismunda? Con tres años y se ha hecho pis encima».

Actitud positiva:

- (Mamá se lo lleva a un rincón). «Mira, Pablo, cuando tengas ganas de hacer pis me lo dices y te llevo al cuarto de baño, ¿entendido?».

Sin comparar

Las comparaciones son odiosas. No hay nada tan pesado como que mamá, papá, la tía o la abuela se pasen el día diciendo:

- «Pero qué niño tan desordenado. Tu hermano cuando tenía tres años era ordenadísimo».

Evita las comparaciones. El niño puede llegar a sentir celos tremendos hacia su hermano, con el que lo comparan, y tener complejo de inferioridad.

Con espíritu cristiano

Para unos padres cristianos, colaborar en la transmisión de la fe a sus hijos es su primer objetivo. La mejor herencia que unos padres quieren dejar es el ejemplo de una fe viva y, a partir de ella, que los hijos lleguen a ser personas responsables y libres.

Para reforzar el ejemplo es recomendable que los padres actúen directamente en la formación religiosa de sus hijos con una catequesis familiar continua desde los primeros años de edad. Lo que se aprende de los padres es más difícil de olvidar.

Ten en cuenta

Hay niños que son más fáciles de educar que otros, cuya forma de ser dificulta la tarea educativa de inculcarles unos hábitos.

Intenta que desaparezcan, con mucho amor, los problemas del carácter de tu hijo: celos, rabietas, timidez...

Todos entran dentro de la normalidad, pero debes ayudar al niño a superar:

- Los celos de los hermanos. Dile a menudo que mamá y papá quieren igualmente a todos sus hijos y a él también, «por supuesto». Los celos suelen ser más acusados en el hermano mayor hacia el pequeño cuando hay mucha diferencia de edad, y del pequeño hacia el mayor cuando son muy seguidos. Ten mucha paciencia y dale mucho amor.

- Rabietas. No permitas por sistema sus histerismos; explícales, cuantas veces sean necesarias, que tirarse por el suelo llorando está mal hecho.

- Timidez. Incúlcales seguridad. ¿Cómo? Alabándole por su buen comportamiento y animándole; pero nunca forzándole a que dé besos y abrazos a los que le rodean.

Una vez superados estos problemas, el niño será más apto para aprender un buen comportamiento ante la vida.

Qué valores voy a inculcar

En el capítulo anterior hemos hablado del método para educar bien a vuestro hijo de 1 a 3 años. Vamos a dedicar estas páginas a saber qué queremos transmitir a nuestros pequeños.

Para ello es necesario trazar un plan entre la madre y el padre, que incluya unos hábitos, aprendidos desde la más tierna infancia que, cuando el pequeño adquiere uso de razón, los convierte en virtudes, que forman parte de su manera de ser. No lo olvidéis:

*Su porvenir
empieza ahora.*

Obediencia

Es el talón de Aquiles de casi todos los padres:

- «Mira, Pablito, me vas a obedecer. Esto no se hace y se acabó».

Y a continuación el retoño pega unos chillidos que se oyen por toda la casa, pues está harto de oír a su papá y a su mamá decir No a todas sus ocurrencias.

Tienes que tratar de hacerle comprender que tal cosa no se puede hacer por tal razón.

Que nunca asocie:

Niño hace algo › mamá dice NO › Niño patatea = niño desobediente.

Si esta misma situación se repite varias veces, al final se convertirá en un hábito pésimo, porque el resultado puede ser que el niño no obedezca a la pobre mamá, que cada vez más desesperada y cansada dirá un escueto No.

Actúa de la siguiente manera:

Niño hace algo malo › mamá dice no por alguna razón = niño obedece.

Siempre hay que explicar el porqué de nuestra actitud hacia el pequeño, pero especialmente a la hora de enseñarle a obedecer. El crío obedecerá cuando se haya dado cuenta, por mamá o papá de que tal cosa no se puede hacer «porque es peligroso», «hace daño»... Más tarde la obediencia a mamá se convertirá en un hábito.

Pero ¡joj!, tampoco te obsesiones con la obediencia, porque el niño puede acabar harto de tanta persecución. No te empeñes en buscar situaciones límite para que te haga caso y lo pongas a prueba persiguiéndole por todo el pasillo. Haz las cosas más naturales, y cuando surja la ocasión aprovéchala. Cuando diga:

—Gugu, nene tere tirar —y tirar es arrancar las hojas de dibujo que con toda ilusión puso la hermana de seis años en la pared de su cuarto... explícale:

—Mira, monín, estas hojas las ha pintado tu hermana en el cole y quiere que todos las veamos y también tú; pero si se las quitas, nadie las podrá ver y ella se pondrá muy triste...

¿Qué habrás conseguido con esta explicación?

Obediencia, por la manera suave de explicarle lo que debe hacer y respeto a los demás.

Pero no cantes victoria. El peque puede repetir varias veces la escena. Tú —¡ánimo!—, no decaigas, mantente firme hasta que lo deje de hacer.

Si es necesario, repite la conversación tantas veces como vaya a arrancar las hojas.

A partir de los tres años

tu hijo debe ser diligente.

No le permitas que tarde demasiado en obedecerte o que no haga por sistema lo que le ordenas, porque esta manera de actuar puede llegar a convertirse en un hábito pésimo de comportamiento.

Proyección de futuro

A veces puede parecer un poco cómico y ridículo obcecarse inútilmente en que tu hijo obedezca desde tan pequeño y muchos padres abandonan, cansados de tanta lucha. Sin embargo estos esfuerzos no son en vano. Si acostumbras al pequeño a no salirse siempre con la suya, a hacer lo que papá y mamá dicen, a no hacer lo que muchas veces apetece, de mayor estará preparado para aceptar mejor las situaciones y conformarse cuando la vida le sea adversa, cuando el trabajo, los negocios no salgan bien. Tendrá una mente abierta, que sabrá adaptarse a cualquier nueva circunstancia (quedarse sin trabajo, enfermedad familiar, fechorías de sus propios hijos...). Y todo esto ¿por qué?

Muy sencillo, porque de pequeño aprendió a contrariarse y a no hacer siempre lo que le gustaba, a conformarse, porque tenía que obedecer. Si por el contrario, tu hijo ha sido un niño muy consentido, luego de mayor admitirá más difícilmente que algo le salga mal, porque siempre ha conseguido lo que ha querido.

- «Tengo un marido que es un encanto y todo se debe a mi suegra, que a veces son muy buenas, como es mi caso... Lo educó de maravilla.

- »Es un hombre que se adapta a todo, cualquier comida le gusta. Nunca protesta por nada y eso que yo soy un desastre. Los botones se los tiene que coser él mismo, porque a mí se me olvida hacerlo y siempre le falta alguno. Y le digo muchas veces: ¡qué suerte haberte conocido, me haces tan feliz, con ese carácter tan bueno que tienes... y eso se lo

debo a tu madre que te crió muy bien! Y es que, la verdad, mi suegra siempre estuvo encima de su hijo, y en su obediencia era muy estricta sin resultar pesada.

- »Mientras a todos los niños se les antojaban todo tipo de caramelos a diario, mi suegra solo le dejaba tomarlos el domingo. Parece una tontería, pero era un buen sistema para enseñarle a dominarse.

- »Primero con las pipas y actualmente, ante cualquier contratiempo que pueda tener en el trabajo o en casa.

- »Como cuando en vez de hacerlo subdirector nombraron a otro a dedo. Al principio le hirió un poco la moral, pero en seguida encajó el golpe y no tuvo un solo día de frustración».

No lo dudes:

*Ahora estás educando
al hombre del futuro.*

Sinceridad

*Es fundamental
que se establezca
un diálogo abierto
padres-hijo
desde el momento en que
el pequeño se suelta a hablar.*

Hay que empezar por las pequeñas cosas, aunque parezcan tonterías.

- «Pablito, ¿quién ha metido el muñeco en el retrete? Dímelo porque si me lo cuentas, papá no se enfadará, pero, como me ocultes algo o me mientas, te reñiré.

- —He sido yo, papi.

- —Guapo chico. ¿No ves? Papá no se enfada. Pero no lo vuelvas a hacer; porque al retrete no se tiran los juguetes, que se pierden o se manchan. Nunca me ocultes nada, por muy malas cosas que hayas hecho; y papá te promete que no te reñirá».

¿Qué habrás conseguido con este diálogo?

- Crear un clima de confianza entre Pablito y su padre, que no le pega por muy mala que sea la trastada.

- Evitar que Pablito haga las cosas a escondidas de su papá.

- Al enterarte por el niño de su propia fechoría, le puedes explicar que tal cosa no está bien y, de otra manera, si te mintiera, la mala acción quedaría impune, pues él negaría haberla cometido y tú no tendrías la oportunidad de castigarlo directamente.

Debes fomentar que tu hijo te cuente todo lo bueno y lo malo que haga y que sepa que, por muy mala fechoría que haya cometido, no le vas a reñir por decírtela y descubrirte su pequeño secreto; en cambio te vas a enfadar muchísimo si ves las paredes

manchadas detrás del sofá y la lámpara rota en el suelo, sin que el peque se haya delatado como «autor de los hechos».

Proyección de futuro

Pero ¿por qué es tan importante enseñarle a un niño tan pequeño a decir la verdad?

Desde sus primeras palabras, si consigues que se delate a sí mismo en una fechoría estás creando un clima de confianza hijo-padres, preparando la base para que el día de mañana, el chico te cuente sus planes de verano, con quién sale y qué hace, sin tener que jugar a Sherlock Holmes. El niño que se acostumbra a decir la verdad porque vive en un ambiente de confianza, de mayor será comunicativo, limpio de corazón.

Probablemente sabrá enfrentarse a cualquier situación dando siempre la cara, y le resultará difícil que tenga una doble personalidad: una amable en la oficina, otra déspota en casa, y mentir a su marido o mujer en asuntos caseros (dinero, salidas...).

- «Mi marido es fenomenal en muchos aspectos, pero su único punto débil es la mentira. Está acostumbrado a no decir la verdad desde pequeño y ahora es imposible cambiar su manera de actuar.

- »La pena es que a mí me lo hace pasar muy mal.

- »En una ocasión, como soy muy despistada, siempre me dejo el dinero por aquí y por allá, noté que me faltaban 50.000 pesetas. Intuí que había sido mi marido quien me las había quitado, así que le rogué que me lo dijera y no me enfadaría. Al final lo confirmó y nos abrazamos.

- »Siempre la verdad por delante, Juan, por muy mala que sea –le dije–. Pero mi marido en el tema de la sinceridad no tiene remedio y a lo largo del matrimonio me ha vuelto a hacer mil fechorías como la anteriormente citada. Cuando era pequeño no le enseñaron a decir la verdad y ahora es muy difícil cambiarlo».

Generosidad

Siempre se ha dicho que los niños son egoístas por naturaleza. Esta afirmación es errónea. Depende de cómo has formado al niño.

- «Mira, Pablito, como van a venir los Reyes Magos y te van a traer muchos regalos, me vas a indicar con tu dedo el juguete que quieras, de los nuevos, y se lo vamos a llevar a otros niños, que no tienen tantos como tú.

—Este, mamá».

En ese momento coges el muñeco y a Pablito y te vas a la parroquia, para que desde pequeño se acostumbre a dar, pero de lo que cuesta, lo nuevo, no lo roto y feo. De esta manera haces salir al pequeño de su propio ego.

Dar, y especialmente lo nuevo, siempre cuesta. Si el niño empieza a hacerlo desde pequeño, porque le sale del corazón, se desprenderá de sus cosas sin armar un alboroto.

Tampoco hay que irse a los extremos y hacer que el pobre niño dé, obligado por sus padres, precisamente aquel juguete que más le gusta: el oso con el que duerme por las noches. Esta actitud no beneficiaría en absoluto al pequeño, que no pararía de llorar

pensando en su pobre osito, que no está con él a su lado durmiendo, mientras mamá intenta sustituir en vano el osito por un perrito, un gatito o un corderito.

Para hacer a un niño generoso, tienes que empezar a educar su corazón desde la más tierna infancia, lo mismo que educas su comportamiento. Incúlcale que la felicidad verdadera no está en tener muchas cosas, sino en tener un corazón tan grande que le haga compartir lo suyo con las demás personas, que de todo disfrutará mucho más si se acostumbra a no guardarse los juguetes y deja participar a su familia en sus juegos:

- «Mira, Pablito, tu hermano está triste porque no quieres dejarle el camión. ¿Por qué no jugáis los dos juntos para que se ría? –El niño deja el camión–. ¡Qué bonito es ver a tu hermano contento, y todo porque le has dejado el juguete! ¡Qué bueno eres!».

- «El día de los Reyes Magos, para que mi hija se acostumbre además de recibir a dar y a compartir su alegría con otros niños, pongo dos cestas al lado de cada zapato. En una los Reyes Magos vienen y depositan sus regalos y en la otra, una vez que ha desenvuelto todos los paquetes, la niña debe poner dos regalos: uno de los que acaba de recibir y otro, del año pasado, pero que esté en buen estado. Es una manera de enseñarle que en ese día no solo se recibe, también se da».

Generosidad significa renuncia a sí mismo.

*No se trata
de hacer generoso al niño
tan solo en las cosas materiales,
sino también
en la forma de ser.*

Debe aprender a aguantar, ceder, tener espíritu de sacrificio...

- «Mira, Elenita, ya sé que quieres chocolate pero es la última tableta que queda en la cocina y las tiendas están cerradas. Como va a venir papá cansado y a él le encanta el chocolate, ¿por qué no se lo dejas para que se lo coma?».

Proyección de futuro

Haber aprendido a ser generoso desde pequeño te puede ahorrar de mayor muchos problemas de convivencia:

- Haces la vida más agradable a los demás.
- No mortificas a tu marido o mujer con el clásico «lo tuyo» y «lo mío».
- No tienes a ración a tu familia, que la pobre a final de mes no puede coger ni el autobús.
- No armas un escándalo, porque tu hijo se ha puesto tu traje azul.
- Debes sacrificarte y ceder cuando la situación lo exige.
- «Tengo un marido muy bueno, pero que no le hablen de tener que prestar alguna cosa, y mucho menos dinero. Alguna vez lo ha hecho y quien ha cargado con su mal

humor e intranquilidad, hasta que se lo han devuelto, he sido yo. Su manera de actuar tiene explicación:

- «Fue hijo único y su padre murió al poco tiempo de haber nacido. A su pobre madre, al encontrarse viuda, le empezó a entrar un terrible complejo de arruinada –aunque tenía mucho dinero– que transmitió a su hijo. Así que nos tiene a toda la familia a verlas pasar».

Respeto

Es importante que desde pequeño el niño sepa que hay reglas y unos límites que hay que respetar.

Bien vale un cachete cariñoso a tiempo y una explicación, para que el niño aprenda que no se puede entrar en el salón y jugar encima del sofá; meter el dedo en el ojo del bebé; enchufar la teletonta; manchar las paredes con mermelada; pegar a mamá...

Si te molestas y le enseñas que todo lo anterior no está bien hecho, que hay que respetar unas reglas, el niño empezará a distinguir el bien del mal; el sí del no; tendrá puntos de referencia, indicadores de lo que debe o no hacer, de cuál debe ser su conducta, y dejará de ser un perfecto cafre.

Pero si, por el contrario, no te esfuerzas en hacerle ver la diferencia entre lo que está bien y mal y te limitas a chillar, no comprenderá y continuará siendo un Tarzán de la selva.

- «Los primeros años en los niños son terribles. A mí se me erizan los pelos cada vez que veo al niño pintando las paredes del pasillo. Así que he decidido dejarlas como están hasta que el pequeño monstruo cumpla unos años».

Es muy cómodo no molestarte en decir a tu hijo que no pinte cada vez que lo hace. Debes explicarle que: mamá pintó las paredes para que la casa donde vives esté bonita y si Pablito la garabatea, mamá se pone triste porque la casa ya no está bonita.

El procedimiento de decir: ya crecerá y dejará de pintar las paredes es un error. Si no lo has educado para que sea cuidadoso de pequeño y respete unas normas, aparte de que tienes la casa hecha un desastre, cuando deje de pintar las paredes, puede que empiece a faltarte el respeto a ti. Se trata de un niño al que no se le ha exigido nada y por lo tanto no ha podido aprender a respetar las normas de convivencia, que no se improvisan.

Proyección de futuro

Si de pequeño le enseñas a tener respeto por las personas y las cosas, de adolescente, probablemente, será un chaval que podrá presentarse en cualquier sitio, con la seguridad de que hará un buen papel y sabrá comportarse. Un niño, en cuanto empieza a hablar, debe aprender buenos modales, ciertas normas de educación (gracias, por favor, perdón, hola, adiós...) para de mayor saber tratar correctamente a la gente.

Haber aprendido en la infancia a cumplir unas normas puede ayudar de adulto a controlar el carácter cuando la situación lo exige y a respetar los distintos gustos de los que le rodean.

Voluntad

La voluntad se necesita para todo en la vida. De 1 a 3 años y a través del juego puedes lograr que tu hijo sea constante y tenaz.

Si ves que el pequeño intenta hacer una torre con un montón de cubos, ánimale a que la termine y ayúdale si es preciso, para que se acostumbre a finalizar lo que empieza. Cuando la haya acabado, lo aplaudes y felicitas. Es una manera de motivar al niño por su esfuerzo. Esto le animará a ir acabando todo lo que empieza con verdadero tesón, pues espera, con ilusión, la aprobación por parte de papá y mamá.

- «Pero, María, déjalo –comenta tu prima–, que todavía es muy pequeño para obligarle a que haga las cosas. Ya tendrá tiempo para guardar los juguetes y terminar la torre de cubos...».

No, señora mía, está muy equivocada. La voluntad de hacer y ser algo se empieza a formar desde la más tierna infancia: primero con la simple torre de cubos, que el niño acaba, para después hacer la carrera universitaria hasta el último curso.

Anima al niño, sin obsesionarte, a que él solito o con la ayuda de mamá haga las cosas (vestir a la muñeca, hacer un hoyo en la playa, poner en varias cajas grandes las pelotas con las pelotas, los cubos con los cubos...). Acostúmbrale a dejar de hacer lo que no le conviene por exceso, sin patear ni llorar: ver la teletonta toda la tarde, no querer salir de casa... Hazle ver a través del ejemplo que tú también tienes que poner voluntad en lo que haces: «Hijo mío, me cuesta como a ti ordenar, pero lo hago».

Proyección de futuro

Un niño que desde pequeño se le ha educado la voluntad, de mayor probablemente será un adulto constante, tenaz y dispuesto:

- «A mi marido, por las mañanas, le cuesta levantarse una barbaridad. A veces llega tarde al trabajo, y yo le digo: Ramón, que te van a echar de la oficina. He probado todos los sistemas: le pongo dos despertadores, le abro la ventana de par en par, pero no hay medio. Al final le tengo que dar pellizcos para que se ponga en funcionamiento. Eso sí, para dormir nunca encuentra hora. Hay veces que hasta las cuatro de la madrugada no se va a la cama. Le cuesta muchísimo, en general, empezar y acabar algo.

- »Su madre continuamente me dice: “Alicia, no fuerces tanto a Ramón que lo vas a matar. Y con tus hijos lo mismo, eres una exagerada. Pobrecitos, con lo pequeños que son y tú todo el día detrás para que hagan esto y lo otro.

- »Desde luego cuando mi Ramón era pequeño hacía siempre su santa voluntad, mimado de todos”... Y claro, hoy día con treinta años le cuesta un montón hacer lo que no quiere. Menos mal que se ha casado con una mujer como yo, que aunque no soy una maravilla, intento espabilarlo. Ahora eso sí, me acuerdo de su madre todos los días por haberlo malcriado. Por su culpa le da tanta pereza hacer las cosas...».

Y es que la pereza y la vagancia van unidas a la falta de voluntad. Si desde pequeño no has estimulado al niño para empezar y acabar las cosas, de mayor seguramente le costará mucho más ser tenaz.

Responsabilidad

Desde luego que un niño de 1 a 3 años es muy pequeño para que sea totalmente responsable de sus actos. Pero es a la edad de dos años y medio cuando hay que empezar a darle algunas pequeñas tareas para que vaya empezando a responsabilizarse.

- «Tengo un hijo de casi tres años. Algunas veces le pongo tareas, que tiene que hacer en casa, supervisado por mí o por mi marido: regar las plantas, darle de comer al pájaro, coger el teléfono cuando suena, darle el dinero a la asistenta para que compre el pan... El niño las hace encantado y además se siente importante, porque tiene responsabilidades, como papá que va a trabajar a la oficina».

Todo lo anterior está muy bien. Pero no te olvides de felicitar al niño cuando lo haga bien.

Es una manera de estimularlo para que continúe desarrollando distintas actividades.

Si educas a tu hijo en la responsabilidad, la convivencia con él es mucho más fácil. Sabrá ser independiente y tú no tendrás que estar todo el día detrás de él para que tire de la cadena del retrete, se coma el bocadillo o se vaya vistiendo. Piensa que los niños no son tontos. Con tres años pueden empezar a hacer las cosas solos, aunque les tengas que ayudar.

En las familias numerosas los últimos hijos nacen sabiendo. Como hay menos tiempo para hacerles las cosas, aprenden viendo a sus hermanos mayores.

Hay que tratar por todos los medios de que el pequeño asuma ciertas responsabilidades caseras y más hoy en día, que las ayudas domésticas brillan por su ausencia.

- «¡Qué barbaridad! –comenta la bisabuela–. Este niño es demasiado independiente. No entiendo cómo le dejas que, por la noche, se levante de la cama, encienda la luz y haga pis solo. Cualquiera día abre la puerta de la casa y se va a la calle... En mi época estábamos encima de los niños, les hacíamos todas las cosas, y a los tres años tenían tres años y no como ahora que parece que tienen diez...».

La pobre bisabuela no se da cuenta de que los tiempos han cambiado. Que por las necesidades de la vida (guarderías, trabajos fuera de casa) los niños se espabilan y responsabilizan desde muy pequeños. Esto tiene ventajas: la madre puede estar más relajada sin necesidad de estar el día entero encima del crío, aunque siempre supervisando y el peque, a su vez, tiene unos deberes que hacer, no solo derechos. Se le obliga a ser menos egoísta y ser consciente de que debe ayudar en casa.

