

# Casi casi valientes

Por momentos parecen convertirse en audaces e inalcanzables exploradores, pero, a su vez, da la sensación de que retroceden cuando salen corriendo desesperados en búsqueda de sus mamás.



**M**artina hace un escándalo atroz cuando debe quedarse con la niñera, Benjamín se esconde debajo de la pollera de su abuela cuando salen juntos a la calle y se encuentra con gente desconocida, Bastián llama a gritos a su mamá para dormirse agarrado de su mano y Juana se alborota cada vez que algún pájaro pasa volando cerca de ella. ¿Qué les sucede? ¿Por qué semejantes reacciones? Si cada día que transcurre se los nota más independientes, más hábiles y más capaces de hacerse entender, ¿esta actitud temerosa significa un retroceso en su desarrollo?

Según los especialistas, se trata de un proceso habitual. **A partir de los dos años de edad, el comportamiento se expande, pero a la vez aparecen la vergüenza y las dudas, que los retraen.** Se lanzan a explorar, pero de repente se frenan, avanzan un poquito y retroceden. No resulta ser un comportamiento extraño. Cualquiera que se enfrente a situaciones nuevas –incluso nosotros, los adultos– posiblemente lo hará con miedo o tomando recaudos.

Ahora más deambuladores, los pequeños también pretenderán «inspeccionar el mundo, pero no dejarán de mirar hacia atrás buscando la aprobación y el cuidado de sus padres», detalla la psicóloga Alejandra Politis. Sumado a eso, «comienzan a tomar mayor conciencia de los peligros y a diferenciar más fuertemente a las personas conocidas de las desconocidas, y a cuidarse particularmente de estas últimas», especifica.

## Acá estamos... ¿seguros?

A los chicos podemos ofrecerles una variedad de situaciones para que se enfrenten a experiencias versátiles. Si los dejamos la mayoría del tiempo en un ambiente cuidado, «encorsetados» en las mismas actividades y con las mismas personas, ¿cuándo salgan de ese entorno podrían desbordarse? No precisamente, pero sí mostrarse más retraídos con las personas que se encuentren fuera de ese círculo en el que se los tuvo conte- →





## No le contagies tus miedos

El exceso de protección perjudica a tus hijos. No podés brindarles seguridad si les das a entender que te asusta cada acción que ellos llevan a cabo. Evitá frases como: «No seas miedoso», mejor alentalos con oraciones exclamativas del estilo: «¡Sos una valiente! ¡Sos un campeón!». Y recordá que las comparaciones resultan odiosas y perjudiciales. Cada chico avanza a su ritmo: particular y desigual.

nidos. A su vez, podrían tener más dificultades para resolver problemas con pares si siempre estuvieron al cuidado de adultos sin relacionarse con pequeños de su edad.

Esto no significa que debamos estar continuamente planeando actividades tan variadas como emocionantes, sino que intentemos adaptar a los chicos a toda clase de circunstancias que, tarde o temprano, se les van a presentar, «acompañando las rutinas y costumbres familiares, si son sanas y adecuadas. Es conveniente evitar exponerlos a situaciones de manera artificial. Solo irán incorporando estos aprendizajes al copiar los modelos de sus padres y pares», destaca Politis. Llevarlos al campo, al parque, a la casa de unos amigos, que vengan otros compañeritos a la suya... Experimentar es, en resumen, la base de su aprendizaje y de su maduración.

## ¡Es tu turno, hijito!

Además de enfrentarlos a situaciones diferentes, hay que estimularlos para que actúen. Así se crea en ellos la confianza en las posibilidades que tienen de intervenir y en las consecuencias de sus hechos. De tal forma, se afianzan los sentimientos

de autoestima, lo que los anima a seguir adelante y a no quedarse estancados.

Resulta tan necesario que experimenten por su cuenta con cierto grado de autonomía como ayudarlos a crear una sana desconfianza, determinado recelo que sirva para no poner en peligro su seguridad. Además, es esencial que adviertan que cuentan con la ayuda de papá o mamá. Y es importante no exponerlos a situaciones para las que no estén preparados porque eso podría aumentar sus miedos y vacilaciones.

Los psicólogos llaman «chicos bien vinculados» a los seguros, que sienten la existencia de una persona, generalmente sus progenitores, que están siempre ahí para protegerlos a nivel afectivo de las ansiedades o angustias. Por lo que hay que ser coherente con lo que se les dice a los pequeños y lo que uno realiza finalmente. «Por ejemplo, si les decimos que no se inquieten ante la presencia de un perro, pero cuando nos acercamos a uno inmediatamente los alzamos, no concordará lo que se le transmitió con lo que se hizo».

## Vamos a experimentar

«Mi hija mayor no se despegaba de mí, en cambio, a la más chiquita tenía que perseguirla por todos lados», confiesa Verónica. Tal como ella, algunos padres se preguntan si existe cierta predisposición a buscar un apoyo. Para los expertos, si les transmitimos a los chicos serenidad, confianza en sí mismos, seguridad de que están protegidos, esa vulnerabilidad disminuye significativamente. Ante un mensaje coherente, que les contagie certidumbre, se sentirán protegidos y se animarán a enfrentar lo que se propongan.

Por eso, nuestra reacción cuando el pequeño nos reclama, asustado, es un punto clave. La postura correcta es mostrarnos tranquilos, no excesivamente preocupados por su actitud. Conviene no engañarlo, es decir, si el pavor que muestra es auténtico, no tenemos que convencerlo de lo contrario porque podría sentirse incomprendido. Mejor estimularlo a que se vuelva a enfrentar con las diferentes circunstancias, pero teniendo en cuenta sus habilidades a nivel psicomotriz y emocional. Porque «si sus capacidades están acordes con la situación no debería evitarse exponerlos a ellas por miedo. Lo ideal es incentivarlo para que pueda ir superándolo, pero sin imponérselo, porque obligarlo a algo que le causa sobresalto podría producirle un efecto contrario: agrandar su temor», sintetiza la psicóloga Alejandra Politis. Y es por eso que, en definitiva y como colofón, el objetivo es favorecer sus éxitos y disminuir sus fracasos. **SP**