Al niño hay que dedicarle tiempo, pero bien entendido, que sea positivo: Más vale emplear el tiempo durante unos días en enseñarle a vestirse solo, que perder el tiempo vistiéndolo cuatro años, por tu falta de paciencia para que el niño aprenda a ponerse su ropa.

Proyección de futuro

El niño, al que desde pequeño le han dado unas mínimas responsabilidades caseras, se irá acostumbrando, poco a poco, a asumir deberes y obligaciones y de mayor

seguramente no se asustará, ni tendrá depresiones por todo aquello que tenga a su cargo: trabajo, tierras, negocios...

*Hacerlo responsable hoy,
es hacerlo seguro de sí mismo
el día de mañana.*

Si desde pequeño le has acostumbrado a que haga determinadas cosas (vestirse, ordenar...) y que a la vez asuma sin llorar los errores de sus actuaciones (romper el traje al ponérselo, el vaso de cristal al llevárselo a mamá), estás consiguiendo que se sienta seguro de sí mismo, aunque fracase en su intento de llevarte el vaso y lo rompa.

De esta manera de mayor estará más acostumbrado a ser responsable en su trabajo. Si comete cualquier error, que no se deberá a su falta de responsabilidad, no caerá en la depresión y falta de seguridad que le haga abandonar su puesto. Por el contrario, se superará a sí mismo y la próxima vez lo hará mucho mejor.

Ternura

*Cuanto más amor le des a tu hijo
más alegre se criará.*

Nunca están de más los miles de abrazos y besos que unos padres puedan dar a sus hijos:

- «Mira, Rita, controla los achuchones que das a tu hijo, porque si no, con lo listo que es, se apoderará de ti y ya no tendrás tiempo para nada».

Falso del todo. El pequeño no se va a apoderar de ti por besarlo mucho. Por el contrario, es una gratificación para unos padres como Dios manda, ver que su hijo necesita de su amor.

Nunca raciones el amor como si estuvieras en un cuartel. Expresa que quieres a tu hijo con los achuchones más fuertes, los besos más sonoros y las palabras más tiernas que puedas: «Eres mi mundo entero». «Te quiero tanto, que mi amor por ti no cabe en este cuarto».

- «Con mi primera hija, por falta de experiencia y por seguir esos libros de psicología infantil, apenas la achuchaba para no malcriarla. Me decían que era lo mejor. Hacía caso y controlaba mis sentimientos por ella.

- »En cambio, con la segunda mandé a paseo todas esas teorías y la achuché, la lamí, y le dije cuánto la quería desde el principio. Hoy día tienen doce y ocho años y desde luego hay muchísima diferencia entre ellas. La mayor es muy reconcentrada, le cuesta expresar sus sentimientos de alegría o pena. La de ocho años es un volcán de alegría y muy cariñosa. Pienso que fue porque la besé mucho. En cambio a la mayor empecé a besarla tarde, a los cuatro años, cuando nació María».

Más vale pasarse de dar amor que quedarse a mitad de camino.

El niño aprende a amar

en su casa

desde pequeño.

Dale todo el amor que puedas en esos primeros años. Que el amor, al principio algo inconsciente, sea el verdadero móvil de sus actuaciones: por amor no pegará a mamá y a papá y se portará bien... Un niño al que se le da mucho amor es un chico alegre y seguro de sí mismo. Se siente respaldado por sus padres, con los que cuenta diariamente.

Proyección de futuro

El cariño hay que demostrarlo

y comunicarlo,

para que el día de mañana

tu hijo pueda transmitirlo.

De qué vale decir: «Pablo y su padre se querían mucho, pero nunca lo demostraron...». Seguramente lo que le pasó al padre de Pablo fue que, por no achucharlo suficientemente de pequeño, luego de mayor no aprendió a transmitir el amor físico a su propio hijo. Quedaba bloqueado sin saber apretar a Pablo en un fuerte abrazo.

Por besar mucho al chico de pequeño, cuando sea adulto no tiene porqué salir afeminado, sino todo lo contrario. Los niños que de pequeños han sido achuchados, de mayores normalmente son seguros de sí mismos y pueden enfrentarse tranquilamente a cualquier problema.

- «Tengo cuarenta años. En mi infancia fui feliz, pero me faltó el afecto de mi padre que murió cuando yo tenía doce años. Según decía mi madre, me quería mucho, pero nunca me lo había demostrado físicamente, ni en mis primeros años de vida. Jamás me abrazó, salvo un beso cuando se iba de viaje.

- »Un día le pregunté a mi madre: “¿Por qué papá nunca me abrazó y muy raramente me besó?”. “Hija mía, a tu pobre padre se le murió su madre cuando él nació. Nunca pudo asimilar el amor de madre, porque no la tuvo a su lado. Por esta razón no pudo transmitirlo, ni siquiera a mí, aunque nos quería mucho. Él sufría enormemente por esta situación, pero se sentía bloqueado y no podía, no sabía estrecharte entre sus brazos cuando eras pequeña”».

Hay muchas personas que tienen problemas emocionales, carencias de afecto cuando son adultos y sufren depresiones. Una gran mayoría de los problemas emocionales se deben a no haber asimilado el afecto físico, porque las circunstancias no lo hicieron posible (falta de padre o madre, padres que no se ocupan de sus hijos...).

El niño, para que se sienta seguro y luego sea un adulto feliz, necesita haber asimilado desde pequeño la ternura de sus padres.

Sobriedad

La sobriedad bien entendida sin llegar a la tacañería. Hoy en día, como estamos envueltos en una sociedad de consumo, esta virtud puede soñar a algo de otra galaxia. Sin embargo, hay que enseñarla desde que son pequeños, para que el niño vaya comprendiendo el valor que hay que dar a las cosas materiales. Si desde pequeño le das lo que pide sin un control, todo irá perdiendo interés.

El niño por naturaleza quiere lo que no tiene, pero ningún extremo es bueno:

Ni darle todo lo que pide › pierde la ilusión.

Ni negarle todo lo que quiere › puede llegar a frustrarse.

En el justo medio está la virtud.

Por un lado el niño necesita que alguno de sus sueños se vea cumplido, para que su imaginación continúe en funcionamiento. Pero por otra parte no se le puede dar todo lo que pide, porque corres el riesgo de destruir la emoción y la ilusión, tan propias de su edad.

El niño que tiene todos los juguetes que pide, acabará no haciendo caso a ninguno y no disfrutará de ellos. A tu hijo le debes racionar sus antojos, no por el mero hecho de chincharle, sino por su propio bien. Que aprenda a jugar con cada cosa que le des y sepa que cuesta esfuerzo conseguirlas.

- «Mi marido y yo veíamos que Lucía, de tres años, no jugaba apenas con sus juguetes. Nosotros nos extrañamos, porque precisamente nuestra hija tenía una barbaridad de muñecas, cocinas, pelotas... para entretenerse. Como era la única nieta, sus abuelos la llenaban de regalos. Yo, la verdad, estaba encantada, porque no tenía que comprarle apenas nada y era un dinero que me ahorraba.

- »Pero un día hablando con mi marido llegamos a la conclusión de que a la niña no le beneficiaba regalarle tantas cosas. La pequeña se había vuelto impaciente y caprichosa y se cansaba en seguida de hacer todas las cosas propias de su edad: Jugar, correr...

- »Así que tomamos una decisión: a partir de ahora le controlaríamos sus caprichos y le exigiríamos un buen comportamiento. De este modo queríamos empezar a enseñarle a ser austera en su forma de vida.

- »Al principio los abuelos estaban furiosos defendiendo a su nietecita: “que todavía era muy pequeña para apretarse el cinturón, que la consintiéramos, que de mayor ya tendría que sufrir”.

- »Pero nosotros, a pesar del bombardeo psicológico de nuestros padres, decidimos continuar con nuestro nuevo método de educación: no consentíamos que cogiera rabietas por todo lo que pedía y no se le daba. Tampoco admitíamos sus exigencias y sus lloros continuos, por querer hacer lo que le daba la gana. Y ¿qué conseguimos?: al principio fue bastante difícil para la niña, acostumbrada a tener los antojos que quería. Luego nos fuimos dando cuenta de que ella misma, al notar que los caramelos, juguetes y diversiones se las racionábamos, empezaba a disfrutar y a entretenerse más con todo lo que le rodeaba. Quizá porque valoraba cada cosa que tenía: como no comía chicles más que el domingo, que salíamos al campo, esperaba ansiosa la llegada de este día especial para ponerse morada de goma de mascar...».

Proyección de futuro

*La sobriedad debe ser una forma de
vida aprendida desde pequeños,
que les hace disfrutar más
de lo que les rodea.*

Nunca debe ser sinónimo de tacañería.

Muchos padres equivocadamente dicen: «Pobrecito, como es tan pequeño, dale todo lo que pida... Cuando sea mayor ya tendrá que ahorrar».

Menudo error, si a tu hijo desde pequeño no le enseñas a valorar lo que tiene, de mayor probablemente no sabrá disfrutar de lo poco o lo mucho que le rodea. Para que el pequeño valore lo que tiene, cosa por cosa, debe jugar con cada juguete, uno a uno y durante el mayor tiempo posible. Pero si tiene excesivos juguetes, no podrá concentrarse en ninguno en especial ni disfrutarlos como debiera.

Si de pequeño lo haces austero en sus hábitos: juguetes pocos y en épocas señaladas (Reyes, cumpleaños...) y caramelos los fines de semana, de mayor seguramente no tendrá problema para conformarse ante cualquier situación negativa, porque está acostumbrado a privarse de lo que le gusta. Además su poder de concentración lo tendrá muy desarrollado, como resultado de una educación en la que sus padres le dieron pocos juguetes, para que pusiera su atención en cada uno de ellos.

Orden

- «Me paso el día detrás del niño recogiendo todo lo que quita de su sitio».

Y es que durante los primeros años del peque, puedes llegar a tener complejo de escoba y adelgazar unos cuantos kilos, por las flexiones que haces al coger los osos del suelo, que tu hijo ha desperdigado. Pero si te lo propones, desde que tiene un año recién cumplido, con paciencia, puedes ir inculcándole la idea del orden:

- «Mira monín, cuando acabes de jugar a las cocinas, metes las cucharitas en este cajón. Tu habitación es muy bonita, ¿verdad? Cuídala y no tengas todos los juguetes por el suelo. Tienes que cuidar de tus muñecos y vestirlos, pues se van a poner malitos. Como los quieres tanto, no los dejes tirados por la casa. ¡A ver quién recoge antes!».

Este tipo de conversaciones, repetidas una y otra vez con paciencia, lograrán con éxito que tu pequeño sea ordenado, aunque seas tú la que ponga el toque final al orden.

Reglas de oro para mantener el orden en su cuarto:

- Para meter los juguetes decora su habitación con baúles o cajones amplios.
- Forra las cajas con papeles de colores. El niño aprenderá a agrupar y conocer los colores y según la caja meterá los camiones, pelotas...
- Ponle baldas a su alcance.
- Hacia los tres años compra un pupitre con cajones, para que empiece a saber que ese es el sitio de recortar, pegar, garabatear y más tarde estudiar.

Si al niño le das una zona de estudio, aunque al principio sea de recorte y garabateo, los resultados de sus notas, en los cursos superiores, probablemente serán mucho más

brillantes. Ha tenido desde pequeño un lugar propio para pintar; ha aprendido a concentrarse, para después saber estudiar y trabajar.

— Procura que asemeje la palabra ordenar con la de jugar. Si el guardar las cosas lo presentas como un juego, lo hará más a gusto y hasta es posible que se aficione a tener el cuarto ordenado.

- «He optado por ordenar el cuarto del niño una vez a la semana. Ya estoy cansada de repetir todas las noches la misma tarea de ordenar y colocar en su sitio. Total al día siguiente lo va a desordenar otra vez. El cuarto parece una leonera, pero a mí me da lo mismo. Nadie lo ve...».

Así que nadie lo ve, ¿verdad? Y el niño, ¿qué? ¿No tiene dos ojos? ¿No te das cuenta de que el pequeño capta todo y se acostumbra a ver, como algo natural, el vivir en una leonera?

Al niño desde pequeño hay que hacerlo ordenado. No esperes, por desidia y aburrimiento del eterno hacer y deshacer casero, a que crezca.

Tampoco te obsesiones por el orden y estés todo el día detrás del niño. Basta con dedicar un tiempo, antes o después del baño de la tarde, para ponerte a cuatro patas con tu hijo en su cuarto.

El orden debe empezarse a vivir

el día en que se nace.

Orden en el horario, en las comidas, en el sueño, en el juego, en la ropa...

Proyección de futuro

Si el chico empieza a ser ordenado, primero con sus juguetes, luego de mayor seguramente no solo tendrá impecable su casa por dentro (cajones) y por fuera (salones) sino que será una persona organizada en su trabajo y en su tiempo, con las ideas claras, capacidad de planificar y de saber lo que tiene que hacer en cada momento.

Saberse organizar en la vida no se improvisa, lo has tenido que aprender de pequeño. ¿Cómo?: En el cuarto de jugar con tus muñecos, pelotas y camiones, poniendo cada juguete en su lugar. Luego más tarde organizando tus horas de estudio, los menús caseros y la escala de valores por orden de preferencias: primero los niños, el marido y por último arreglar las plantas de la casa...

De esta manera tienes tiempo para todo, sin sofocones ni prisas. Pero ¿por qué? Porque de pequeña te han enseñado a ordenar tu cuarto, y del cuarto has pasado a saber organizar tu vida.

- «Tengo treinta años y soy un perfecto desastre en mi casa. Por mucho que lo intento no logro organizarme. Hago propósitos, confecciono menús, prometo que me acostaré y levantaré pronto, para que a las once de la mañana la casa y la niña estén arregladas... Pero no hay forma. Me cuesta muchísimo. Soy bohemia de naturaleza y no logro cumplir las reglas caseras. Para ir a la compra me pasa lo mismo: Hago propósito de ir una vez a la semana y todos los días me falta algo que tengo que comprar. La comida nunca está a las dos. Mi pobre marido es un santo, que aguanta mi manera de ser. Yo no sé qué me

pasa, pero me lío muchísimo. Tengo agenda, la empleo tres días y al cuarto me olvido de su existencia. Total, que quedo mal con mi suegra, que tenía que acompañarla a un funeral, con mi amiga, a quien le doy un plantón callejero..., y así día tras día.

- »El caso es que mi madre es igual de desastrosa que yo y jamás me inculcó la idea de orden. Ella me dice: Cuando tú eras pequeña tenías una tata muy desordenada, que nunca te obligaba a recoger nada, y la verdad es que yo tampoco puse demasiado énfasis en que lo hicieras. Me importaba más que fueras una niña buena.

- »Así salí yo, muy buena, pero una perfecta desordenada y desorganizada».

- «Mi marido es un perfecto desastre en cuanto al orden. Yo intento cambiarle, pero a estas alturas es imposible. Cuando se cambia de ropa, todo lo deja por el suelo, abre los armarios y las puertas se quedan de par en par. Un día le pregunté a una tata que lo cuidó: María, ¿a mi marido de pequeño le hacías ordenar un poco los juguetes?

- »—¡Uy, no señora, qué va! Los recogíamos nosotras, quiero decir entre la doncella y yo...».

Limpieza

Ser limpios también es un aprendizaje que hay que iniciarlo desde pequeño. Con el baño diario, dientes, pelo limpio y ropa aseada.

Toma nota:

— Para hacer el baño atractivo, no raciones el agua y mete algún juguete. Es la manera de que el crío asocie el baño con el juego, en vez de convertirlo en un suplicio diario.

— Para que se acostumbre a llevar los zapatos limpios, dile que los deje por la noche en la puerta de su cuarto y «el hada madrina con su varita mágica los limpiará». El niño se irá a dormir emocionado y a la mañana siguiente lo primero que hará será ver si sus zapatos realmente están limpios.

— Para crear buenos hábitos higiénicos márcate un orden:

Mañanas: cara, manos, dientes y pelo bien peinado.

Después del parque: manos.

Noche: baño, oídos y pelo bien cepillado.

Sábado: lavar cabeza y repaso de uñas.

Proyección de futuro

- «De pequeña mi madre no se podía ocupar directamente de mí porque estaba muy enferma, así que lo hacía una señorita, que era muy buena pero algo sucia: me bañaba algunos días al mes; la cabeza cada tres semanas y de las uñas ni se ocupaba. Total que ahora, que estoy casada y con cuatro hijos, todavía me resulta difícil ser limpia y aseada: no me cuido las manos, las uñas las suelo llevar negras y mal cortadas y aunque me propongo ducharme todos los días fallo en el intento y lo hago una o dos veces a la semana...».

Si no has aprendido a ser limpia de pequeña, de mayor te costará dar una imagen arreglada de tu persona, porque siempre te faltará el último detalle (zapatos sucios, uñas

rotas, pelo descuidado...). Además, posiblemente tendrás una lucha contigo misma por tener la casa en condiciones por fuera (lo que se ve) y todavía más difícil por dentro (lo que no se ve).

Si no eres aseada contigo misma, puede ser que tampoco lo seas con tus hijos. Normalmente, el niño que va con los zapatos sucios y medio rotos, y con mocos en la nariz, es hijo de madre cuya imagen deja un tanto que desear.

Un adulto aseado normalmente se fija y le gustan los pequeños detalles en todos los planos de la vida y los inculcará a la vez a sus propios hijos.

Tampoco es bueno obsesionarse y reñir al niño porque se ha manchado en el parque. Los pequeños se tienen que ensuciar, lo que no quiere decir que, porque lo hagan, los lleses sucios y con faroles en los trajes desde por la mañana.

**PARA PENSAR
PARA ACTUAR...**

Para recordar...

Para educar hay que ir por delante.
Los hijos necesitan el ejemplo de sus padres.
El amor hay que demostrarlo.

Para leer...

Para profundizar en la educación temprana de tu hijo te aconsejamos que leas:

Autora: Ana Sánchez.

La educación temprana de 0 a 3 años.

Col. Hacer Familia, nº 42. Ed. Palabra.

Para pensar...

Tu hijo de 1 a 3 años te necesita muchísimo.

Durante los tres primeros años el cerebro de un niño se desarrolla hasta un 60% del cerebro adulto.

Para hablar...

Procura hablar tranquilamente con tu hijo. No le grites. Es pequeño pero no está sordo.

Entenderá mucho mejor lo que tú le dices si le hablas sosegadamente. No te canses de decirle cuánto le quieres.

Entre los padres:

Recordar entre vosotros que tenéis la educación de vuestro hijo en vuestras manos. Su comportamiento dependerá mucho de vuestro ejemplo y forma de educar. ¡Menuda responsabilidad!

Para actuar...

Objetivos de Planes de Acción.

Orden:

Después de jugar tu hijo debe recoger su cuarto.

Sobriedad:

Control de las chucherías de lunes a viernes.

PLAN DE ACCIÓN

«El cuarto de Leo»

SITUACIÓN:

El cuarto de Leo, de 3 años, está siempre desordenado y el pasillo normalmente lleno de juguetes. Esta situación me lleva a perder los nervios y termino gritando todos los días. Junto con mi marido Eduardo hemos decidido hacer un plan para que Leo mejore en orden.

OBJETIVO:

Orden.

MEDIOS:

Que Leo cada vez que deje de jugar ordene su cuarto.
Un mueble al alcance del pequeño con cajones fáciles de abrir y cerrar.

MOTIVACIÓN:

Fuimos con Leo a comprar el mueble y el día que lo trajeron a casa hicimos una gran fiesta:

HISTORIA:

Cuando llegó el mueble mamá estuvo ayudando a Leo a meter sus juguetes en los diferentes cajones siempre en un ambiente alegre y divertido. Conforme pasaban los días veíamos que Leo por sí solo, cada vez que terminaba de jugar y ayudado por mamá, recogía sus juguetes.

RESULTADO:

El orden ha mejorado muchísimo en mi casa. Y mis nervios se han aplacado.

PARTE SEGUNDA “B”

La educación nos hace ser como somos

Claude Adrien Helvetius

EL NIÑO Y SU ENTORNO

El niño y su entorno

Con un año vuestro hijo es toda una personita. Sabe perfectamente quiénes son sus *padres, hermanos, abuelos, casa y sus juguetes. Forman su incipiente pequeño mundo, y tendrán una influencia decisiva en su vida de adulto.*

Por su bien, procurad que todo lo que le rodee tenga armonía: un cuarto acogedor; unas relaciones paterno-filiales de cariño; unos abuelos afectuosos; unos juguetes que le estimulen...

En medio de un ambiente tranquilo, su psique se desarrollará normalmente y de mayor probablemente será un adulto emocionalmente equilibrado.

Sus abuelos

Es una figura muy importante en la vida de los niños. Supone el sosiego, la madurez, la previsión, frente a la excesiva vitalidad de unos padres todavía jóvenes.

A veces, cuando el trabajo te agobia, quieres descansar de niños o simplemente te vas por las noches al cine, recurres a los abuelos, que son la otra alternativa. Ellos tienen la suerte de haber aprendido a no volver a cometer con sus nietos los errores que hicieron con sus hijos. Son, en una palabra, la voz de la experiencia.

También es verdad que están en una situación privilegiada: pueden disfrutar de sus nietos a su antojo, con verdaderas ganas, porque no son su obligación, sino su vocación. Pueden permitirse el mimar al nieto que más les apetezca, sin cargo alguno de conciencia.

A los abuelos hay que darles el valor que tienen. Son personas que, por la edad, comprenden el mundo del niño a veces mucho mejor que los pobres, lánguidos y trabajados padres, que no tienen tiempo para contarle un cuento a su hijo pequeño o pasarse una tarde entera haciendo y deshaciendo en el cuarto de jugar. «Demasiadas cosas en qué pensar (compra, cocina, limpieza, trabajo fuera de casa...) como para andarse con contemplaciones...». Y en medio de esta soledad, entre padres «modernos» y su hijo, es donde entran los abuelos (amables, cariñosos y sobre todo con tiempo para dedicárselo).

En algunas familias se han hecho insustituibles. Cada vez más vemos en los parques abuelos «*disponibles*» tirando de la sillita del nietecito, mientras su «no siempre disponible» mamá va de aquí para allá tratando de relajarse un poco de los niños...

- «¡Qué suerte tiene la juventud de ahora! –comenta una abuela–. Mis padres en la vida se hubieran quedado con sus nietos de semitatas. En cambio como nosotros nos conservamos cada vez mejor, pues hala, tus hijos, que te ven tan saludable, te encajan las criaturas a la primera oportunidad... Y no es que yo me queje de mi nietecita, que es un encanto, sino que me limito a decir que servicio no habrá, pero buenos abuelos ya lo creo que existen...».

Si tu hijo tiene abuelos, consigue que los trate mucho desde pequeño. De adulto tendrá recuerdos inolvidables de aquellos seres tan entrañables, que lo querían con dulzura y sobre todo sin prisas ni nervios.

- «Mis suegros me ayudan mucho con los niños. Se quieren mutuamente. A mi hija de tres años le encanta ir a ver a sus abuelos. Lo pasa fenomenal porque mi suegra, que demuestra tener mucha psicología infantil, tiene la casa invadida de juguetes divertidos. Reconozco que esta relación beneficia a mi hija, pues es un amor más que rodea su infancia. Unas horas más de dedicación exclusiva, por parte de los abuelos, a ese ser tan pequeño y necesitado de afecto. Por esta razón pienso que, si ellos no existieran, mi hija habría dejado de recibir un tercio del amor que tiene y una carencia de este tipo, aunque sea la tercera parte, es muy importante».

Como ya dije en un capítulo anterior, cuanto más amor reciba tu hijo en los primeros años, mejor. Buena parte de ese amor puede provenir de unos abuelos tranquilos, cariñosos, y sobre todo disponibles.

También hay nueras-yernos; hijas-os que apenas se tratan con sus suegros-padres, por razones de carácter: «porque tu madre es una pesada...». Los nietos son los perjudicados, que ven poco a sus abuelos. Mi consejo es que si no hay un motivo importante que haga forzosa la separación padres-hijos, intentes limar asperezas. Si solo se trata de pequeños resquemores y sentimientos dañados, piensa ¿qué es mejor?: ¿seguir sin tratar a la familia y que tu hijo pueda perder momentos de afecto con sus mayores o cambiar de actitud e intentar un acercamiento para que el pequeño viva en un ambiente de cordialidad?

- «Mi hijo pequeño pasa más tiempo con su abuelo que conmigo, que soy su propia madre...».

Y es muy cierto debido a la incorporación de la mujer al mundo laboral y la falta de ayuda casera, que hacen que hoy día, los benjamines de la casa sean más nietos de... que hijos de...

El abuelo y el nieto hablan en el mismo idioma: uno va a acabar y el otro acaba de empezar. En cambio la generación intermedia (los padres) están metidos de lleno en la vida activa de los años que les está tocando vivir con tiempo para negociar, vender y comprar y con escasa dedicación al niño pequeño, que lleva un ritmo lento. El nieto y el abuelo van paso a paso por la vida, viviendo intensamente lo que acaba de empezar (el niño) y lo que va a acabar (el abuelo). Mientras tanto los padres van quemando etapas

sin parar. Y en esta carrera loca por trabajar, ganar dinero... es donde el niño, que va tan lento como el abuelo, no encaja. Por esta razón los abuelos y los nietos pequeños tienen una complicidad difícil de romper por los padres. Y no entienden cómo su hijo lo pasa tan bien con el abuelo, que es un baúl de vivencias, que comunica al niño, con todo el tiempo del mundo que tienen el uno para el otro. Además el abuelo entiende el ritmo lento del nieto y se acomoda a él.

La otra cara de la moneda...

Pero ¡jojo!, que no todos los abuelos son tiernos y adorables... Algunos crucifican en vida a sus hijos e hijos políticos, cuando se trata del tema nietos.

- «Mi suegra se porta muy bien conmigo, hasta que empieza a hablar de sus nietos, que son mis propios hijos: que si no comen; que si no duermen; que qué delgados están; que si llévalo al médico, porque ese niño está malo; que qué mal arreglados van... En fin, toda una larga lista de impertinencias, que a mí me ponen los nervios de punta y peligra la paz conyugal. Al final del día acabo viendo a toda mi familia escuálida, enferma y la que realmente va a acabar enfermando voy a ser yo, pero de los nervios...».

- «A lo mejor seré una egoísta, pero yo le he dicho a mi hija claramente: Mira, María, a mí me quedan pocos años antes de que me den los primeros achaques, así que, mientras pueda disfrutar la vida no quiero saber nada de cuidar nietos. Toda mi vida la pasé cuidando mi propia familia, como para continuar haciéndolo y seguro que cuando tenga cerca de los ochenta, como no podré hacer nada, me meteréis en una residencia, hasta que me muera de aburrimiento...».

- «Cuando la madre de mi mujer empieza con las predicciones no hay quien la aguante: Ponle la chaquetita, que la niña se va a enfriar; dale de comer más, que la niña va a enfermar; si no le pones un supositorio, la niña no hará pum... Y así una larga lista de insinuaciones que, al empezar a oírlas, me voy fuera de mi casa, dejando sola, ante el peligro, a mi pobre mujer. Allá se las entienda con su madre. Al final hacemos lo que queremos y casi nunca le ha pasado nada a la niña. Pero ¡jojo! con que enferme. Entonces mi suegra se pasa todo el tiempo que dura la enfermedad infantil reprochándonos: ¿No ves? Si le hubieras puesto la chaquetita...; ¿no te dije que sería un error quitarle los leotardos?; claro, como no le dais de comer suficiente; debió enfriarse aquella mañana que yo te vi salir con ella y te pregunté que cómo no le habías puesto el abrigo...».

»Y total, después de tanto reproche, caemos todos malos, incluida mi suegra. Con lo cual el supuesto resfriado de mi niña y por el cual hemos mantenido una batalla campal, no era tal, sino que se trataba de una gripe...».

- «A mi madre no le gustan los niños. Ir a su casa con mis hijos de tres y un años es un suplicio. Se pasa el rato riñéndoles: “no te subas al sofá”; “¡cuidado que vas a manchar la moqueta!”. No pueden ni tomarse un trozo de pan, por no llenar de migas la habitación. Tan irritada se pone con los niños, que me ha llegado a pedir que no los traiga a su propia casa. Cuando se lo conté a mi marido, se puso furioso y me dijo que como viera a mi madre poner un pie en nuestra casa la sacaría a patada limpia. Para mí esto es terrible, porque estoy en medio de la situación: por un lado comprendo a mi marido, pero por otra parte mi madre es mi madre, aunque sea un ogro con los niños».

Que los abuelos a veces son unos picapleitos y que en la mayoría de las peleas conyugales tienen la culpa, no hay que negarlo, pero tampoco hay que exagerar. Quitad importancia a las cuitas y roces suegra-nuera o madre-hijo. En el fondo, cuando unos abuelos persiguen a la hija-nuera, para ver si el nene tomó la papilla, es porque hay amor por medio; si no ni se molestarían. Aunque a veces este amor sea mal entendido y por preocuparse de los nietos alteren el sistema nervioso y la felicidad conyugal, lo que podría llegar a ser un tema serio. Si te sientes agobiada por tus padres o suegros, siempre con cariño, explícales tu situación, el estrés que tienes debido a ellos. Que de esta manera no puedes cuidar a sus nietos debidamente. A veces basta que te digan que le tienes que dar vitaminas para que, por cabezonería, aunque sea un bien para el niño, no se las des. Hablando se entiende la gente. Es mucho más razonable que dialogues con tus suegros sobre su manera de actuar a que te tragues todos los sermones y acabes al borde del psiquiátrico.

También hay abuelos que no acosan a preguntas a los casi recién estrenados padres. Se limitan a pasar olímpicamente de sus nietos, por los cuales no sienten el más mínimo afecto:

- «Yo tuve tres hijos a los que quise mucho. Ahora ellos se han casado y me han dado dos nietos cada uno, pero reconozco que no me atraen nada...».

Y es que como la paternidad, «la abuelidad» también debería sentirse, aunque el nieto sea la mitad de la familia propia y la otra parte de la política. Desde luego no se puede pretender ser un buen abuelo de un día para otro. Pero, si tu problema es que tus suegros o padres no miran casi a sus nietos, procura que se vean a menudo, sin llegar a la extenuación por ambas partes.

El roce

hace el cariño.

Su casa: su cuarto

Es un lugar muy importante para el niño donde va a pasar más de la mitad de su tiempo durante los primeros años.

El pequeño debe sentirse cómodo. Que tenga un cuarto, una zona propia, donde mamá no se altere si hace alguna que otra travesura, porque ha manchado las cortinas con la mermelada del bocadillo, o se ha hecho pis encima de la alfombra.

Para la psique del pequeño es importante que se pueda explayar a sus anchas en su cuarto, sin sentirse continuamente acosado por la mirada de los adultos. La idea de propiedad toma un arraigo considerable a esta edad. La posesión de algo suyo le ayuda a formar su personalidad. El niño empieza a tomar conciencia de las zonas de la casa: «mi cuarto», «vuestro cuarto», «el salón»... Se siente con pleno dominio de su zona, lo que le hace a la vez responsabilizarse.

El niño disfruta en su habitación como en ningún otro sitio de la casa, aunque de vez en cuando haga incursiones por el resto de los cuartos. Y más hoy en día, que no hay

personal para quedarse con el peque en su leonera particular, mientras mamá hace la comida.

Actualmente al niño, que, por la ausencia de las «supertatas» de antes, hace prácticamente la vida con los mayores, al lado de mamá, que anda loca por la casa tratando de despegarse del enano, es precisamente cuando más hay que arraigarle la idea de su cuarto y lograr que se acostumbre a jugar en él mientras mamá limpia, cocina y friega.

- «Tengo un hijo de un año que todavía no anda y se pasa el día gateando detrás de mí, de cuarto en cuarto. Si lo dejo en el parque estoy intranquila porque pienso que se va a caer de cabeza al suelo. Es muy bruto y en seguida salta la red. Así que no tengo más remedio que andar perseguida por mi hijo de habitación en habitación, mientras hago las camas, limpio el polvo y paso la aspiradora... Tardo el doble en los quehaceres domésticos. Me paso el tiempo luchando con mi pequeño, para que no toque esto y lo otro, no desenchufe el cable de la aspiradora, no me tire de las medias y me haga una carrera, no me coja los polvos de fregar y se embadurne la cara... Pero lo peor es cuando entro en la cocina. Necesito concentrarme para hacer la comida y no quemar el arroz, mientras trato de sacar al enano de debajo de la mesa haciendo una pillinada: Ha cogido un cuchillo o un vaso de cristal aupándose en una silla. Un día me puse tan nerviosa – porque cuando miré dónde estaba lo vi rebuscando en la basura, con la cara embadurnada de no sé cuántas porquerías– que a la tortilla que estaba haciendo, en vez de sal, le eché azúcar... ¡Menuda cara que puso mi marido cuando la tomó! La verdad es que estoy deseando que crezca un poco para que me deje moverme tranquila por la casa...».

¿Y hasta que crezca que la vida diaria se convierta en un martirio? De ninguna manera. Al niño hay que tratar de enseñarle que tiene su propio cuarto, desde pequeñín, donde debe estar, mientras mamá hace la faena de la limpieza... Tampoco seas tajante y dejes al pobre niño solo berreando en su habitación a puerta cerrada. Hay que acostumbrarlo poco a poco:

- Lo primero que debes hacer es que su cuarto resulte alegre (con telas de dibujos y colores) y divertido (con juguetes apropiados para su edad).

- Quita cualquier elemento decorativo, que resulte peligroso para la seguridad del niño.

- Cerciórate de que la ventana esté bien cerrada y sea imposible abrir.

- Tapa los enchufes.

- En el hueco de la puerta, hasta que se acostumbre a estar en su cuarto o a portarse bien fuera de él, instala una reja de quita y pon.

- Enséñale algún juego para que se entretenga.

- No lo dejes solo todo el tiempo que dure tu limpieza o guiso.

- Pasa cada cuarto de hora a verlo, para que el niño no se sienta abandonado.

- Si puedes cantar mientras cocinas, mejor que mejor. Tu hijo te oirá y se sentirá protegido.

Un cuarto de niños debe ser C.P.S.A.

— *Cómodo*: Pocos muebles, para que pueda andar y dar algún que otro brinco sin dificultad.

— *Práctico*: Muebles que tengan una doble utilidad:

- Sofá-cama nido.
- Banco-juguetero y abundantes baldas.

— *Sencillo*: El material debe ser a prueba de bombas.

— *Adecuado*: En función de las necesidades de cada familia. En muchas ocasiones el pequeño duerme con un hermano mucho mayor que él y hay que tratar de acomodar la habitación a las necesidades de los dos por partes iguales.

Educa a tu hijo para que cumpla unas normas de comportamiento en casa, pero no se te ocurra hacer de tu propio hogar un museo...

• «Tengo treinta años y recuerdo con horror cierta parte de mi infancia. Mi madre estaba tan obsesionada con el orden y la limpieza, que nos tenía martirizados. Con tres años, a punto de cumplir los cuatro, según me contó una tata que teníamos, entré en el salón de casa y cogí una figurita de un niño con un perro, que me encantaba. La estaba acariciando cuando mi madre se dio cuenta y me gritó despavorida: “Niña, deja la figura en la mesa”. Me puse tan nerviosa, que se me cayó de las manos... La que se organizó. Mi madre me pegó una torta y estuve llorando amargamente un buen rato... El caso es que hoy día, con treinta años, le he cogido tal fobia al orden que, para que mis hijos no crezcan tan traumatados como yo y no vivan en una casa de adorno, mi piso entero es una leonera...».

Los extremos en educación nunca son buenos. Si eres tan excesivamente perfeccionista con la casa, corres el riesgo de hacer que tus hijos, de mayores, sean todo lo contrario a ti, unos perfectos desastrados.

Lo principal es que tu hijo se encuentre cómodo en su casa, que sea un verdadero hogar, donde lo material se subordine al bienestar.

Trata de educar al chico para que respete las paredes, muebles y porcelanas.

No te conviertas en un sargento por culpa de unas figuritas. Es mejor que te muestres como una madre tierna y cariñosa, a costa de algún que otro desastre casero...

Con amor y rectitud, al final el pequeño aprenderá a respetar su hogar y a concentrar el juego en una zona (cuarto de jugar, pasillo...).

Los padres

*Tanto el padre como la madre
deben participar activamente
en la educación de sus hijos.*

Los primeros años sus progenitores son su principal indicador en la vida. El contacto cariñoso diario con ellos, les prepara para ser unas personas felices y seguras el día de mañana.

El trato que tengáis durante sus primeros años es de vital importancia. El pequeño está especialmente sensibilizado a dejarse influenciar por todo lo que hagáis.

El papel del padre

Hasta los tres años la figura materna pesa más directamente sobre el niño, aunque el padre tiene que ser un continuo apoyo y complemento en la enseñanza del pequeño. Un buen comportamiento del padre, que comprende y libera de tensiones a su mujer; que alterna con ella las malas noches y procura que tenga momentos de descanso y tranquilidad para que pueda salir a la calle a dar una vuelta, influye de modo positivo sobre el niño, que recibe los cuidados de una mamá serena y querida por el padre de la criatura.

- «A mí los chicos –dice un padre– no me gustan hasta que no razonan debidamente. Así que los primeros años, es mi mujer quien se ocupa del crío».

Muy mal hecho por parte de este padre. Tan pequeño, distingue perfectamente quién es su papá y su mamá. Necesita el tiempo de los dos, aunque mamá se ocupe más directamente de sus necesidades físicas.

El padre debe ocuparse

de sus hijos

desde que nacen.

- «Mi marido es un hombre moderno. Con mi hijo de un año trabaja tanto o más que yo. Le pone a hacer pis, le da de comer, lo acuesta... En fin que me siento totalmente respaldada por Juan, que me ayuda en todo sin importarle pringarse a veces de pum. Cuando vienen los abuelos se quedan boquiabiertos. No comprenden mi actitud: “Ay, hija mía, ¿cómo permites que el pobre Juan haga las tareas propias de una mujer? En mi casa ninguno de mis hijos me ayudó en nada ni yo lo permitía. La labor de los hombres es trabajar fuera del hogar. Los niños y la casa para la mujer, porque luego corren el peligro de volverse... tú ya me entiendes...”».

- «Mi pobre marido es un desastre con nuestras hijas de 1 y 3 años. Tiene muy buena intención, pero poca voluntad. Si le dejo las niñas un rato y me voy fuera de casa, cuando vuelvo: ¡horror! Me encuentro a Lucía, la pequeña, que se ha hecho pum encima, con el culote al aire; la braguita “marrón” en el suelo; la merienda a medio tomar; la niña mayor sucia hasta arriba de haber jugado con agua y con la tierra de la maceta...; los colchones y cojines por el suelo y mi pobre Juan dando arcadas en el cuarto de baño por haber limpiado punes. Después de la aventura, con cara de súplica, me pide que nunca más le deje solo con las niñas...».

Actualmente en muy pocos casos el padre no colabora en la educación y cuidado de sus hijos. Los «masculinos» están concienciados de la importancia de su labor paterna, aunque en sus propias casas, de pequeños, recibieran una educación algo machista. Hasta sus madres se sorprenden de lo que hacen sus hijos:

• «Ay, Tere, qué suerte tienes con Juan, tu marido. ¡Cómo te ayuda con los críos! Todo lo ha aprendido él solito, porque en mi casa no movía un dedo... Y desde luego mi marido, o sea tu suegro, nunca colaboró conmigo a la hora de educarlos o cuidarlos cuando eran chicos. Todo lo tuve que hacer yo sola...».

Y es que el papel paterno es muy importante.

El padre es la persona

que va a imprimir

la seguridad en el niño.

Y la seguridad es muy necesaria en la futura vida de adulto.

El papel de la madre

La afectividad se interioriza en los primeros años de vida. Un chico pequeño necesita la ternura de su madre, para que el día de mañana pueda exteriorizarla.

Aunque es muy importante que el padre se muestre cariñoso con sus hijos:

El contacto de la madre hasta

los tres años es insustituible.

Es la encargada de inculcar

a su hijo la ternura.

Un niño que de pequeño no ha tenido cariño materno, de adulto le será más difícil demostrar afectividad.

Los primeros años la relación madre-hijo es muy fuerte. Con el cordón umbilical cortado físicamente, siguen existiendo lazos psíquicos. Hoy se puede asegurar que es necesaria la atención directa de la madre en la crianza, para que el pequeño logre un desarrollo normal.

No hay que olvidar que la vinculación del niño al mundo se realiza a través del plano afectivo. La madre es casi la única que lo desarrolla en los primeros años de vida.

La niña que no se siente querida por su madre, de adulta es fría y calculadora, porque no ha interiorizado el afecto materno que debería haber recibido.

No olvidéis

— Ser padre y madre es una responsabilidad que dura toda la vida.

— Consigue que tus hijos se sientan queridos. Ocupate de ellos con verdadera entrega.

Es muy importante para su desarrollo emocional.

El ejemplo de los padres influye

directamente en el hijo

y marca su estilo de vida el día de mañana.

— Los padres deben actuar de mutuo acuerdo, en la educación de su hijo. Es mejor para la psique del pequeño equivocarse juntos que acertar por separado al educar, y como consecuencia discutir delante del niño por disparidad de criterios.

Como el perro y el gato

Aunque de 1 a 3 años creas que el niño es muy pequeño se entera de todo lo que hay a su alrededor. Si el ambiente familiar está enrarecido por una pelea entre el matrimonio, el niño lo capta. Nota las tensiones familiares y le afectan, sobre todo cuando hay gritos y maltrato físico. El niño lo pasa fatal porque cree que su pequeño mundo se desmorona y llora cuando ve discutir a sus padres.

Cuando un hijo escucha fuertes discusiones en su casa, de alguna manera se le maltrata psicológica y afectivamente. A veces hace menos daño una bofetada, que un trato con falta de afecto.

¡Padres! no os peleéis

delante de los hijos.

«Somos en un tanto por ciento altísimo un producto de la educación recibida en casa».

Hay adultos que siguen un talante educativo con sus hijos en función de lo que recibieron de sus padres, y en el trato familiar son tan violentos como lo fueron sus progenitores entre ellos.

El chico que de pequeño se acostumbra a que sus padres se maltraten, de mayor posiblemente no respetará a su mujer o a su marido. No entenderá que se pueda llegar al convencimiento por el diálogo, en vez de por un planteamiento de violencia.

Si después de una acalorada disputa hay una clara reconciliación de los padres, los pequeños que los ven contentos olvidan las diferencias de minutos antes. Pero a veces, los chicos solamente están presentes cuando los padres se pelean y nunca cuando hacen las paces. El matrimonio, al reconciliarse veladamente en su cuarto, sigue funcionando, pero los hijos no saben a qué atenerse. En su interior creen que continúan las tensiones en casa.

- «Tengo una niña de tres años y un marido que no hace más que discutir conmigo. A veces me pega y nos decimos cosas muy fuertes. En muchas ocasiones, cuando nos peleamos, la niña está delante y a mi marido le da lo mismo. Dice que es muy pequeña. Pero yo estoy muy preocupada porque la niña para su edad es demasiado retraída y tiene la mirada triste».

Esa criatura, aunque tenga tres años, sufre una barbaridad con las discusiones de sus padres y puede tener dos reacciones:

— Llorar y convertirse en una cría hipersensible.

— Interiorizar la angustia que le da ver pelearse a las dos personas que más quiere en el mundo. Como consecuencia, se vuelve triste y retraída.

Evita las peleas acaloradas delante de tus hijos, si quieres que se desarrollen alegres y felices.

La separación

La separación de los padres afecta negativamente a los hijos. Pueden quedar marcados, desde la más tierna infancia, con carencias y traumas emocionales que arrastran a lo largo de toda su vida.

*El niño,
para su total y perfecto desarrollo,
necesita un hogar en armonía
con unos padres unidos a su lado.*

Es muy diferente el caso del niño cuyo padre o madre han muerto. Aunque la carencia de amor de uno de ellos es muy fuerte, no existe la terrible presión psicológica a la que se ven sometidos los hijos de padres separados: «Mañana con papi y hoy con mami, porque, como no se llevan bien, no puedo estar con los dos juntos...».

Sus hermanos

Son casi las únicas personas de su mismo nivel con las que el niño se relaciona diariamente hasta los tres años. Su niñez y la madurez están influidas por su presencia o su ausencia.

Cuando es hijo único

Mientras que mamá y papá no tengan otro hermanito, todo girará en torno al rey de la casa, que por el momento no tiene competencia. Mamá y papá viajan con el niño de un lado a otro. Todavía es una familia móvil.

Ser el primero y por el momento único hijo tiene sus ventajas:

- Va siempre de estreno.
- Cualquier progreso en su movilidad o lenguaje enloquece a los embobados padres.
- Disponéis de más tiempo para dedicárselo.

Pero también tiene sus inconvenientes por falta de experiencia:

- Os agobia cualquier evento que pueda ocurrirle.
- Cometéis errores educacionales, que con los demás ni se os ocurriría hacerlos.
- Carga con el apelativo de primero y mayor para el resto de su existencia. Se le exigirá más responsabilidad que a sus hermanos posteriores.
- Hasta que no venga un hermanito, está «condenado» a jugar solo en casa.

Esperando un nuevo hermanito

Normalmente, cuando tu primer hijo tiene dos o tres años, nace el segundo. A mamá todo le resulta mucho más familiar y se agobia la cuarta parte que con el primero. Aprovecha tu estado para mostrarle a tu hijo mayor que va a tener un nuevo hermanito: haz que te palpe la barriga y juega a sacar delante de él las puntillas y faldones de la

vieja maleta. Si por esa época coincide que alguna amiga tuya tiene un niño, acude a verlo con tu pequeño. Que sepa que, dentro de poco, de mamá nacerá un niño como el de la «tía María»... Es una manera de prepararle a entender, de la forma más natural, el nacimiento. No le hables de falsas cigüeñas de París, que después, una vez descubierta la intriga se irán volando por donde vinieron. No hay nada más hermoso que el nacimiento de un bebé, y tienes la oportunidad de explicárselo, aunque de momento comprenderá poco.

El nacimiento.

- «Recuerdo que cuando tuve mi primer hijo, además de no parar de llorar, tuve una depresión de caballo. Mi vida había cambiado de golpe. Estaba enclaustrada con un bebé, que no paraba de llorar y que dependía casi exclusivamente de mí. Me sentía cansada por las noches, no lograba acostumbrarme a despertarme cada tres horas.

- »Cuando Juan cumplió un año volvió a reaparecer mi instinto maternal hacia el bebé recién nacido. Por otra parte, tanto mi marido como yo no queríamos que nuestros hijos se llevaran mucho tiempo. Así que me quedé embarazada cuando el mayor tenía quince meses. Al principio estaba un poco asustada. Pensaba que si el primer hijo me dio depresión, con el segundo me iban a tener que ingresar en el psiquiátrico.

- »Con el tiempo, mis temores fueron desapareciendo. Me sentía más madura y más segura de mí misma. Continuamente hacía que el pequeño tocara la abultada tripa, sin meterme en grandes explicaciones.

- »Me encontraba relajada y feliz. Me las sabía todas en cuestión de criar bebés. Ya no tendría que recurrir a nadie para que me explicara un poco de lo que iba el tema. Llegó el día del parto. Todo lo tenía preparado: la maleta y mi hermana lista para que viniera a cuidar al mayor.

- »El parto fue mucho más llevadero que el anterior y la vuelta de la clínica hasta placentera. Si con el primero no me quería mover del sanatorio, con el segundo contaba las horas que me quedaban para volver a mi casa y no a la de mi madre, a estar con mi propia familia: con mi marido y los dos niños.

- »Al llegar a casa recuerdo que sonreí para mis adentros: ¡Será posible que me pudiera haber agobiado cuando nació mi primer hijo...! Mi posparto fue muy bueno, a pesar de que tenía doble trabajo. Me cuidé más y no me hice la valentona. Con el mayor, para demostrar lo delgada que estaba, al quinto día me puse unos vaqueros y me fui a la calle y, claro, a la vuelta estaba malísima. En cambio con el segundo hijo no sentía que tenía que demostrar algo a alguien».

Cuando tienes un solo hijo todavía puedes ir de aquí para allá, dejando al pequeño donde mejor te pille: en casa de la tía, tu amiga o la suegra. Pero cuando nace el segundo hijo y el primero tiene alrededor de dos años, se acabó la vida bohemia. Adiós al «mamá te dejo al niño que voy a un recado». Ya no es uno, sino dos niños los que «colocar». Tu vida familiar, por primera vez, se centra en un lugar propio, tu casa. Nada de la de mamá, la suegra o la vecina. Tienes que llevar un orden más riguroso, encontrar a alguien que los cuide, mientras tú trabajas fuera de casa o sales a comprar... Todo empieza cuando estás a punto de tener tu segundo hijo. Te das cuenta de que la situación

no es la misma que con el primero. No puedes irte a la clínica tan tranquila. Ahora Luis, de dos años, depende de ti. Lo tienes que colocar durante tu ausencia, sin que se sienta desplazado por la llegada del chiquitín, ni abandonado porque tú no estés.

La casa de los abuelos o los tíos, que lo adoran, es el lugar perfecto para que esté rodeado de cariño y afecto. Hasta puede encontrar divertido el cambiar por tres días de cuarto. En cambio, si se queda en casa, aunque sea con la tía, puede notar mucho más la ausencia de mamá. Porque está acostumbrado a tenerla con él.

Al día siguiente de tener tu nuevo bebé, dile a tu marido que lleve al mayor a conocer a su hermanito.

Al volver de la clínica, procura que la gente que venga a verte achuchen más que nunca al mayor.

Anímale a que participe en los cambios y aseo del nuevo retoño.

Mientras das de mamar o enchufas los biberones, haz que el niño esté junto a ti, para que entienda que tienes al bebé contigo, porque lo estás alimentando. Si por las noches el primogénito se despierta y quiere ir a tu cama, permíteselo. El pobrecillo se puede despertar angustiado, pensando que mamá y papá ya no le quieren. Él duerme solo y su hermano en el cuarto de sus padres.

Los primeros días hay que poner especial atención en el mayor de la casa, que no se pueda nunca sentir desplazado del cariño de sus padres.

— «Al nacer tu hermanito mamá y papá multiplican el cariño, y no solo te quieren a ti tanto como antes, sino que también quieren al nuevo bebé».

Tener un hermanito, cuando todavía el mayor tiene pocos años, es una buena escuela de educación porque se aprende a compartir: la habitación, y más adelante los juegos...

Es un tremendo error que a partir del nacimiento de tu segundo hijo, cada uno de vosotros se vuelque independientemente en un hijo: «Mamá en la niña y papá en el niño». Esto sería un fracaso educacional. Influiría negativamente en el desarrollo emocional de los niños. No debe haber diferencias, y si las hay conforme vayan creciendo nunca deben notarse.

Los hijos necesitan de igual manera a sus padres.

Conocí a un señor que soñaba con tener una niña. Su primer hijo fue un chico y la segunda, al poco tiempo, una chica. A partir de su nacimiento, no tuvo ojos más que para su hija. Actualmente estos niños tienen diez y once años y puedo asegurar que el mayor tiene un carácter muy introvertido. Con su padre apenas hay comunicación.

Los niños a los dos años son muy sensibles y pueden acusar negativamente la llegada del hermano. Es uno de los momentos en que tu hijo necesita sentirse físicamente más

querido por vosotros que nunca. Bésalo mucho. Consigue que participe en el cuidado del chiquitín. Él es el mayor y debe responsabilizarse de su nuevo hermano y lo tiene que querer mucho. No se te ocurra decirle que el nuevo bebé es un juguete de carne y hueso, no como los muñecos de peluche. En seguida verá que es mentira. No lo puede coger, no hace más que dormir y llorar y «encima» acapara la atención de mamá.

El niño se siente estafado y decepcionado con el «nuevo juguete» que acaba de aterrizar en casa y le toma más manía.

Puede que ante el nacimiento del hermano el mayor esté excesivamente impaciente, nervioso e intolerable.

No le riñas, dale mucho amor y comprensión y los celos se le irán pronto. No te empeñes en que de la noche a la mañana, el mayor sea el mayor de verdad y le exijas como tal, sin tener en cuenta que solo tiene dos años.

- «Tuve dos hijos que se llevaban dos años y medio. El mayor tenía un carácter alegre hasta que nació el segundo. No lo supe entender debidamente, el crío cambió de manera de ser y se volvió triste. Hoy tiene treinta años y continúa callado y retraído. Nunca más volvió a ser el niño abierto que fue hasta que nació su hermano».

Hay niños que sienten una atracción irresistible hacia la cuna del bebé. No hacen más que meter la mano, darle juguetes y quitarle las sábanas. ¡Cuidado, puede ser peligroso! Mantente alerta. No vaya a ser que, cuando menos te lo esperes, tire el vaso de agua encima del bebé o le meta un dedo en el ojo. Pero nunca le asustes violentamente si merodea por la cuna. Cierra la habitación si es necesario y escucha al peque a través de un sonotón.

Igual que del amor al odio hay un paso, el juego y el lloro están unidos. Lo que parecen carantoñas pueden convertirse en un serio disgusto casero.

Hay madres que prefieren tener los hijos seguidos para que puedan jugar juntos cuanto antes y no tengan problemas de celos:

- «Cuando mi bebé tenía tres meses me quedé embarazada. ¡Casi me muero del susto! Cuando nació se me juntaron el doble de pañales, malas noches y lloros. Pero, en cuanto tuvieron dos y tres años, estaba encantada. Jugaban juntos y nunca tuvieron problemas de celos».

Cuando tiene hermanos mayores

El hijo mayor de una familia de dos o tres hijos será el único que tenga la gracia o la desgracia de haber sido hijo único durante dos o tres años de su vida. Esta situación le marcará indudablemente siempre.

La reacción ante el nacimiento de su primer hermano no será la misma, ni tan brusca, como la del segundo con el tercero, que estará acostumbrado a soportar y compartir todo desde su nacimiento con el mayor.

Seguramente, si a la edad de tres y cinco años los separas, quien acusará más la distancia será el de tres años. Siempre ha concebido su vida al lado del hermano mayor:

- «En un viaje de cuatro días se nos ocurrió llevarnos a nuestro hijo de cinco años y dejar en casa al de tres. Pensamos que, como en otras ocasiones lo habíamos dejado con

su hermano al cuidado de mi madre, no le afectaría el permanecer unos días sin nosotros. El resultado fue desastroso. Al volver del viaje nos encontramos al pequeño tristísimo. No era para nada el niño de antes abierto y alegre. Se mostraba distante y lloraba por todo. Con su hermano se pegaba como nunca lo había hecho. Este comportamiento duró varias semanas. Por fin, dándole mucho amor y comprensión su recelo hacia nosotros y hacia su hermano desapareció».

La vida, el entorno del niño de dos o tres años, que tiene hermanos mayores, es totalmente diferente de aquel que no los tiene, por varias razones:

— Se limita a seguir el camino trazado por sus hermanos mayores, que son un ejemplo para él.

— Tiene unos compañeros de juego que le enseñan a jugar.

— Se siente protegido y amparado detrás de sus hermanos.

— Espabila antes y más deprisa. El pequeño lleva casi el mismo ritmo de vida que los mayores. Papá y mamá quieren simplificar el trabajo doméstico y todos los hijos siguen los mismos horarios y costumbres.

El juego: ¿cómo le entretengo?

Para entretener a un niño de 1 a 3 años no hace falta contratar los servicios de un payaso, ni comprarle toda la juguetería al completo. Lo fundamental es enseñarle a jugar.

Nadie nace sabiendo jugar.

Es algo que tú le tienes que enseñar. Necesita que le hables, le expliques qué tiene que hacer con el tren, los aros...

No puedes limitarte a cuidarlo físicamente y luego abandonarlo a su suerte. Que él se las arregle y se divierta. Mientras, tú continúas con el quehacer doméstico o te vas de casa dejando al peque en compañía de una aburrida persona, que no tiene ni idea de cómo entretener a los niños.

Por mucho que te esfuerces en comprarle el último modelo de muñeca, si no le enseñas a manejarla, acabará aburriéndose y dejándola abandonada por la casa.

Tampoco es tan difícil. Lo único que se requiere es un poco de voluntad y tiempo por tu parte:

Ha sido su cumpleaños y le regalas el «parque de los ositos amorosos». Si dedicas alguna hora, en días alternos o fines de semana, a manejar el parque delante de la niña, al poco tiempo será capaz de pasar horas con el juguete, muy divertida.

Si por el contrario, tal cual viene de la tienda se lo das y te desentendes, acabará el pobre parque inutilizado o mal utilizado, en el cesto de los juguetes a medio romper; la niña aburrida, pegada a tus faldas pidiéndote que le pongas la T.V. y mamá desesperada, lamentando, al hombro de su marido, el haber gastado semejante dineral en el juguetito, para que la pequeña lo aparque a los dos minutos.

- «Mi hijo de dos años tiene toda clase de juguetes y no se me entretiene con ninguno».

*Un error muy grande es:
que el niño tenga a su disposición y
alcance todos los juguetes.*

Al final se aburrirá de todos y no jugará con ninguno.

Lo más aconsejable es dejar unos pocos a la vista, como elemento decorativo, para alegrar el cuarto, y el resto guardarlos bajo llave por mamá. Cada cierto tiempo, sacas del baúl un juguete, que el niño no haya visto en tres meses y le parecerá totalmente nuevo. Le enseñas a jugar con él y seguramente pasará unos días divertidísimo con el cachivache, que vuelves a guardar para mejor ocasión.

¿Qué ventajas tiene esta forma de actuar?

— Que el niño está entretenido continuamente, con solo rotar sus juguetes.

— Que te ahorras un dineral en muñecas y camiones nuevos. Al guardarlos un tiempo y luego sacarlos, para el pequeño son como de estreno y tu bolsillo lo agradecerá.

Un programa educativo

El juego en los primeros años es prácticamente el único medio de llegar al niño, de meterte en su vida.

A través del juego

le puedes educar.

Le enseñarás comportamientos, actitudes y virtudes que debe seguir. No veas en el juego solo un medio de entretenimiento, sino también la mejor arma para educarlo, en los primeros años.

PARA ENTRETENER:

-EL JUEGO SIRVE

-PARA EDUCAR

Debes aunar en un solo término el entretenimiento y la educación. Vuestro hijo de la manera más natural, sencilla y divertida, asimilará el principio de unas normas que tienen que regir su vida. Si en los primeros años haces de la educación un juego, al niño no le costará ser ordenado, obediente, tierno, etc., porque todo ello lo ha asimilado sin traumas, como un juego.

El juego debe estar siempre

respaldado por un programa

educativo.

Debe estar minuciosamente elaborado por papá y mamá. De esta manera, el juego que enseñas a tu hijo no se queda en un simple juego, sino que a través de él vas buscando reafirmar su imaginación, memoria, obediencia... pasando un rato entretenido:

— Si quieres que sea ordenado, inventa el juego de «A ver quién recoge antes: ¿mamá o el niño?». El que gane tendrá un premio.

— Si quieres reforzar su imaginación, juega a los disfraces o dale plastilina, para que moldee un muñeco o una pelota.

— Para que se preocupe de los demás, ponle a cuidar de los muñecos: que los bañe, los alimente, los vista...

— Cuando vayas a hacer postres, invítale a que te ayude. Con el tiempo le irá gustando la cocina.

— Si a la niña de tres años le das la bayeta del polvo, estará encantada de ir detrás de ti medio limpiando. Se acostumbrará a tener la casa arreglada.

— Mientras coses, puedes animarla a que haga lo mismo con un pañito y le irá gustando la costura.

— Los encargos, a partir de los dos años y medio, es algo que le puede encantar. Se siente muy importante y es una manera de empezar a darle responsabilidades.

— Acostúmbrale a oír y comprender los cuentos para captar su concentración. Un niño al que le has leído muchos cuentos desde pequeño, a partir de los dos años y medio, no tendrá ningún problema para escucharlos atentamente, si tú estás ocupada, en una casete. Si el chico habla, le puedes decir que te lo cuente. Es un buen método para que aprenda a memorizar y luego, más adelante, comprenda lo que lee.

— Música. Pon un disco y hazle bailar al ritmo de la melodía. El niño poco a poco irá educando su sentido musical.

— Gimnasia. Saca un colchón viejo y ponlo sobre el suelo para dar volteretas. En el cuarto del peque pon un sofá, en el que pueda botar sin preocupación ni miramiento. Es una manera de acostumbrarle al ejercicio físico, tan saludable para el cuerpo.

— Cabañas. Construye una con lo que se te ocurra: almohadas, cajas, etc. Verás qué divertido lo pasa haciéndola y poniendo en funcionamiento toda su imaginación.

— Traer amiguitos –mejor dicho, hijos de las amiguitas de mamá–; le lleva a sociabilizarse y a abrir su ego. Aprenderá a compartir.

— Juegos educativos. Puzzles... son de gran utilidad. Ayudan al niño a discurrir correctamente.

— Agua. Puede pasar horas metiendo y sacando muñecos; es una manera de hacer que le guste el baño en casa y luego la piscina.

Al principio, papá y mamá deben practicar junto al pequeño todos estos juegos. Con el tiempo, el niño se divertirá solo.

— El parque. La salida al aire libre diariamente, mientras no vaya al colegio o guardería, es indispensable en la vida del crío. Toma contacto con la naturaleza, hace ejercicio y se relaciona con otros niños.

Los fines de semana procura llevártelo fuera de la ciudad, en pleno campo. Poco a poco se irá acostumbrando a amar la naturaleza. Enséñale las flores, los árboles, las plantas, el cielo, etc.

Reglas de oro para utilizar los juguetes

Dale los juguetes apropiados

para su edad.

Debe aprender a utilizarlos adecuadamente.

• «El abuelo, que quiere una inmensidad a sus nietas de 1 y 3 años y ellas a él, les hace unos regalos complicadísimos. A mí me da mucha pena. Son unos juguetes preciosos y carísimos, que los niños no saben apreciar como harían dentro de unos años».

— Evita regalar sin motivo alguno. Pon fechas clave (Reyes, cumpleaños). El niño espera con alegría la llegada de esos días.

— No se te ocurra comprarle, para que te deje de dar la lata, todo lo que se le antoje. Explícale que tiene que esperar a su cumpleaños o Reyes. Con el tiempo, lo entenderá y dejará de ser un caprichoso.

— No armes un drama porque rompa algún que otro juguete.

— Aconseja a los abuelos y demás parentela, a la hora de regalarle al niño. Puede juntarse con siete muñecos y diez camiones.

El juego como pauta de comportamiento

A través del juego puedes estudiar el comportamiento del niño ante la vida.

Así podrás corregir los defectos que pueda tener.

— Un niño que no juega apenas, es un niño triste. Si observas que tu hijo es reacio a jugar, investiga las razones de su manera de actuar. A lo mejor necesita más amor y cariño de tu parte para reafirmar su personalidad y empezar a socializar su conducta.

— Un chico que jugando lo quiere todo para él, necesita un toque de atención por parte de la madre o el padre. Si desde pequeño se acostumbra a no compartir, de mayor puede llegar a convertirse en un perfecto egoísta.

— El crío que destroza, por sistema, los juguetes y que en el parque pasa la mitad del tiempo pegándose golpes, rompiéndose la ropa o haciéndose magulladuras, es un niño al que, seguramente, le falta afecto y atención. Para llamar la atención y como cree que a sus padres no les va a importar que llegue a casa hecho un adefesio porque ni se fijan en él, no cuida de sí mismo.

— El niño que, por el contrario, va de punta en blanco y acaba la jornada igual de limpio, es señal de que en su casa son un poco escrupulosos. De adulto, probablemente, será inaguantable cuando vea una mota de polvo. Habrá que compadecer a su futura mujer.

Lo ideal es el punto medio. Es decir que el niño se manche, sin necesidad de hacerse daño físico y destrozar los juguetes.

La tecnología

El niño del siglo xxi se enfrenta a un mundo virtual sin precedentes. La tecnología es muy buena utilizándola correctamente, pero también puede convertirse en algo peligroso para tu hijo.

El niño hará de mayor lo que empieza a ver en su casa. Cuidado con tu ejemplo. Dosifica el tiempo que pasas navegando por internet o hablando por el móvil.

Deja el mundo virtual y baja a la realidad de un hijo que necesita mucho tus abrazos, mimos y palabras. La televisión por sistema, sin ninguna selección de programas, no beneficia a tu hijo.

En muchas casas como entretenimiento se enchufa «la digital» y el niño se traga lo primero que ve. Los resultados de este tipo de educación son desastrosos. Juanito capta escenas, diálogos, para los que todavía no está preparado y asimila comportamientos negativos como algo normal.

Todos los días procura ponerle una media hora de un cd educativo o de una película, previamente visualizada por tí. No le dejes más tiempo delante de la televisión. Mientras ve la pantalla, mantiene una actitud pasiva que en exceso le perjudica.

- *«Muchas veces, para que el nene de año y medio me deje en paz, después de comer me lo llevo conmigo a ver el programa rosa de la digital. Yo creo que el niño es muy pequeño para impresionarse, y los dos salimos ganados con esta actitud: el se entretiene y yo descanso».*

Gran error. El crío, aunque sea tan pequeño, graba lo que ve en el subconsciente. Tan malo es retrasar su desarrollo como adelantarlo. Si con sólo año y medio, ve indiscriminadamente ciertos contenidos, madurará desordenadamente. Capta imágenes para las que no está preparado.

Es preferible que conectes el cd, grabes «tu folletín» de turno, te vayas a jugar con él a su cuarto y, cuando duerma lo veas tranquilamente.

La mujer y el trabajo

Lo primero que quiero dejar bien claro son los términos:

Trabajar fuera de casa: Es el de aquella mujer que realiza su jornada laboral fuera y dentro del hogar.

Trabajar en casa: Lo hacen las personas que traen trabajo a su piso. Ya sea escribiendo, cosiendo, vendiendo o pegando sellos, y además realizan faenas domésticas.

Trabajar como ama de casa: Es el trabajo peor pagado materialmente. Pero se compensa con creces, con la satisfacción de ver a tus hijos crecer minuto a minuto, y en algunas ocasiones, con la mejor de las sonrisas de tu marido, que regresa del trabajo con ganas de encontrar su hogar en perfecta armonía.

Mamá ficha en la oficina

Con niños en la guardería

Ring, ring. Suena el despertador en el mejor de los sueños. Son las 6.30 de la mañana. La jornada ha empezado... Le das un toque a tu marido y ni caso; continúa durmiendo. Te diriges al cuarto de la niña. Como te da un no sé qué levantarla, vas a la cocina. En vista del «éxito» que has tenido despertando a los tuyos, preparas el desayuno, con un ojo cerrado y otro abierto. Desayunas sola. Te diriges al armario a elegir la ropa, porque la noche anterior, a pesar de tus propósitos de sacar lo que te ibas a poner, te liaste, como de costumbre, con mil cosas...

Son ya las 7.15. Aporreas la cabeza de tu marido, que se levanta de un golpe y te echa la culpa de que «es muy tarde», «que por qué no les has llamado antes». En seguida te vas a despertar a María, de tres años, y la vistes medio dormida. Los tres juntos cogéis el coche y a emprender el nuevo día. Durante el trayecto para la guardería y aprovechando los semáforos, le vas dando a la cría la leche, a sorbos.

— Primera parada: Juan desciende. Ha llegado a «Financial Motors», donde es gerente de publicidad.

— Segunda parada: Le ha tocado el turno a la pequeña María que, medio dormida todavía, entra en la guardería con mamá.

En la puerta del Centro, mamá se encuentra con otras aceleradas mamás, que como ella acuden a sus supertrabajos.

— Tercera parada: Como de costumbre, mamá llega, por fin al trabajo, con diez minutos de retraso, y empieza su jornada laboral después de:

— Haber preparado desayunos, recogido la cocina, vestido a la niña y hechas las camas, con un pequeño toque de orden...

Si todo va bien, te concentras en tu trabajo, en una firma de cosméticos hasta las 6 de la tarde, que vuelves a hacer el mismo recorrido, pero a la inversa:

— Primera parada: Recoges a la niña y cruzas cuatro palabras y media con tu amiga, que también vuelve del trabajo a llevarse a su hijo. Pero tienes que dejar la conversación porque, como aparcaste en segunda fila, hay un coche que no puede salir y pita.

— Segunda parada: El tráfico está horrible, llegas veinte minutos tarde a recoger a tu marido, que espera impaciente y con el humor un poco subido de tono...

— Tercera parada: Al final llegas a casa. Son las 7.15... Rápidamente preparas unos huevos con patatas, el baño de la niña y a cenar. Un poco de T.V. y a la cama, que al día siguiente hay que madrugar...

Hasta aquí, una historia de las que hay miles todos los días, mientras todo funciona a las mil maravillas... Pero ¡horror!, cuando la niña se pone mala... Entonces a las 7 de la mañana llamas a tu mamá, la suegra, la cuñada o una amiga. A veces ponen voz de tiple, a través del teléfono, horrorizadas con la idea de ir a cuidar a tu hija, o de que se la lleves a su casa y a esas horas... Tú te das perfecta cuenta de la poca gracia que les hace pero, como es una urgencia, te haces la despistada y fuerzas la situación hasta conseguir encajar a la pequeña.

Mientras trabajas, ya no estás en los cosméticos, sino en la fiebre de tu pobre hija.

Llamas a cada rato, con cargo de conciencia, que es lo peor que se puede tener en el mundo laboral... Entonces ese día decides que vas a dejar de trabajar. Pero cuando la pequeña empieza a revivir otra vez, olvidas las promesas anteriores y vuelves a tu despacho de relaciones públicas de la firma de cosméticos.

- «Vivimos en un piso alquilado y tenemos una niña de dos años, que va a la guardería. Con lo cara que está la vida no tengo más remedio que trabajar fuera de casa. El sueldo de mi marido no es suficiente para pagar todos los gastos. Pero desde luego como me toque la lotería, dejo en el acto de trabajar en la oficina para dedicarme por entero a mi familia».

- «Soy abogada laboralista y me siento profundamente identificada con mi profesión. Me gusta mi trabajo. Estoy casada y tengo una hija de tres años que va al jardín de infancia. Encuentro muy justo que las mujeres desarrollemos, lo mismo que nuestros maridos, un trabajo fuera de casa y que de los hijos nos ocupemos los dos, a partes iguales».

- «Yo no trabajaba fuera de casa hasta que nació mi tercer hijo. Fue entonces cuando decidí incorporarme a la vida laboral, porque sentía una claustrofobia tremenda de

quedarme en el piso al pie del cañón las veinticuatro horas. Deseaba desconectar de los niños y alcanzar otras metas, que no fueran los platos-niños-polvo».

Por las tres expresiones anteriores, vemos que hay gustos para todas las clases: unas mujeres trabajan por obligación, otras por vocación y otras, simplemente, por escapar de la eterna monotonía que supone hacer y deshacer todo el día en casa:

Viste niños-desnuda niños.

Cocina-comes-friegas.

Haces camas-deshaces camas.

Limpias-ensucias.

Mi consejo es que, si realmente trabajas, mientras tienes niños pequeños, para poder vivir dignamente o porque tienes una clara vocación por lo que haces y te encuentras a gusto y feliz desempeñando una profesión fuera de tu hogar, continúes en la brecha, haciendo títeres para compaginar la familia y el trabajo.

Hazte una escala de valores, de acuerdo con tu marido y si ves que tu familia queda un poco postergada, intenta reducir, si es posible por unos pocos años, porque en seguida crecen los niños, tu jornada laboral. Todos saldréis ganando: verás más a tus hijos, les dedicarás más tiempo y estarás más relajada. Solo serán unos años, hasta que tus hijos crezcan y no dependan tanto de ti.

Si tu trabajo te espanta, no estás satisfecha con él y no necesitas el dinero para vivir dignamente y además tus hijos están mal atendidos, en manos de terceros, que se llevan casi todo tu sueldo, es mejor que cambies de ocupación o que lo dejes. Con tu ir y venir de la oficina, tú eres la primera perjudicada, que estás echando chispas todo el día: «Lo poco que me pagan», «menudo trabajo más soporífero», «mi jefe es un negrero», «la guardería de los niños se lleva entre transporte y comida casi todo mi sueldo».

Si quieres únicamente desconectar un poco de tus labores caseras, busca algún tipo de ocupación por horas. Desarrolla algún hobby. Aprovecha para cultivarte o aprende algún oficio. En una palabra dedica un tiempo a algo, que un día, cuando tus hijos sean mayores, te sirva para ganar algún dinero.

— La guardería: Debido a la incorporación de la mujer al mundo laboral, la guardería se ha convertido en uno de los lugares más importantes que rodea la vida del pequeño, hasta que va al colegio.

La elección de una buena guardería es tanto o más primordial que la búsqueda de un colegio. Es un lugar donde tu hijo, por primera vez, se va a relacionar con otras personas que no son ni sus padres ni sus hermanos. Nunca la elijas simplemente porque está cerca de casa o porque su horario te conviene. Busca aquella que te dé más confianza.

Una vez que tu hijo empiece a asistir a la guardería analiza su comportamiento: si está triste o alegre. Es muy importante que desde sus primeros años viva en un ambiente que le satisfaga, donde se encuentre a gusto y contento. El día de mañana en su subconsciente tendrá el recuerdo de una infancia feliz, que es muy importante para el desarrollo adecuado de su personalidad.

Te lo repito para que lo pienses:

*La elección
de una guardería
es más importante
que la del colegio.*

Con ayuda casera

Allá va camino de la oficina la abogada, economista o periodista, con la cartera en una mano y la agenda en la otra. ¡Qué supermujer! Tan arreglada y con cuatro hijos como tiene. Es la envidia de todo el mundo. ¡Qué capacidad! Pero la realidad es otra muy distinta.

La pobre supermujer acaba de salir a toda prisa de su casa, en el momento que la canguro de turno entraba por la puerta. Justo a tiempo de decirle, que si el dolor de oídos de Ana va a más, la deje con la portera y que ella se encargue más directamente de la pobre Laura, que tiene 40° de fiebre. Dicho esto, acude al trabajo, con la angustia vital que le persigue durante toda la jornada. Cuando va a entrar en la oficina se da cuenta de que, con las prisas, se olvidó de decir a la canguro dónde estaban los supositorios de la fiebre. El ascensor tarda más que de costumbre o por lo menos eso le parece a la supermujer. Sudorosa al llegar al piso 15, corre acelerada al teléfono y, muy bajito para que nadie sospeche, llama a su casa cada hora con mil y un recados más que se le ocurren: Los supositorios están... El teléfono de urgencia es...

¡Menuda mañana! Para colmo el jefe la manda llamar. Temblorosa acude a su cita pensando: «me preguntará que por qué falté unos días o por qué estoy llegando un poco tarde últimamente...». Al traspasar la puerta del «dire», un escalofrío recorre el cuerpo de la «maximujer»: «Maite –dice–, ¡qué aspecto tan bueno tienes! Cualquiera diría que tienes cuatro hijos y además desarrollas un trabajo tan brillante»... «Uf... menudo respiro», piensa la supermujer. «Si supiera la tensión que tengo». Y de buenas a primeras el jefe le habla de un proyecto que hay que realizar, mientras Maite está con la cabeza dándole vueltas a la fiebre o al dolor de oídos de sus hijas...

Esta historia se repite una y otra vez. Mañana mismo podrías ser tú la protagonista, si tus hijos pequeños se ponen malos. Pero ¿qué les pasa a las pobres supermujeres que tienen crisis de servicio y se tienen que ir a trabajar fuera?

Alicia se ha levantado a las 7. Su marido es piloto de Iberia y está en vuelo. Son las 8 de la mañana. La pobre supermujer sentada en el recibidor mira el reloj. Se muerde las uñas y menea los pies, intranquila porque no viene la canguro de turno.

Las 8.15; las 8.30... «¿Qué habrá pasado? Voy a llegar tarde y menudo humor se le pone al jefe». A las 9 suena el teléfono: «Mire, señora, soy Mari, la canguro. Estoy constipada y no voy a poder ir en una semana». ¡Horror!... A continuación: «¡Mire, señor director, soy Alicia, estoy constipada y no podré ir a la oficina...». «Qué lata, hasta que se ponga buena Mari tendré que molestar a mi madre y con lo poco que le gusta hacer favores...».

En otras ocasiones no es un simple constipado la causa de la ausencia de la canguro, sino que te deja plantada por las buenas: Ana teclea que teclea en la oficina. El teléfono suena. Ring, ring... «Te llama una tal Juani», le dicen... «¿Qué querrá mi interna?»: «Mire, señora, la llamo porque me voy de su casa. No aguanto más a estos niños impertinentes. ¡Que los aguante usted, que para eso los ha tenido!...». Ana se queda helada con el teléfono en la mano. Pone cualquier excusa en la oficina y sale disparada a su casa. Al llegar, lo primero que ve es la maleta de Juani...

Realmente trabajar fuera de casa con los niños pequeños es muy duro.

Cuando todo marcha bien, no hay ningún problema. Pero cuando tus hijos se ponen malos, te deja plantada la canguro o lo que tienes en tu casa es una «soporta» niños que no hay quien la aguante, la vida laboral se complica.

- «He cogido la primera persona que he encontrado por el anuncio del periódico para cuidar a mis hijos y así salir del paso. En la oficina ya no podía poner más excusas para faltar una tarde sí y otra no. Es tremendo. Come todo lo que pillá. Tiene mal genio y para colmo no le gustan los niños. Pero claro, no tengo otra solución hasta que encuentre algo mejor».

Mi consejo personal es que, si no contratas a alguien apto y capacitado, con unas mínimas nociones de niños para estar con ellos, mientras tú trabajas, dejes a tus hijos pequeños en una guardería. Las hay muy buenas con personal especializado. Eso es mejor que dejarlos con una chica, sin referencias; puede no dar de comer a tu hijo como debería o dormirse, mientras el pequeño se aupa por la ventana del patio con una silla...

Una buena guardería

es una solución positiva.

La guardería ha de ser buena, es decir, que en ella sepan:

- Cómo se educan niños pequeños;
- aplicar técnicas de estimulación temprana;
- educar con mucho cariño;
- estimular hábitos buenos;
- ocuparse de todos los niños;
- vivir tus mismos valores con los niños.

Reglas para mantener tu imagen laboral, a pesar de los conflictos familiares

- Aprende a cambiar el ritmo de vida al pasar de la oficina a tu casa o viceversa. Tu hijo necesita ir a su propio paso lento, indiferente a las prisas que te mete tu jefe para que acabes el trabajo.

- En la oficina concéntrate en lo que haces. Una vez... una mujer, que estaba sentada al lado de su jefe en una comida de trabajo, le limpió la boca con la servilleta creyendo que era su bebé...

- Si estás con mala cara por la noche anterior, disimula embadurnándotela con maquillaje. Que el jefe crea que eres una verdadera Supermujer.

- Si estás preocupada, porque dejaste a tu hijo algo pocho, simula una jaqueca y acude a tu casa.

— Si vas a entrar en crisis de servicio, no lo comentes en la oficina. No vaya a ser que tengas que faltar algún día y descubran que no es cierto tu fingido catarro...

Si has decidido trabajar fuera de tu casa y tienes niños pequeños:

— Olvida tu sentimiento de culpabilidad, que no beneficia tu profesión.

— Si te es imposible hacerlo, es mejor que dejes de trabajar en la oficina y regreses al hogar, dulce hogar...

— Trata de ser la mejor en tu campo. Una verdadera profesional.

Cuando regreses de trabajar

deja los nervios y la tensión

en la puerta de entrada.

Dedícate en exclusiva con

entrega y cariño a los tuyos.

Así de alguna manera compensarás tus horas de ausencia.

— De vez en cuando examina a tu familia: ¿Está bien, contenta y alegre? ¿Qué podríamos hacer para que en mi casa reine la armonía?

Mamá trabaja en casa

Hay muchas mujeres que prefieren desarrollar una labor semiprofesional en casa, mientras los niños son pequeños.

En apariencia trabajar en casa es una espléndida idea: ganas un dinero, estableces tu propio horario y puedes levantarte, abrazar a tu hijo y volver al tecleo, costura, etc.

Si no tienes quien te ayude en casa, debes utilizar las horas en que los pequeños duermen, con el terror de que a la primera de cambio se despierten.

La cosa cambia con alguna ayuda casera, pero también tiene sus riesgos. Y lo digo por experiencia, porque soy una Freelance:

— Son las 9 de la mañana. La niñera ficha y tú pretendes hacer lo mismo. Pero como el pequeño de un año está acatarrado y quiere estar con mamaíta, le consientes que ronde tus pies mientras escribes, a fin de evitar un berrinche sonoro.

— Estás dándole a la tecla y la niñera llama a la puerta: «El grifo se ha roto y el cuarto de baño se ha inundado». Te levantas, ves que la cosa no ha sido para tanto e indicas a la niñera dónde está la fregona. Con cara de pocos amigos, comienza a recoger el agua, pensando que esa no es su labor...

Vuelves a la máquina. De pronto se oye un golpe y un grito. ¿Qué habrá pasado...? Con los pelos de punta vuelves a levantarte de la silla. La mayor, de tres años, se ha caído de una mesa. ¡Menos mal que no ha sido nada grave! Pasas por la cocina y te haces una taza de tila. ¡No ganas para sustos...!

Miras el reloj. Es la hora casi de comer. Empiezas a freír los filetes. En total, desde las nueve, has podido escribir dos escasas horas con interrupciones...

— Después de comer, tu madre te ha pedido que si la puedes acompañar a ver a la tía Seguismunda, que está mala en la cama.

— Vuelves a las 5 de la tarde y como acaba de regresar tu marido del trabajo, te da no sé qué!.. dejarlo solo y olvidas para mejor ocasión la máquina de escribir...

A eso de las 6.30 le das al tecleo una media hora, interrumpida por la niñera, que se va. Te vuelves a levantar y a afrontar con calma, mientras piensas el título del reportaje, la hora crítica del día; baños, cena y a la cama...

— Es el final de la jornada. Los peques están dormidos, después de mucha paciencia de tu marido, que te ha visto tan agobiada con el reportaje, que ha tomado la alternativa y ha decidido contarles, él mismo, el cuento.

— La paz vuelve al hogar. Pero, como te han interrumpido tantas veces, vas retrasada con tu trabajo. En vez de relajarte con tu marido, vuelves taciturna al despacho a teclear hasta las dos de la madrugada.

Al acostarte piensas: «Todo el día para hacer unas líneas. Si trabajara fuera, el reportaje lo hubiera hecho en tres horas ininterrumpidas».

Mamá es ama de casa

De soltera vas de moderna por la vida: «Cuando me case trabajaré fuera de casa, porque me horroriza el hogar...».

Total que te echas un novio más bien chapado a la antigua. Terminas la carrera y nada más empezar a hacer incursiones en el mundo laboral, te casas con tu marido muy bueno, eso sí, pero que prefiere que te quedes en casa cuando tengas hijos. Al poco tiempo, te quedas embarazada, embarazada y embarazada y te juntas con tres críos de tres, dos y un año.

Solo de pensar que tienes que fichar, se te ponen los pelos de punta. Dedicas los mejores años profesionales de tu vida a los años más llorones de tus hijos. Tu vida es un continuo hacer y deshacer casero.

De vez en cuando, recuerdas con nostalgia, entre perolas, los años de universidad, cuando prometías ser una estrella de la publicidad y cada día usabas un nuevo modelito. Ahora vas de uniforme de lunes a viernes, menos el sábado que como es un día especial, llamas a la canguro y te vas de copeteo... Cuando vuelves a tu casa, después de haberte aireado un poco, piensas que merece la pena estar con los tuyos al 100%. Tus hijos se irán dentro de unos años y te quedarás tranquila de haberlos disfrutado, pegado, educado, soportado y querido en sus primeros años, cuando eran solo tuyos. Y sobre todo, ves: a Pepe contento de verte intentando ser una madre, volcada en su familia. A veces hecha un eccehomo, ensayando nuevos platos.

María trabajaba hasta que tuvo su primer hijo. Ahora tiene dos peques de tres y un año. Por las mañanas sale al parque con las niñas y a veces se encuentra a compañeras de la oficina, con la baja de maternidad, que le dicen: «Ay, María, no sé cómo puedes aguantar todo el día en casa con los críos. Nosotras en la oficina nos lo pasamos fenomenal y seguimos trabajando a pesar de los niños...».

«¡No me digas!», exclama María, que sabe de buena tinta que su ex compañera de mesa acude diariamente al psiquiatra y que la otra no tiene tiempo ni para comprarse un traje, por el horario tan intensivo que tiene.

Si te ves plenamente identificada con tu trabajo de ama de casa, cuidando a tus hijos todavía muy pequeños, no dejes que te afecte la «oficinitis» de tus amigas.

*Estás realizando una labor
muy importante, la más importante
de todas: cuidar a tu familia,
a tus hijos pequeños, que son
el futuro de la sociedad.*

De ti depende, en la proporción que te corresponda (uno, dos, tres hijos), que el mundo de dentro de unos años sea mejor. Tienes en tus manos, junto con tu marido, la inmensa suerte de poder besar, tratar, amar y jugar con un arma de gran valor: los adultos del mañana.

De vosotros va a depender, en gran parte, que sean unas personas de bien en la sociedad que les va a tocar vivir.

Para educarlos hay que empezar desde pequeños. Así, que no te entren depresiones de pensar que, quedándote en casa con los tuyos, estás perdiendo el tiempo. Si acaso no estás ganando dinero. Pero el tiempo de dedicación a unos niños pequeños no tiene precio. Es de un valor incalculable, que se paga el día de mañana, cuando veas a tus hijos que son adultos felices y seguros fruto de una dedicación materna y paterna.

Hazme caso y, si no realizas una labor fuera de casa, disfruta de tus hijos el máximo tiempo posible, mientras sean pequeños.

Y, por favor, cuando alguien te pregunte si trabajas, no se te ocurra decir que no haces nada. Como si dedicarte a cuidar a los tuyos no fuera un trabajo serio. Lo es y mucho.

Padres de fin de semana

Como ya recalqué anteriormente, para educar a tu hijo hay que dedicar un tiempo, el máspreciado de todos.

También es verdad que la calidad del tiempo y trato que les des a los pequeños es muy importante para poder influir en su personalidad. Por estar todo el día en tu casa no vas a educar mejor a tus hijos, que otra persona que sabiéndose organizar, por su trabajo fuera del hogar, les dedica unas horas al día de verdadera entrega.

El peligro acecha cuando una pareja con niños pequeños, que trabaja todo el día fuera de casa, al llegar al hogar están tan cansados que son incapaces de esforzarse en atender a sus niños pequeños. No en el lado material –ya se supone que les darán la cena– sino en el plano emocional. La casa corre el peligro de convertirse en un hotel de una o cinco estrellas, en donde unos progenitores llegan extenuados del trabajo, cenan, ven la T.V. y se duermen. Salvo el fin de semana, que intentan atrapar el tiempo perdido con sus hijos y cambian el teléfono, la máquina de escribir, el fax, las comidas de negocios, por los

besos, achuchones y mimos para sus hijos, sorprendidos de ver a papá y a mamá que les dedican su tiempo. Desde luego que si una pareja trabaja fuera de casa, supone un mayor esfuerzo el dedicarles un tiempo de entretenimiento a sus hijos, pero no hay más remedio que hacerlo.

*Es muy importante que el niño sepa
que cuenta con papá y con mamá,
cariñosos, disponibles.*

— Desde este libro mi más grande enhorabuena a los padres que, teniendo una jornada laboral diaria, dedican el resto del día, a pesar de la doble jornada (en casa y en la oficina), al cuidado y a la educación de sus hijos, con verdadero cariño.

Pero si vuestra dedicación al trabajo es intensiva, de lunes a viernes, sin tiempo para dedicar a los hijos hasta el fin de semana, tened cuidado, porque podéis ser solo padres solícitos durante las últimas cuarenta y ocho horas de la semana, después de no haberles hecho ni caso el resto de los días. Los hijos pueden malacostumbrarse a no disponer de sus padres durante la semana, y, cuando crezcan, a no necesitarlos tampoco durante el fin de semana y vivir al margen de sus progenitores.

Teresa y Juan son unos profesionales de primera: y unos padres de tercera. Teresa va a trabajar por la mañana, antes que su marido. Cuando llega a la oficina del Banco, a las 8 de la mañana, llama a casa para recordarle a Juan que no le ponga el pantalón azul al niño, porque lo tiene un poco descosido, sino el rojo, con topitos.

A las 8.30 Juan sale de casa con su hijo de dos años, que deposita en la guardería para dirigirse al Banco a trabajar.

Teresa y Juan son un matrimonio muy bien avenido profesionalmente. Los dos trabajan en relaciones extranjeras y están muy bien considerados, mientras su hijo permanece en la mejor guardería de la ciudad.

A la hora de comer, cada uno lo hace cerca de su Banco, con los compañeros de trabajo, pues las distancias son enormes entre los dos Bancos.

Tienen contratada a una baby sitter, que recoge al niño en la guardería a las 5 de la tarde. Papá no llega hasta las 6 y mamá, entre atascos y retrasos, como muy pronto hasta las 8 no está en casa. Cuando llega la baby sitter, a las 5.30 con el niño, hace las camas y limpia un poco.

Cuando papá llega, le da un cachete al pequeño, un par de carantoñas y, ante el asombro de Ricardín, se vuelve a quedar solo con su tata. Le ha tocado el turno a las zapatillas, el periódico y la T.V., mientras Ricardín es bañado.

A las 8 llega mamá, todavía más cansada que papá. Da sendos besos a Ricardín y a Juan y mientras la tata da de cenar al pequeño, ella va preparando algún plato precocinado. A las 8.30 mamá da un beso a Ricardín y lo lleva a la cama, mientras despide a la baby sitter.

Cuenta un cuento, a la velocidad de la luz, al niño que, ante semejante rollo y por el cansancio, se duerme en seguida.

Juan y Teresa cenan delante del tan instructivo televisor y a eso de las 10 se van a dormir.

La historia se repite, de 8 de la mañana del lunes, a 8.30 de la tarde del viernes. Día que la baby sitter se queda a dormir. Juan y Teresa salen a cenar fuera.

El sábado, a las 10 de la mañana Ricardín recupera a sus papás, para él solito, durante cuarenta y ocho horas, dedicadas por completo al benjamín de la casa, que no entiende cómo han cambiado tanto sus padres, que hasta le hacen caso.

Los tres juntos comen, pasean y juegan. Es un sueño maravilloso, solo alcanzable los fines de semana. El resto de los días papi y mami son profesionales de primera en una gran oficina.

Haz que tu familia tenga un verdadero hogar durante toda la semana. Que tu casa no se convierta en una posada de lunes a viernes donde el trabajo sea lo más importante y el amor a los hijos secundario.

**PARA PENSAR
PARA ACTUAR...**

Para recordar...

A través del juego puedes educar.

El papel de los padres es determinante en la vida y educación del hijo.

Los abuelos es una figura muy importante en la vida del niño.

Para leer...

Blanca Jordán de Urríes, *Cómo enseñar la vida a través de los cuentos*. Col. Hacer Familia, nº 45. Ed. Palabra.

Oliveros F. Otero y José Altarejos, *Los abuelos jóvenes*. Col. Hacer Familia, nº 39. Ed. Palabra.

Para pensar...

El adulto del mañana lo estás formando ahora. Procura rodearlo de un entorno lleno de armonía con amor y paz.

Este ambiente es decisivo para su futuro equilibrio emocional.

Para hablar...

El adulto del mañana lo estás formando ahora. Procura rodearlo de un entorno lleno de armonía con amor y paz.

Este ambiente es decisivo para su futuro equilibrio emocional.

Para actuar...

Responsabilidad:

Con sus propios juguetes aprendiendo a no romperlos.

Generosidad:

Dar amor a sus abuelos.

PLAN DE ACCIÓN *«Los abuelos de Paulina»*

SITUACIÓN:

Cada vez que Paulina, mi hija de 3 años, veía a sus abuelos que viven en otra ciudad, se ponía a llorar. Así que un buen día hablé con mi marido y determinamos tomar medidas.

OBJETIVO:

Que Paulina demostrase el amor a sus abuelos nada más verlos.

MEDIOS:

Unas fotos antiguas.

MOTIVACIÓN:

Nos hicimos con un montón de fotos de mi marido cuando era pequeño retratado con los abuelos. Se las enseñamos a Paulina y le dijimos que los abuelos querían mucho a papá y por eso ella los tenía que querer mucho. Pero para quererlos mucho, mucho lo primero que tenía que hacer al verlos era darles un beso y un abrazo muy grande y nunca llorar.

HISTORIA:

La primera vez que fuimos a ver a los abuelos Paulina se les tiró a los brazos para besarlos y los padres de mi marido no se lo podían creer.

RESULTADO:

Paulina no ha vuelto a llorar cuando ve a sus abuelos y de esta manera aprende a demostrarles amor.

PARTE TERCERA “C”

Para los que aman a Dios todas las cosas son para bien |

San Pablo |

JUAN VA DE ESTRENO

Juan va de estreno

Alrededor de los doce meses en la vida de un niño es la fecha clave para muchos padres, que ven cómo su pequeñín no es tal, y empieza a manejarse independientemente por casa. Algunas madres, a esta edad, comienzan a respirar: «Menos mal que Juan ya ha cumplido el año y es una personita con autonomía. Ya no tengo tanta claustrofobia como cuando era bebé de cuco, que solo lloraba y dormía, y a cada momento creía que no respiraba». En cambio, otras tiemblan por lo que pueda pasar en su casa, con el pequeño terremoto. Recuerdan lánguidamente la tranquilidad del bello durmiente en su cuna: «De recién nacidos los niños son una monada, pero a partir del año y hasta que tienen dos años y medio, son un terror».

Ha cumplido un año

Tu bebé hoy cumple su primer año de vida. ¡Qué alegría! ¡Qué rico está! ¡Tan regordete y sonriente! Muchas mamás no resisten la tentación de celebrar la primera onomástica. Compran una vela, la clásica piñata, hacen la tarta y traen a casa un montón de niños, que no se enteran de qué va la fiesta y a otro montón de mamás, que no paran de comparar a su hijo con el de fulanita, que está más delgado y es menos simpático que el suyo, y que son las que verdaderamente engullen la merendola.

Por mucho que la tenaz mamá se empeñe, cada niño anda a su aire. No hay forma de conseguir que jueguen en común. Y es que mamá no sabe que todavía son muy pequeños para entablar relaciones sociales fuera de su familia. Con el invento del vídeo, papá no hace más que enfocar con la cámara: «Para la posteridad».

Total; que al final de la fiesta, quien realmente ha cumplido los años y *se lo ha pasado mas divertido* es la propia madre: cantando «Cumpleaños feliz» (los peques no hablan todavía), comiendo la tarta (la gran mayoría toma purés) y tirando la piñata (porque la has puesto tan alta que solamente llegas tú...). Pero ha valido la pena... Comentas derrengada a tu marido, mientras recoges los trozos del pastel de la moqueta, vasos rotos y demás cuchufletas del suelo, aparte de los añicos de las porcelanas chinas, que, por falta de experiencia, dejaste sobre la mesa.

Con desconsuelo ves que lo único que comieron los niños fueron los caramelos, cacahuetes y aceitunas. En cambio los pasteles, emparedados y bollos, fueron las madres quienes los engulleron... Y prometes que la próxima vez no pondrás nada más que golosinas. ¡Con la cantidad de rato que pasaste en la cocina haciendo rosquillas y galletas caseras! En cuanto a los regalos, que le han hecho a tu hijo, están casi todos destrozados, por no haberlos guardado, y no tienes ni idea quién regaló el camión, el muñeco o el soldado.

De pronto, con la aspiradora en la mano y la espalda destrozada, pues hasta te has vestido de payaso para amenizar la fiesta, te das cuenta de que el anfitrión se ha quedado dormido en un sofá. Lo coges amorosamente y lo llevas a dormir con los angelitos.

Más tarde y feliz, por la paz de nuevo reencontrada, te sientas y llamas a tu marido, que nada más verte se desternilla de risa... «Maite, mírate al espejo». Corres al cuarto de baño y ves con horror que todavía tienes la cara pintada de blanco y la nariz de rojo. Y piensas: «La segunda fiesta será dentro de dos años, con payasos profesionales y menos rosquillas y bollos...».

Primeros pasos

Hay niños muy precoces que a los once meses andan y corren divinamente. En cambio, otros tardan algunos meses más en dar sus primeros pasos con acierto.

Con el primer hijo es la gran sorpresa: Ha cumplido un año, ¿cuándo andará? Con los posteriores todo son comparaciones: «Hay que ver, Pedro con catorce meses todavía no anda, en cambio su hermano al año ya corría». Mamá, apurada, lo lleva al médico: «Señora, su hijo está divinamente». Como no estás ni contenta, ni tranquila, vas a la farmacia y compras el último modelo de botas, que son tan feas como caras. El niño continúa sin andar, porque le encanta gatear y mamá empieza a pensar: «Ya sé quién tiene la culpa de que mi hijo no ande: el tacataca, que mi madre le compró a los ocho meses».

Estás tan intranquila, que no ves el momento de que tu pequeño ande solo. Lo levantas, lo fuerzas, se cae, se hace un moratón, llora y no hay manera.

Hasta que de pronto, un buen día, a los quince meses, el niño empieza a correr como una flecha de arriba a abajo. ¡Qué alegría! Pero la emoción pronto desaparece. ¡Horror!; como ya se pone de pie, las porcelanas, plantas y mesas de cristal tiemblan solo de verlo.

De uno a dos años, el niño puede parecer un ciclón arrasando todo lo que encuentra a su paso. Es el momento de esconder todas las monerías de la decoración, si quieres que pasen algún día a tus hijos. Las mesas parecen que han salido del hospital, con todas las esquinas mullidas con plástico y esparadrapo o celo. Las plantas las recluyes, por una temporada, fuera del alcance del peque y la cocina la divides en dos partes: la mitad para abajo zona libre de daños (ni detergentes, ni utensilios cortantes) y la mitad para arriba zona altamente peligrosa (droguería y cuchillos). Es el momento de pensar en otro tipo de horno más alto del que usas normalmente.

Con las cerraduras mucho cuidado. Se impone un sistema de defensa, a no ser que te agrade correr el riesgo de que tu hijo se cierre por dentro de un cuarto, con el cerrojo a su

alcance. Pon mucha atención y recorre cada una de las puertas de la casa. Retira todas las llaves que encuentres. Si hay algún pestillo o cerrojo al que pueda llegar el niño, mi consejo es que lo quites hasta que pasen unos meses.

Pero no todo es terrible cuando empieza a andar: Con los primeros pasos, el niño tiene más independencia para poder caminar a su aire y no estás todo el día detrás de él recogéndolo del suelo, aunque lo debes vigilar.

Por otra parte, del parque ya no volverá a traer las rodilleras tan negras y rotas como cuando gateaba. También desaparece el peligro de que ingiera alguna que otra colilla.

Primeros macarrones

Algunas madres languidecen solo de pensar en la hora de la comida.

«¡Benditos purés! ¿Por qué no los querrá?», musita la pobre mamá, que ve cómo su hija de trece meses tarda una hora en tragar, mientras pasea la comida de un lado a otro de la boca. Aunque pensándolo bien habría que hacer una fiesta, porque la nena ha comido en una hora. Mucho peor es cuando se cierra en banda y decide que nada de lo que le ha preparado su angustiada mamá cocinera le gusta: «Toda la mañana pringada entre peroles para que la nena no coma». A veces puede formarse un círculo vicioso de difícil solución:

EL NIÑO NO COME

MAMÁ SE PONE NERVIOSA

Tranquilízate y examina las causas que llevan a no comer:

- Malestar físico.
- Los propios nervios de la madre, que le contagian.
- Cansancio.

Todas estas causas entran dentro de la normalidad. En caso de duda, consulta a tu pediatra.

Si ves que, aunque come poco, el niño está alegre y sano no te intranquilies. Y no te alteres porque veas al niño de la vecina que pesa tres kilos más que el tuyo y devora la comida. A lo mejor, el de la vecina tiene problemas de obesidad cuando crezca y en cambio el tuyo, delgado como un palo, se cría sano y fuerte.

La gordura

no es síntoma

de buena salud.

• «Ay que ver a Maite, lo delgada que tiene a su hija de dos años. Seguro que como la pobre no sabe cocinar, la niña rehusa tomar todo lo que le pone. En cambio nuestro Nicolás está como un rollito».

No sufras ni te acomplejes por estos comentarios. A lo mejor no eres una cocinera excelente, pero la comida que más les gusta a los niños es la más sencilla de hacer. No te

metas en complicaciones, y sobre todo quítate de encima el complejo de no saber cocinar.

En muchas familias, la hora de las comidas con críos, a medio adiestrar, puede convertirse en un suplicio diario:

Mamá le ha preparado al chiquitín todo a su gusto. El puré de siempre, por si acaso y aparte, pollo con macarrones, para que empiece a masticar. Y con cara de mucho amor se sienta a la mesa. El nene parece que está enfadado. Mamá le da un poco de puré, que en seguida escupe y mancha el traje de su resignada madre, que angustiada prueba la comida. ¿Estará mala? En vista del éxito, empieza a darle el pollo. Con cara de pocos amigos, abre la boca, mastica y vuelve a escupir.

¡Qué horror! Ni el puré ni el pollo y por supuesto tampoco los macarrones. Mamá va a la habitación, le trae cuentos y juguetes, y el pequeño, entretenido, empieza a comer el primer tenedor de pollo.

Quince minutos han pasado, para que el nene tome el primer bocado. A mamá se le ocurre una idea para acelerar la comida: coge unos cuantos vasos llenos de agua y otros vacíos, unos muñecos y hasta unas jeringuillas. El niño está divertido y abre la boca. Mastica y traga que es un gusto. Mientras, su pobre madre sumerge los juguetes en el agua, se pone perdida y hasta llena las peligrosas jeringuillas y les saca el agua. Todo, con tal de que el peque coma.

Llaman a la puerta. Es el marido. «¿Que todavía no está durmiendo la siesta el pequeño? ¡Si yo te contara!» (piensa mamá).

Pero no todas las madres, a pesar del tiempo empleado, tienen éxito y consiguen, al final, que las criaturas coman.

Si tienes problemas para que tu hijo coma en la época de tránsito entre purés y sólido sigue estos consejos.

— Si rechaza por completo la comida sólida, continúa tranquilamente con los purés.

*Nunca le fuerces con
métodos poco ortodoxos.*

(Nada de tortas, gritos, tirones de pelo, abrirle la boca y cerrarle la nariz).

— Dale algún entretenimiento propio de su edad (muñecos, libros...) con la intención de ir acostumbrándolo a comer poco a poco sin ellos.

— Evita darle objetos que puedan resultar peligrosos (jeringuillas, medicinas...).

— Contén tus nervios si el niño tarda una hora en comer.

Primeras palabras

Hay niños que dicen sus primeras palabras a los quince meses y otros a los dos años, incluso más tarde. Pero lo mismo si habla muy pronto, como si tarda bastante en hacerlo, verás que al año comprende muchísimas cosas. Al principio es probable que use partes de palabras o palabras abreviadas. Dirá mal algunas cosas, porque eso es inevitable, pero será mejor que repitas las palabras para que las oiga, en lugar de corregirle cuando las diga mal.

Aprenderá con solo oírte pronunciar, correctamente, una palabra.

Ayúdale a hablar:

— No le hables de prisa.

— Escúchale.

— Señala el objeto que nombras.

— Mírale cuando vayas a utilizar una palabra nueva.

— Ten paciencia y ve despacio en su aprendizaje.

Y por favor no te acomplejes, ni te preocupes, si el hijo de tu amiga, con dos años, habla perfectamente y el tuyo emite sonidos guturales. *Lo importante es que comprenda el significado de las cosas; y él solo se soltará a hablar.*

Es un hecho comprobado científicamente, que en niños pequeños la conversación familiar es el mejor medio de enriquecimiento del vocabulario, superior a la escuela y la televisión. Claro está que en el entorno, cada miembro de la familia ha de facilitar una información dirigida particularmente al pequeñín, lo cual es más bien raro en la situación escolar.

Amor a Jesús y María

- «En el colegio ya le enseñarán religión, además todavía es muy pequeño para entender algo...».

Eso es un error.

*Es precisamente en la familia,
desde pequeño, donde la religión y
la vida de piedad se enraízan
con más fuerza.*

Los hijos deben recibir un auténtico testimonio y ejemplo cristiano de sus padres.

A esta edad no hacen falta grandes y complicadas explicaciones. Cuéntale de la manera más sencilla, a través de las imágenes de alguna Biblia para niños, que Jesús y María son sus Padres del Cielo, que le quieren mucho.

En su cuarto procura tener algún cuadro o figura religiosa. Que vea que a una determinada hora rezáis el Rosario, una oración todos juntos y bendecís la mesa.

El niño poco a poco irá interiorizando de una manera natural el ambiente religioso de su casa. Así cuando crezca y vaya a hacer la Primera Comunión estará abierto a recibir a Jesús, «que me quiere mucho», pues lo conoce muy bien y para él no es un extraño.

Antes de acostarlo no te olvides de rezar con él alguna oración: «Jesusito de mi vida...»; «Ángel de la guarda...»; «Cuatro esquinitas...». Y de vez en cuando léele alguna historia en versión infantil de vidas ejemplares de santos. Aunque todavía el pequeño no tiene obligación de ir a Misa, llévalo algún día a la iglesia; enséñale las imágenes; haz

que coja agua bendita y se santigüe; dile que vas a comulgar para recibir a Jesús y que cuando él cumpla unos años más, también lo hará.

Aprovecha la Navidad con el Belén para explicarle el misterio del nacimiento del niño Dios. Hazle que participe activamente en la puesta del portal y de los adornos navideños, para que cada año espere con ilusión la llegada de Jesús.

Compra un Belén a prueba de niños; que lo pueda manipular tranquilamente sin sobresaltos por tu parte porque se ha caído una figurita. Verás cómo el pequeño disfruta enormemente y aprende la historia del nacimiento de Jesús con los pastores, Reyes Magos, etc.

A través de juegos y entretenimientos puedes conseguir también que el niño se acerque y conozca a Jesús y la Virgen:

- «En el cuarto de mi hijo de tres años, he colgado una cartulina azul que representa el Cielo y si se ha portado bien durante el día, antes de acostarse, pega una estrella blanca, que se la ofrece a sus “Padres del Cielo”. Es un bonito sistema para que el crío tenga ilusión por mejorar su forma de ser, y aprenda a ofrecer su esfuerzo, su sacrificio a Jesús y María».

- «En nuestra casa el mes de María, que es el mes de mayo, lo vivimos profundamente y este sentimiento procuramos arraigarlo en nuestros hijos.

- »Cada día del mes de mayo, por la tarde, cada miembro de la familia, incluidos nuestros hijos de siete, tres y un años, ofrecemos una flor al pie de la Virgen, colocada, durante esta temporada, en la entrada de la casa. Con esta ceremonia los críos están entusiasmados y poco a poco van tomando conciencia de la existencia de la Virgen, que es su Madre del Cielo y que deben quererla mucho».

Proyección de futuro

El vivir la religión desde pequeño es muy importante para luego de mayor tener una fe profunda y viva:

Un sacerdote relataba el siguiente caso:

- «Hace unos diez años vino una mujer que me pedía ayuda para que yo reconvirtiera a su marido. De pequeño había practicado la religión, pero después de la Primera Comunión dejó de hacerlo, porque sus padres se separaron, y dejaron de llevarlo a Misa. La mujer, entre sollozos, me pedía que le hiciera volver a practicar, sobre todo por sus hijos. No fue una labor fácil, pero al final este hombre volvió a recibir los Sacramentos y ahora está feliz de haberlo hecho. Realmente la fe la tenía, pero estaba dormida y solo fue necesario despertarla.

- »En cambio, hace dos años una chica, que se quería casar por la Iglesia, me pidió que intentara convertir al catolicismo a su futuro marido. Él tenía muy buena voluntad, pero hasta el momento no he podido hacerle comprender, por medio de la fe, el misterio del nacimiento de Jesús, la Santísima Trinidad... Para él es muy difícil empezar de nuevas a entender algo, para lo que hay que tener una gran fe, vivida sobre todo en la más tierna infancia. Como sus padres eran agnósticos, nunca le habían enseñado religión».

Qué noche la de aquel año: mi hijo duerme mal

La hora fatídica de irse a la cama ha llegado. Mamá, al borde del colapso por todo el día de trabajo, entabla una lucha campal para conseguir que su hijo se vaya a dormir...

Por si fuera poco, a las 3 de la madrugada y en el mejor de los sueños, el pequeño «tirano» empieza a llorar y, si ya sabe hablar, llama a mamá a grito limpio. La madre fervorosa, con los ojos pegados a la nuca, acude a consolarlo. El niño, que se las sabe todas, ha descubierto que gritando consigue atención nocturna. Y a la mañana siguiente el diablillo se despierta como si no hubiera ocurrido nada durante la noche mientras la pobre «Madona» se dispone a enfrentarse a las tareas diarias.

Si quieres modificar las malas costumbres nocturnas de tu hijo, lee este capítulo y conseguirás acabar con las noches de alboroto infantil. No te desesperes, piensa que tu hijo crecerá y con sus centímetros de más se irán las malas noches de insomnio.

Nicolás se despierta por la noche

El niño que se despierta habitualmente por la noche, agota a sus padres. Desesperados claudican a las exigencias de su hijo por tener una noche relajada: lo llevan a su cama, mamá duerme con él, lo pasean por la casa y le dan caramelos. La irritación paterna puede llegar a tal extremo, que entran ganas de estrujar a tu propio hijo o murmurar entre dientes: «Este y ni uno más». Menos mal que, al cabo del tiempo, la amnesia materna borra las noches en vela y deseas tener otro retoño. Muchos padres, cansados de entablar una batalla caótica con el peque, creen que la paz ha huido por la ventana para siempre y nunca volverán a disfrutar de la tranquilidad de recién casados, cuando no había un llorón que desestabilizaba la armonía conyugal.

Y para empeorar el asunto, al día siguiente, después de la nohcecita, como el crío parece un angelito, alegre y vital, no tienes ni siquiera derecho a enfadarte con él. Tú agotada y él tan fresco.

- «Quiero mucho a mis hijos pero por las noches a veces les agarraría del cuello y... Cuando estoy en el mejor de los sueños, el crío de un año empieza a berrear aumentando

progresivamente sus lloros, hasta que, tropezándome con todo lo que pillo, llego a su cama medio sonámbula y lo calmo. Esto me lleva media hora.

- »Con los ojos como platos, por mucho que lo intento, no consigo volver a dormir, aunque oiga con envidia los ronquidos de mi marido, que ni se ha enterado de la odisea nocturna.

- »Después de dar vueltas de un lado a otro de la cama, sobre las 4 de la madrugada, al fin cierro los ojos. Pero otra vez en pleno sueño, en el que me encontraba sola con mi marido en una isla paradisíaca, un detonante “mami, mami” penetra en la cálida playa de mis sueños

- »¡Horror! Es mi otro pequeño de tres años. Miro el reloj y son las 5 de la madrugada. Antes de que grite más alto y despierte al pequeño, me tiro de la cama. En una carrera alocada tropiezo contra la silla de paseo, que no me acordaba que se había quedado en el pasillo. ¡Menudo espinillazo! ¡Mami, mami, agua...! sigue gritando el nene, mientras tirada en el pasillo mascullo palabras poco amables, intentando ponerme en pie. Cuando logro alcanzar el cuarto de los niños ¡terror!: los dos están despiertos. Otra vez vuelta a dormirlos: un poco de agua, unas caricias, las 6 de la madrugada. Para qué me voy a dormir si dentro de una hora se despierta mi marido».

Hay muchas formas de volver a dormir a los chicos que se despiertan con facilidad.

— Mantente firme.

Si tu hijo llora de noche, instintivamente, lo levantas, lo calmas en tus brazos y lo arropas. De esta forma puedes pasarte una hora hasta que se tranquilice. Tu salud y buen humor cada día irán de mal en peor. Cuando a las 4 de la madrugada se despierte y quiera tenerte a su lado, acude en su auxilio para darle seguridad, háblale y acarícialo, pero no cedas ante su deseo de que lo cojas en brazos.

Es fundamental que el chico reciba el mensaje:

«Es inútil gritar, no vas a conseguir que te levante de la cama, duérmete de una vez». A continuación sal del cuarto, aunque el niño no se haya dormido. Si llora, espera cinco minutos y vuelve a repetir el procedimiento. Así hasta que se dé cuenta de que los paseos nocturnos por la casa, en brazos de mamá se acabaron y más vale dormirse.

— Bebidas.

Hay niños que al despertar somnolientos lo único que les calma es tomar un vaso de agua. Tratan de recordar aquellos días de alimentación nocturna, durante los primeros meses de su vida. Si quieres que beban solos el agua por la noche, sin derramarla, métela en un biberón. Y para eliminar esta costumbre, reduce de manera gradual el líquido, hasta que chupen solamente la tetina.

— Lámparas y consuelos.

Si pones una lámpara cerca de tu hijo, cuando se despierte podrá encenderla y sentir seguridad. También puedes dejar encendida una luz de baja potencia en el pasillo. Y para estar tranquila, no acostumbres al niño a dormir con chupete. Si lo tira y se da cuenta, armará un gran alboroto. Es mejor que chupe su propio dedo. No se le caerá, aunque luego, para que no le salga callo y le quites la costumbre, se lo tengas que vendar.

Juan no quiere dormir solo

Un niño acostumbrado a tu presencia hasta que se duerme, no se despertará sereno en la oscuridad.

- «La hora de dormir en mi casa es terrorífica. Desde que hago la intención de meterlo en la cama hasta que se duerme definitivamente, pasan dos horas y todo porque no quiere dormir solo. Con toda paciencia le leo un cuento, rezamos, y vuelta a empezar a veces hasta seis u ocho cuentos. Cuando voy por la cuarta historia, decido apagarle la luz y salir del cuarto. Justo al terminar mi suspiro de felicidad, porque el pequeño se ha dormido y tengo dos dulces horas por delante de relajo con mi marido, el berrido del niño se oye con intensidad. ¡Horror! Adiós a los planes de descanso.

- »La única solución es dar marcha atrás y volver sobre mis pasos para tranquilizar al niño. Me pide agua, galletas, pan, pipí, mimos, lo que sea con tal de que no me vaya de su lado. María, contrólate, me digo a mí misma. Complaciente, accedo a sus peticiones, y cuando por segunda vez cruzo el umbral de la puerta, doy mis primeros pasitos por el pasillo y me apoltrono en el sofá... ¡Adiós otra vez a la T.V., al libro y al relajo!

- »El pequeño me llama y vuelvo a contarle un cuento...

- »Ya ha transcurrido una hora y media desde que me senté por primera vez en su cama. Ahora, por fin, llevo un cuarto de hora tranquila frente a la T.V. Pero cuando más acaramelada estaba con Pepe... una carita de mono asoma por la puerta. ¡Oh no! Adiós definitivamente a la tranquilidad antes de acostarnos. Cojo al niño y me meto en su cama hasta que por fin sueña con los angelitos. Para entonces Pepe duerme profundamente en nuestro cuarto».

Para conseguir que tu hijo no te necesite a su lado mientras cierra los ojos te aconsejo:

— Cuéntale un cuento, reza con él y dile al niño que vas a abandonar el cuarto. Si llora, vuelve a entrar y con actitud firme insístele en la imposibilidad de quedarte con él hasta que se duerma.

— Utiliza una táctica gradual al abandonar la habitación:

- Siéntate al lado de la cama y no sobre ella.
- Deja de tocarlo y acariciarlo.
- Retira, poco a poco, la silla que has utilizado para contarle el cuento.
- Sal de la habitación sin armar alboroto. Si el niño percibe que te ríes, corres el peligro de hacerle creer que quieres jugar un rato con él y lo de dormirse solo es una broma.

— Trata de que las costumbres antes de irse a la cama (cuento, rezar, beso) sean finitas, aunque el niño las quiera hacer infinitas, por estar contigo. Cuando digas: «Este es el último cuento que te leo» debe ser *The Last one* y ni uno más.

— Muñecos. Llénale la cama de muñecos. Un oso, cerca de tu hijo, puede llegar a ser el sustituto de la cansada mamá.

— Anímale para que él mismo, si habla, cuente cuentos con la luz apagada a sus muñecos preferidos. Al cabo de unos minutos, termina rendido y tú desternillada de la risa, si te has puesto a oír lo que contaba, al otro lado de la puerta.

María se niega a irse a la cama

La hora de llevar al niño a la cama es un momento difícil. Estás agotada, deseas sentarte y la sola idea de pensar en el lío que tu hijo armará al llevarlo al cuarto te pone los pelos de punta.

- «Tengo una hija de tres años. Nunca encuentra el momento para irse a la cama Es una lucha diaria con ella para llevarla a dormir.

- »Se le ocurre todo a esa hora: saltar, pintar, correr, etc. Y le digo muy enfadada: “Mira, mona, has tenido toda la tarde para jugar y no has querido despegarte de la T.V. y ahora ya es tarde para alborotar”. Pero en ese momento llega mi marido, que no ha visto a la niña en todo el día y ya no hay nada que hacer: “Teresa, deja a la niña que se desfogue”, (me dice). “¿Que se desfogue? (pregunto yo). Más de lo que lo ha hecho, que llevo yo con ella desde las ocho de la mañana”...

- »No puede ser. Si cada día cedo cinco minutos más en la hora de acostarse, dentro de un mes acabaría haciéndolo a las doce de la noche. No sé qué hacer, estoy realmente desesperada...».

Si tienes los mismos problemas que esta señora te aconsejo:

— Irritarse no sirve para nada. La niña llorará cada vez más. El resultado puede ser una bomba de llanto y cansancio, que termine en una disputa, en la que intervendrá el padre enfadándose con la pobre mamá, exhausta, cuyo único propósito era llevar a la fiera a dormir.

— Lo más importante es fijar una hora y no esperar a que la pequeña se agote para dormir.

*Cuanto menos duerma,
menos necesitará dormir
y más nerviosa estará.*

Si la hora clave son las nueve, empieza con el ritual de llevarla a la cama una hora y media antes: baño, cambio de ropa y cena. Es una manera de ir concienciando al peque de que la hora de soñar con los angelitos está llegando.

Muy pocos niños, sin estar rendidos, van a la cama a la hora indicada. Marcar un tiempo límite de ir a dormir beneficia al crío, que al día siguiente se levantará descansado y también a la madre, que necesita por lo menos dos horas de tranquilidad nocturna. Pero ¡jojo!, no cantes victoria. El chico puede aparecer de nuevo en el salón. No queda más remedio que interrumpir el interesante episodio televisivo y llevarlo inmediatamente al cuarto. Si lo dejas frente a la T.V. aunque sean diez minutos, el niño comprobará que merece la pena volver a levantarse y danzar por la sala un rato.

Ana se despierta temprano

Retrasar al niño el momento de ir a la cama alarga muy poco su hora de madrugar. En chicos que duermen mal, despertarse temprano, por muy tarde que se hayan acostado, forma parte de su manera de actuar.

- «Aunque lo acueste a las 12 el niño de año y medio se levanta a las 6.30 de la mañana y no se vuelve a dormir. Eso sí, a las 2 de la tarde tiene un sueño que, como no duerma, no hay quien lo aguante el resto de la tarde.

- »Con esta vida que llevo tengo una cara malísima. He probado todos los sistemas: lo he llevado a mi cama y lo he dejado llorar. Pero nada ha dado resultado. Si lo llevo a nuestra cama, lo que hace es despertar también a mi marido y no para de botar en el colchón. Si lo dejo por la casa, es capaz de tragarse cualquier cosa. Si se queda llorando, se congestiona y total tampoco puedo dormir de tanto oírlo berrear; si lo meto en el parque, trepa y salta. Así que no me queda más remedio que esperar con paciencia a que crezca, que mi madre que vive en otra ciudad se lo lleve de vacaciones o que mi marido gane más dinero y podamos tener una cuidadora nocturna, y así nos deje dormir».

Tácticas de distracción:

— Si el niño empieza a llorar a berrido limpio, mételo en tu cuarto con un montón de juguetes. Mientras se distrae, tendida en la cama te vas quitando la pereza de encima.

— Para el niño madrugador de tres años, utiliza un despertador, que al sonar en su cuarto le indique el momento de levantarse y de entrar en tu habitación. Hazle ver que se trata de un juego y que para ganar tiene que cumplir las reglas. Es una manera divertida de evitar los asaltos a mano armada a las 6 de la mañana y de conseguir que se levante a la hora que tú pones el despertador: 9 de la mañana.

Si no obtienes los resultados deseados, piensa que el tiempo corre deprisa y cuando te quieras dar cuenta, tu hijo se habrá casado...

Marta duerme en nuestra cama

Mamá y papá un buen día permitieron a Marta, de tres años, dormir con ellos. Al principio era divertido tener a la niña embutida en la mitad del colchón. Podían dormir más tiempo por la mañana y evitaban la lucha de acostarla en su propio cuarto.

Poco a poco se fueron dando cuenta de los problemas que iban creándose: a Marta de vez en cuando se le escapaba el pis, se despertaba por los ronquidos de su padre y por las mañanas había que andar de puntillas para no hacer ruido. Era necesario poner punto final a esta situación y obligarla a dormir en su cuarto. ¡Menudo problema, después de haber estado tan consentida!

A la noche siguiente, Marta durmió en su cama, pero a las 3 y media de la madrugada apareció en el cuarto paterno. Por no organizar un escándalo los tres volvieron a dormir juntos. Al otro día mamá se propuso no ceder al capricho infantil, pero como la niña lloraba tanto, papá sabotó los planes maternos y por la paz nocturna Marta regresó al cuarto de sus padres.

Si quieres que tu hijo duerma en su propia cama, aunque estés muerta de sueño, debes ponerte firme: Cuando a las 3 de la madrugada entre en tu habitación, tan pronto como se meta en la cama, llévalo a su cuarto inmediatamente. Si empieza a berrido limpio o a gritar: *Mami te ro dormir to tío*, levántate y con cariño trata de convencerlo de que es mayor, y debe dormir en su cuarto. Si vuelve a suplicar, repite la operación.

No te olvides de que si el niño consigue una vez su objetivo de meterse en vuestra cama, todo el esfuerzo de los intentos anteriores queda anulado.

El mejor momento de iniciar este cambio es el fin de semana o en vacaciones.

Devuelves al niño a su cama por novena vez, sin sentirte perturbada por la idea de madrugar al día siguiente.

También puedes hacer el cambio de manera gradual, lleva la cama del niño a tu cuarto y empieza por cambiarle de tu cama a la suya. Una vez acostumbrado a dormir en su propio colchón, llévalo a su cuarto hasta que consigas independencia total.

La hora de dormir: la más importante

El niño pequeño, por naturaleza, a la hora de irse a la cama está más sensibilizado, que durante el resto del día, a todo lo que le rodea. Le da miedo la noche oscura sin sus padres, sin ruidos, y puede llegar a tener una sensación de terrible soledad. Por esta razón, hace todo lo posible por alargar como sea el tener que irse a la cama.

Muy pocos niños, aunque estén extenuados, se van a la cama solos.

Cuando son pequeños es el momento que más necesitan a sus padres para darles seguridad. Durante esta hora crítica los lazos de afecto paterno filiales aumentan considerablemente. En la mayoría de los casos el pedir esto y lo otro no se debe a unos mimos exagerados, sino a una necesidad de cariño, de ver la presencia del padre o madre que le tranquilice.

En vez de ponerte nerviosa y gritarle, porque tu hijo no se duerme, siéntate en su cama, acarícialo y haz que se sienta seguro. Léele un cuento y reza con él. Todo este ritual le ayudará a conciliar el sueño plácidamente, sin brusquedades. De mayor asociará la hora de dormir, con uno de los momentos más felices de su infancia.

Si tú no tienes la paciencia para aguantar a tu hijo, al llevarlo a la cama, delega en tu marido, hasta que madures y te convenzas que:

*La hora de dormir es
uno de los momentos
más importantes
en sus primeros años.*

Si pierdes los nervios, el niño tardará mucho más en dormirse y por la noche puede levantarse con pesadillas o hacerse pis, traumatizado por tu mal genio y falta de paciencia de la noche anterior.

Atenderlo por la noche no significa mimarlo. Todo lo contrario, quiere decir quererlo de verdad.

Si luego tu hijo no es cariñoso, no te lamentes, habrá aprendido en tu escuela cuando le mandabas callar y le decías: «Como no te duermas, llamo a la bruja, niño pesado».

Esas amenazas de los padres le atemorizan más y no querrá dormir

Al niño le asusta cerrar los ojos, no sabe dónde va a ir.

El mundo de los sueños, que no conoce, le asusta.

Es importante que para quitarle el miedo que al principio te quedas con el niño hasta que se duerma.

No lo maleducas. Al contrario, le irá gustando la hora de dormir, junto a su mamá y a su papá. Poco a poco se tranquilizará hasta poder prescindir de vuestra presencia.

La mágica hora de irse a la cama te da la oportunidad, si el niño ya habla, de que abra su corazón y cuente sus preocupaciones y miedos. Es el momento en que el pequeño, si le escuchas, está más dispuesto a hablar, aunque sean cuatro palabras. Aprovecha este rato para demostrarle tu cariño. A lo mejor, durante el día, por el estrés, trabajos, etc., no le has dado todo el amor físico que necesitaba.

• «Tengo una hija de tres años que llevo a la guardería. Es curioso comprobar, cómo a la hora crítica de irse a la cama es cuando me desvela sus pequeños secretitos, con su lengua de trapo, y luego se duerme sin llorar ni gritar».

Antes de llevar a tu hijo a la cama procura:

- Estar relajada.
- Olvidar tus problemas.
- Concienciarte de que ese momento es muy importante en la vida del niño.

A la hora de dormir al niño procura:

- Tener paciencia.
- Hablarle con dulzura.
- Ser muy cariñosa y no te olvides de rezar con él.

Reglas de oro para cambiar los malos hábitos de sueño

— Comprométete a cumplir a rajatabla lo que te has propuesto conseguir de tu hijo.
— Si has empezado a cambiar su conducta nocturna, no des marcha atrás, ni siquiera una vez.

— Ponte de acuerdo con tu marido sobre las técnicas que debéis seguir. Si alguno sabotea los planes del otro (se lleva al pequeño a la cama o le saca de la habitación) todo lo conseguido con el pequeño hasta el momento habrá sido inútil.

— Si estás cansada, túrnate con el padre de la criatura y continúa sin estrés la educación nocturna.

— Evita largas discusiones por la noche con el niño. Lo único que conseguirás es aumentar su cansancio y el tuyo. Háblale con ternura, pero con firmeza.

— Si el pequeño mejora recompénsale materialmente (algún regalo que le haga ilusión) o de manera simbólica (pegando una estrella en una cartulina, por cada noche que no se despierte y no vaya a vuestra cama, por ir a su cuarto a las nueve en punto...).

La excepción confirma la regla:

Un niño siempre debe dormir bien, salvo:

- Tenga alguna enfermedad.
- Le duelan los dientes.
- El cuarto y la cama sean nuevos para él.

— Tenga miedos, pesadillas o terrores nocturnos.

En estos casos no te empeñes, hasta que no se arregle la situación, en querer que cambie sus malas costumbres nocturnas.

Al fin, ¡fuera pañales!

Mamá no ve el momento de que Pepín, Luis o Teresa dejen de hacerse pis encima. Y eso que ahora, con los bragapañales, no es lo mismo que cuando nuestras pobres madres o las tatas de nuestras pobres madres lavaban todo el día las gasas de la nena.

Pero como todo en la vida tiene su momento: El nene hasta los dos años, no estará apto para dejar de mojar los «dodotis». Son muchos los «dodotis» acumulados en la cómoda y que con tan poca ilusión compra mamá.

Lee este capítulo, que te enseñará la forma más rápida de solucionar el problema del pipí diurno y nocturno.

Limpio por el día

Es un profundo error, y lo digo por la experiencia que tengo con mis dos hijas, el empeñarte en quitarle los pañales a tu hijo antes de los dos años. Si lo haces lo único que conseguirás es:

- Perder los nervios.
- Ensuciar la moqueta y alfombras de tu casa.
- Pasarte el día lava que te lava braguitas, leotardos, etc.
- Ir a la farmacia en busca de medicamentos que curen el resfriado de tu hija por tenerla «culito al aire».
- No tener tiempo para otra cosa que estar pendiente del pipí de la nena.
- De rechazo, enfadarte con tu marido porque no consigues educar a la nena.

Aunque alguna de tus llamadas amigas te pongan los dientes largos, tú tranquila, y hasta los dos años no empieces a hacer experimentos:

- «¿Tu hijo con casi dos años todavía se hace pipí encima...? ¡qué barbaridad! El mío es limpiísimo. Nada más quitarle la celulosa empezó a hacerlo en el orinal».

Y tú mientras tanto, rabia que te rabia, pensando que es tonto el nene o lo eres tú. Al año y medio intentaste durante un mes que no llevara pañales y fue un horror casero.

También para estos menesteres están las suegras, que añaden su cucharadita de...

- «Isabelita, a tu marido, desde que era un bebé de dos meses le ponía el “periquín” debajo del culito mientras tomaba el biberón... y hacía pis inmediatamente. Hoy en día no sé qué os pasa a las madres. Con tantas comodidades, no sabéis educarlos. Claro como con los “dodotis” no tenéis que ocuparos de los críos, pues, hala, a pasarlo bien».

Y tú sientes unas ganas insospechadas de darle con la bombonera en la cabeza a tu querida suegra, que no hace más que meterse con el pis del nene. Como si estuvieras todo el día cruzada de brazos, sin hacer nada.

- «Con el primer hijo pagué la novatada. Hice caso de lo que me decían los abuelos y empecé a poner el orinal al pobrecito mientras mamaba. El niño, en un acto reflejo, asociaba comer con expulsar y yo presumía de lo limpio que era mi niño.

- »Era un sistema complicado que había inventado: a la vez que abría la camisa, le desnudaba el culito y por un lado entraba y por otro salía.

- »A partir del año, lo ponía en la sillita de comer con los pañales quitados, para que hiciera pis en el orinal que llevaba incorporado este cachibache. Al principio todo iba bien y seguía haciendo pis a las horas de la comida. “Por lo menos cuatro pises que controlo” (pensaba). Como Juan, en ese momento, era hijo único, pues yo, como una tonta, todo el día con la escupidera, de la cocina al cuarto de baño. Además, entre comida y comida, el crío se continuaba mojando encima. Al cabo de unos días, a Juan le empezó a cansar eso de tener el culito al aire mientras llenaba su estómago y decidió no querer comer. Ahora era doble la lucha: comida y pis. Así resistí hasta los catorce meses. Entonces mandé a paseo los pises para mejor ocasión, cuando cumpliera dos años, y le volvía a poner el que me parecía el mejor invento para las madres: los “dodotis”.

- »Con mi segundo hijo fui más cauta. Ni me molesté en ponerle en el orinal hasta los dos años, y dejé de hacerlo al mismo tiempo que el mayor y sin tantos sofocones».

Método:

El mejor momento para quitarle los pañales por el día es a partir de los dos años. Si ves que es muy incómodo porque es invierno y estás todo el día cambiándole de leotardos con miedo a que se acatarre, espera a que llegue el buen tiempo.

En cualquier caso sigue estos consejos:

Procura establecer un horario para ponerlo en el orinal. Que se acostumbre a hacer pis a una determinada hora.

Una vez que le has quitado el pañal, no des marcha atrás, aunque tu hijo por el momento continúe regando la casa. Si lo haces, el niño entenderá que puede seguir siendo sucio.

— El día que decidas quitarle los pañales no se te ocurra pasear al pequeño por la moqueta de la casa, sin haber cubierto de plásticos la zona por donde circule.

Los primeros días de aprendizaje, procura estar mucho tiempo con él, para observar sus progresos y costumbres.

Ponle a su disposición un orinal lo más original que encuentres: con cara de pato, de cerdo, etc. y se animará a hacer pis.

Consigue que el sentarse en el orinal le resulte algo gratificante: le cuentas un cuento y le das algún juguete.

— Dile que los pañales son una porquería y solo para bebés. Que el nene es muy guapo y muy mayor porque usa el orinal.

— Si estás en la mitad del aprendizaje, procura reducir sus salidas a la calle y acortar el tiempo del niño en el parque. Al principio no querrá hacer pis más que en su propio orinal y no es cuestión de llevártelo a todas partes.

— No se te ocurra, para que no haga tanto pis, reducir su dosis de agua.

— Si decides mantenerlo culito al aire, con sandalias de goma, y es invierno, procura que la casa esté caliente. De otra forma al día siguiente, él estará con 40°... y se acabó el aprendizaje por unas semanas.

— Si no le sale el pis en el orinal, abre un grifo que lo pueda ver el niño o hazle que toque agua. Es un sistema que no falla. A los pocos segundos, si realmente tiene ganas de hacer pis, lo conseguirá.

— Y el mismo consejo que el anterior pero al revés. Si no está situado en el orinal, no se te ocurra dejarlo que juegue con el agua. Al momento estará calado.

— Que no te note desesperada o excesivamente preocupada porque puede obsesionarse tanto, que el pobrecito no acierte a saber cuándo tiene que hacer pis.

— No le avergüences delante de otros niños. Aunque todavía es muy pequeño, nota que lo comparas y, en consecuencia, que no lo quieres.

— No le castigues. Puede frustrarse por no obtener los resultados que esperabas. Ante tus gritos le entrará miedo y dejará de controlarse.

— Nunca le amenaces con un «como no hagas pis, vas a estar sentado una hora en el orinal». Es preferible, si el pis no sale, que se moje los pantalones a que coja una fobia tremenda al orinal.

— Ármate de paciencia durante el período de adiestramiento y que tu relación con el resto de la familia no se vea afectada por el pipí filial.

— No te desamimes. Algunos niños dejan de mojarse encima a las dos semanas de enseñanza y otros tardan dos meses.

— Si obtienes resultados satisfactorios, demuéstrole tu alegría. Bésale, apláudele y dile que estás muy contenta. No está de más que le compres una chuchería. Pero no cantes victoria. Continúa vigilándolo. No te sorprenda que algún día se le escape el pis en la mitad de la alfombra de tu suegra.

Palabras mayores

Me refiero al pum. Normalmente en seguida que le quitas los pañales, incluso antes, dejan de hacérselo encima por dos razones:

— Se sienten incómodos.

— Lo suelen hacer una vez al día y por lo tanto es fácil de controlar. Aunque también hay casos y casos:

«Para mí, mucho peor que quitarle la costumbre de hacerse pis encima, fue tratar de que el pum lo hiciera en el orinal, pues el niño aprovechaba que no le vigilaba, para hacerlo en un rincón y restregarlo por las paredes. No hace falta decir las consecuencias. El caso es que el chico parecía disfrutar de lo lindo haciendo esa clase de fechoría y

hasta se alegraba y se ponía contento. Menos mal que la hazaña solo duró dos semanas...».

Limpio por la noche

Mi consejo es que no empieces a quitarle los pañales por la noche, hasta que no hayas conseguido que el niño sea limpio por el día. Por dos razones:

— El método de enseñanza debe ser progresivo. Que vaya acostumbrándose a controlar su esfínter. Si por el día sabe retenerse le será más fácil hacerlo por la noche.

— Si de una sola vez le quitas la celulosa, los primeros días puedes acabar extenuada de tantos cambios de sábanas, braguitas, etc.

Normalmente el niño, alrededor de los dos años, aprende en poco tiempo a hacer pis en el orinal por el día. En cambio, enseñarle a que sea limpio por la noche es más difícil. Cuesta más y puede ser que hasta los tres años no lo consiga. Es algo perfectamente normal. Si a partir de esa edad continúa mojando el colchón, debes llevarlo a un especialista, porque podría ser la consecuencia de una enuresis (falta de continencia por la noche) por alguna causa física o psicológica. Pero como el libro abarca de 1 a 3 años, el problema de la enuresis no lo voy a tratar. En cambio, expondré un método, que puede ayudar a los padres a enseñar a sus hijos a ser limpios por la noche:

— Paciencia, paciencia:

Cuando hayas decidido quitarle los pañales por la noche, aunque no obtengas los resultados esperados y a media noche tengas que cambiarle de arriba abajo, trata al chico con mucho cariño y comprensión. Pero mantén una postura firme: que no tolere por sistema poner la cama mojada. Los padres deben hablar con él y explicarle que hacerse pis por la noche no es nada grave. Que papá y mamá no lo hacen, porque es muy sucio y que si colabora con ellos será pronto un niño limpio igual que papá y mamá.

— Gratificaciones:

No se te ocurra pegarle ni regañarle, si el chico no consigue controlarse. El pobre niño podría traumatizarse y convertirse en un enurético, que no controla el pis nocturno a partir de los tres años.

Si alguna vez deja de mojar la cama o reduce el número de veces que mancha el colchón, demuéstrale tu alegría.

Procura que las gratificaciones sean afectivas. Aunque por comprarle una chuchería, no pasa nada; incluso el pequeño puede dormirse con la ilusión: «Si no me hago pis encima, me darán un caramelo...».

— A media noche:

Si el niño duerme diez horas por la noche, es muy difícil que retenga todo ese tiempo seguido la orina en la vejiga. Los padres deben aprovechar el momento de irse a la cama, bastante más tarde que su hijo, para levantarlo y ponerlo en el orinal.

— A mí la gimnasia:

El control de los esfínteres es muy importante para retener la orina. Hay ejercicios que los fortalecen: Consisten, cuando vayas a poner al niño por el día en el orinal, en animarle a retenerse una vez haya comenzado la micción. Preséntaselo como un juego.

El resultado será que aprenderá a expulsar y retener el pis tantas veces quiera. Así que tendrá menos problemas durante la noche, a que se le salga sin darse cuenta. Inconscientemente controlará sus esfínteres, debido a los ejercicios prácticos que hace por la mañana con mamá.

— Terminantemente prohibido:

Gasas al cubo.

Muchas madres, por la comodidad de no levantarse para ver si el niño está mojado, dejan puesto a su hijo un buen paquete de celulosa por la noche. De esta manera, no aprenderá a dejarse de hacer pis, porque asociará la celulosa con el «puedo hacer pis».

— Cuidados, pero sin pasarse:

En algunos casos, el pequeño se hace pis porque sabe que sus padres le van a prestar más atención. Se da cuenta de que cuando moja la cama se ponen muy nerviosos, y es la única manera de captar su atención por la noche. Los padres tienen que hacer comprender al niño que estarán pendientes siempre de él y que por lo tanto no necesita hacerse pis para que lo cuiden.

**PARA PENSAR
PARA ACTUAR...**

Para recordar...

La mejor herencia que puedes dejar a tus hijos son sus creencias y su fe en Dios.
La familia es el lugar donde la vida de piedad enraíza con más fuerza.

Para leer...

Pedro de la Herrán y Fernando Corominas, Urgencia de la catequesis familiar.

Col. Hacer Familia, nº 15. Ed. Palabra.

Para pensar...

El día de mañana son precisamente sus creencias y su amor a Dios los que seguramente van a sacar a tu hijo de las peores crisis que pueda tener. No dejes pasar estos años sin acercarle a sus Padres del Cielo.

Para hablar...

Entre los padres:

¿Damos a nuestro hijo un ejemplo cristiano de vida?

Con el hijo:

Háblale de Jesús y María como alguien muy cercano y querido.

Para actuar...

PLAN DE ACCIÓN

«Antonio y Raúl»

SITUACIÓN:

Tenemos dos hijos. Uno de 16 y otro de 2 años.

El mayor, Antonio, está muy rebelde en plena crisis de adolescencia y ha dejado de ir a Misa. Con el pequeño, Raúl, vamos a intentar que no nos pase lo mismo cuando llegue a esa edad. Creemos que al mayor no le dimos una buena base religiosa de pequeño y ahora no sabe dónde apoyarse.

OBJETIVO:

Amor a Jesús y María.

Inculcar a Antonio y Raúl un profundo amor a Jesús y María.

MEDIOS:

La Biblia con imágenes para niños.

MOTIVACIÓN:

Cada noche nos sentamos 10 minutos con Raúl en la cama para ver y comentar la vida de Jesús en imágenes.

HISTORIA:

Desde el primer día que pusimos en marcha el plan, el niño está encantado de tenernos con él en la cama y se muestra muy interesado en las historias que le contamos.

RESULTADO:

Muy buenos. Esperamos que de esta manera el niño vaya cada vez teniendo más amor a Jesús.

GUÍA DE TRABAJO N° 22 A

TUS HIJOS DE 1 A 3 AÑOS

Capítulos 1, 2 y 3.

OBJETIVOS:

- *Adquirir la costumbre de educar en positivo.*
- *Exigir la obediencia, poca pero dando razones.*
- *Empezar a vivir la sobriedad en cosas pequeñas.*

TRABAJO INDIVIDUAL:

- 1º Una lectura rápida y otra lenta marcando lo importante.
- 2º Apuntar las dudas que surjan en la interpretación del texto.
- 3º La Educación Eficaz aconseja reconocer las actitudes positivas. Lee el capítulo 2, apartado «Positivamente» y proponte actuar en positivo. Lleva la cuenta de las veces que actúas en positivo y anótalas. Es un buen Plan de Acción.
- 4º Educar en la Obediencia, apoyándote en el capítulo 3, apartado «Obediencia». Proponte explicar el porqué tu hijo debe de obedecer, dale razones a su nivel. Anota las experiencias.
- 5º La sobriedad se empieza a vivir desde el primer año. Lee el capítulo 3, apartado «Sobriedad» y haz un Plan de Acción con tus hijos pequeños.
- 6º Es bueno que los hijos de las familias del grupo de trabajo se hagan amigos. Piensa en una propuesta concreta para proponerla a las otras familias de tu grupo: excursiones, fiestas, juegos, música, etc.
- 7º Lee el CASO: «Tengo un hijo de casi tres años». Capítulo 3, apartado «Responsabilidad». Analiza los hechos y los problemas. Anota las recomendaciones a hacer a los padres.

TRABAJO EN GRUPO:

- 1º Tratar de aclarar las dudas de interpretación que hayan surgido al leer el texto.
- 2º Contar las experiencias de cada uno en la Educación Eficaz. Anécdotas sobre los reconocimientos de actuaciones positivas.
- 3º Poner ejemplos vividos sobre la educación de la Obediencia.
- 4º Exponer los Planes de Acción hechos sobre la Sobriedad.
- 5º Comentar otros Planes de Acción realizados durante el último mes.
- 6º Seleccionar los tres mejores Planes de Acción aportados en esta sesión.
- 7º Hacer propuestas para que todas las familias del grupo, con sus hijos, se conozcan más y además lo pasen bien. Elegir una concreta y realizarla.
- 8º trabajo opcional: Dar 5 minutos para leer individualmente el CASO: «Tengo un hijo de casi tres años». Capítulo 3, apartado «Responsabilidad». Analizar los hechos y los problemas. Anotar las recomendaciones a hacer a los padres.

GUÍA DE TRABAJO N° 22 B

TUS HIJOS DE 1 A 3 AÑOS

Capítulos 4, 5 y 6.

OBJETIVOS:

- *Mejorar la actitud del padre como educador.*
- *Que los hijos solo tengan a su alcance un juego.*
- *Enseñarles a jugar.*

TRABAJO INDIVIDUAL:

- 1º Una lectura rápida y otra lenta marcando lo importante.
- 2º Apuntar las dudas que surjan en la interpretación del texto.
- 3º El padre debe ocuparse de los hijos desde que nacen. Hacer un Plan de Acción «del padre» con sus hijos pequeños (capítulo 4, apartado «El papel del padre»). La madre puede leer el capítulo 4, apartado «El papel de la madre»
- 4º Un niño solo debe tener a su alcance un juego. No se leen dos libros a la vez, ni se juega con dos juguetes a la vez. Lee del capítulo 5, las 4 primeras páginas y haz un Plan de Acción.
- 5º Educar también a tus hijos a través del juego. Si le enseñas a razonar, pensar e imaginar, le gustarán de mayor las ciencias. Estás evitando el fracaso escolar. Lee los 14 ejemplos del capítulo 5, apartado «Un programa educativo». Añade
- 5º tres más de tu inventiva. Escríbelos y actúa en consecuencia.
- 6º Prevenir es mejor que curar. Anota tres temas importantes para prevenir a la edad de tus hijos. Esfuérzate para que uno se refiera al «Cuerpo» los otros dos a la «Inteligencia» y a los «Valores».
- 7º Lee el Caso Padres de fin de semana en el capítulo 6. Analízalo y haz tu crítica. Escríbela.

TRABAJO EN GRUPO:

- 1º Tratar de aclarar las dudas de interpretación que hayan surgido al leer el texto.
- 2º Aportar, con plena libertad, qué hace cada padre en casa para educar a sus hijos.
- 3º Cada matrimonio contará los 3 ejemplos que han añadido a la lista del capítulo 5, apartado «Un programa educativo».
- 4º Comentar otros Planes de Acción realizados en el Trabajo individual.
- 5º Seleccionar los tres mejores Planes de Acción aportados en esta sesión.
- 6º Recordar entre todos los asistentes qué es la Educación Preventiva.
Poner varios ejemplos de Objetivos de Planes de Acción.

GUÍA DE TRABAJO N° 22 C

TUS HIJOS DE 1 A 3 AÑOS

Capítulos 7, 8, y 9.

OBJETIVOS:

- *Que aprenda nuevas palabras.*
- *Que desarrolle su memoria.*
- *Mejorar su limpieza, de día y de noche.*

TRABAJO INDIVIDUAL:

- 1° Una lectura rápida y otra lenta marcando lo importante.
- 2° Apuntar las dudas que surjan en la interpretación del texto.
- 3° Para no tener fracaso escolar en letras, en la adolescencia, es importante leer bien, un primer paso es hablarle para que aprenda palabras. Leer el capítulo 7, apartado «Primeras palabras» y actúa en consecuencia.
- 4° Para reforzar el punto 3° cuéntale cuentos a la hora de dormir, y al menos 8 veces el mismo cuento, así le fortalecerás la memoria. Haz un Plan de Acción.
- 5° Si alguno de tus hijos aún usa pañales, lee el capítulo 9 y recapacita sobre el tema.
- 6° Lee despacio los apartados: «Para Hablar» y «Para actuar» y actúa en consecuencia (Al final de la Parte «C»).
- 7° En el último número publicado en la revista «HACER FAMILIA» busca la sección: «Estimulación Temprana». Léela despacio y anota las dos ideas que te parezcan más originales y las dos que sean más necesarias.

TRABAJO EN GRUPO:

- 1° Tratar de aclarar las dudas de interpretación que hayan surgido al leer el texto.
- 2° Exponer los Planes de Acción hechos sobre los puntos 3 y 4 del Trabajo individual de esta guía 22 C.
- 3° Contar las experiencias que tiene cada familia sobre el uso de pañales y la limpieza. Anotar la anécdota más original.
- 4° Comentar otros Planes de Acción realizados durante el último mes.
- 5° Seleccionar los tres mejores Planes de Acción aportados en esta sesión.
- 6° Cada familia comentará las dos ideas más originales y las dos más necesarias seleccionadas de la sección de la revista «HACER FAMILIA»: «Estimulación Temprana». Anotar en la guía de trabajo del grupo las dos mejores.
- 7° Trabajo opcional: Aportar cada familia lo realizado a partir del punto 6° del Trabajo individual.

Índice

[Portada](#)

[Créditos](#)

[Introducción](#)

[PARTE PRIMERA "A" - CÓMO EDUCAR BIEN](#)

[Capítulo 1: Educación temprana](#)

[¿Por qué debo educarle a los doce meses?](#)

[No te lamentes](#)

[3 reglas de oro para una buena educación temprana](#)

[Ejercicios para estimular a tu hijo a través de los sentidos](#)

[Capítulo 2: Cómo educar bien](#)

[Dedicando tiempo](#)

[Sin perder los nervios](#)

[Con amor](#)

[Positivamente](#)

[Adelantándose](#)

[Razonadamente](#)

[Sin amenazas](#)

[Sin ridiculizar](#)

Sin comparar

Con espíritu cristiano

Ten en cuenta

Capítulo 3: Qué valores voy a inculcar

Obediencia

Proyección de futuro

Sinceridad

Proyección de futuro

Generosidad

Proyección de futuro

Respeto

Proyección de futuro

Voluntad

Proyección de futuro

Responsabilidad

Proyección de futuro

Ternura

Proyección de futuro

Sobriedad

Proyección de futuro

Orden

Proyección de futuro

Limpieza

Proyección de futuro

Para pensar, para actuar...

PARTE SEGUNDA "B" - EL NIÑO Y SU ENTORNO

Capítulo 4: El niño y su entorno

Sus abuelos

Su casa: a su cuarto

Los padres

No olvidéis

Como el perro y el gato

La separación

Sus hermanos

Cuando es hijo único

Esperando un nuevo hermanito

Cuando tiene hermanos mayores

Capítulo 5: El juego: ¿cómo le entretengo?

Reglas de oro para utilizar los juguetes

El juego como pauta de comportamiento

La tecnología

Capítulo 6: La mujer y el trabajo

Mamá ficha en la oficina

Con niños en la guardería

Con ayuda casera

Mamá trabaja en casa

Mamá es ama de casa

Para pensar, para actuar...

PARTE TERCERA "C" - JUAN VA DE ESTRENO

Capítulo 7: Juan va de estreno

Ha cumplido un año

Primeros pasos

Primeros macarrones

Primeras palabras

Amor a Jesús y María

Capítulo 8: Qué noche la de aquel año: mi hijo duerme mal

Nicolás se despierta por la noche

Juan no quiere dormir solo

María se niega a irse a la cama

Ana se despierta temprano

[Marta duerme en nuestra cama](#)

[La hora de dormir: la más importante](#)

[Antes de llevar a tu hijo a la cama](#)

[A la hora de dormir al niño](#)

[Reglas de oro para cambiar los malos hábitos de sueño](#)

[Capítulo 9: Al fin, ¡fuera pañales!](#)

[Limpio por el día](#)

[Palabras mayores](#)

[Limpio por la noche](#)

[Para pensar, para actuar...](#)

[Guías de trabajo](#)

[Índice](#)

Índice

Prólogo	3
Reglas de oro antes de empezar a leer este libro	3
PARTE PRIMERA “A” - CÓMO EDUCAR BIEN	5
Capítulo 1: Educación temprana	7
¿Por qué debo educarle a los doce meses?	7
No te lamentos	9
3 reglas de oro para una buena educación temprana	10
Ejercicios para estimular a tu hijo a través de los sentidos1	10
Capítulo 2: Cómo educar bien	12
Dedicando tiempo	12
Sin perder los nervios	14
Con amor	16
Positivamente	18
Adelantándose	19
Razonadamente	20
Sin amenazas	21
Sin ridiculizar	21
Sin comparar	22
Con espíritu cristiano	22
Ten en cuenta	22
Capítulo 3: Qué valores voy a inculcar	23
Obediencia	23
Proyección de futuro	24
Sinceridad	25
Proyección de futuro	26
Generosidad	26
Proyección de futuro	27
Respeto	28
Proyección de futuro	28
Voluntad	29
Proyección de futuro	29
Responsabilidad	30
Proyección de futuro	30

Ternura	31
Proyección de futuro	32
Sobriedad	32
Proyección de futuro	33
Orden	34
Proyección de futuro	35
Limpieza	36
Proyección de futuro	36
Para pensar, para actuar...	38
PARTE SEGUNDA “B” - EL NIÑO Y SU ENTORNO	45
Capítulo 4: El niño y su entorno	47
Sus abuelos	47
Su casa: su cuarto	50
Los padres	52
El papel del padre	53
No olvidéis	54
Como el perro y el gato	55
La separación	56
Sus hermanos	56
Cuando es hijo único	56
Esperando un nuevo hermanito	56
Cuando tiene hermanos mayores	59
Capítulo 5: El juego: ¿cómo le entretengo?	61
Reglas de oro para utilizar los juguetes	63
El juego como pauta de comportamiento	64
La tecnología	64
Capítulo 6: La mujer y el trabajo	66
Mamá ficha en la oficina	66
Con niños en la guardería	66
Con ayuda casera	69
Mamá trabaja en casa	71
Mamá es ama de casa	72
Para pensar, para actuar...	76
PARTE TERCERA “C” - JUAN VA DE ESTRENO	82
Capítulo 7: Juan va de estreno	84

Ha cumplido un año	84
Primeros pasos	85
Primeros macarrones	86
Primeras palabras	87
Amor a Jesús y María	88
Proyección de futuro	89
Capítulo 8: Qué noche la de aquel año: mi hijo duerme mal	90
Nicolás se despierta por la noche	90
Juan no quiere dormir solo	92
María se niega a irse a la cama	93
Ana se despierta temprano	93
Marta duerme en nuestra cama	94
La hora de dormir: la más importante	95
Antes de llevar a tu hijo a la cama procura:	96
A la hora de dormir al niño procura:	96
Reglas de oro para cambiar los malos hábitos de sueño	96
Capítulo 9: Al fin, ¡fuera pañales!	98
Limpio por el día	98
Palabras mayores	100
Limpio por la noche	101
Para pensar, para actuar...	103
Guías de trabajo	109
Índice	115