

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

JUEVES 04 DE AGOSTO DEL 2016

EL TEMA DE HOY

NIÑOS AL CUIDADO DE LAS NIÑERAS Y SUS CONSECUENCIAS

Especialmente en edades tempranas, con los niños el tiempo es oro, es decir, a la hora de generar con ellos lazos afectivos, conocimiento mutuo, apego, relación personal, autoridad, etc... este tiempo adquiere un valor incalculable.

De allí la importancia de que nunca olvides un principio básico de educación: Necesitas invertir de tu presencia, tu tiempo, olvidarte un poco de ti mismo para dedicarlo a los demás, pues a la hora de establecer vínculos afectivos solo será posible si estas allí.

Sin embargo, existen madres y padres que no ejercen la crianza de sus hijos, más bien la confían a alguien más, en cierto modo, buscando quien los sustituya.

Los niños y niñas tienen madres y padres, pero ante todo, tienen niñeras que los cuidan las veinticuatro horas del día, y **en la mayoría de los casos los llevan al colegio, les preparan la comida, los bañan, los llevan a las fiestas, les cuentan cuentos antes de dormir, juegan y cantan con ellos, los consuelan si tienen miedo a la oscuridad etc.** ¿Qué está ocurriendo? Simplemente, que las niñeras pasan más tiempo con los niños y, por tanto, tienen más oportunidades de compartir confidencias y conocerlos mejor.

Existen muchos casos, en donde pudiera existir un desapego de los padres hacia sus hijos y que éstos sustituyan este afecto por el de sus nanas. Hasta para llevar a los niños al doctor que es algo básico que

hagan los padres, en ocasiones hasta en eso están las niñeras, por lo que el pediatra les explica todo el tratamiento a ellas.

En algunos casos, las mamás que ocupan los servicios de nanas o empleadas domésticas que a la vez son cuidadoras, lo hacen no tanto por necesidad, ya que no siempre es por el empleo sino por comodidad y hasta por estatus.

Consecuencias.

¿Es este desapego de los padres hacia sus hijos al confiarle el cuidado de los pequeños a una empleada, tan negativo? Sí, ya que puede confundir afectivamente a los menores.

Pues las madres y los padres no están con sus hijos el tiempo suficiente para establecer una relación afectiva lo suficientemente intensa como si la establecen con sus niñeras.

Lo malo es que las nanas o niñeras son empleadas, que con el tiempo se van a ir y para esto los niños ya crearon "lazos muy estrechos y eso les genera una pérdida y un dolor".

Este fuerte vínculo afectivo que establecen los niños con sus nanas puede provocar una imitación de costumbres, valores y hasta de carácter que no siempre son los más correctos, además les permiten una libertad desmedida de hacer cosas como por ejemplo ver televisión antes de hacer la tarea, vestirlos sin que ellos tengan que realizar el menor esfuerzo, o prepararles otra cosa de comer cuando no les gusta la comida que hay en casa, entre algunos otros inconvenientes.

Pero la verdad, ¿quién las puede culpar? A final de cuentas la verdad es que **las nanas no siempre son institutrices**, y es que ya tienen mucho trabajo que hacer con el hecho de estar al cuidado de los niños.

También es importante recalcar que cuanto más tiempo pasan lejos de los padres, los niños se portan peor, se vuelven más agresivos y más desobedientes.

Los niños necesitan calidad de tiempo afectivo. **“Se puede delegar en las nanas algunas cuestiones de higiene y alimentación, pero los hijos necesitan tiempo de vinculación con los padres”.**

La responsabilidad de educar a los niños es de los padres, las nanas solo son una ayuda.

Pasa tiempo con tus hijos.

Los estudios han encontrado que los niños mayores con padres participativos tienden a tener menos síntomas de depresión y problemas conductuales, y unas tasas más bajas de embarazo en la adolescencia. En cuanto a los niños pequeños, los papás pueden tener efectos sobre el desarrollo del lenguaje y la salud mental.

Por ejemplo, se ha demostrado que los papás son más propensos a utilizar palabras cuando hablan con sus bebés e hijos en edad preescolar. Pues con frecuencia animan a sus hijos a explorar y arriesgarse, mientras que las mamás ofrecen estabilidad y seguridad. Ambas cosas tienen su espacio y son indispensables.

Pregunta a tus hijos qué les gustaría hacer contigo. No solo esperes a que ellos te lo digan, ni procures siempre adivinar qué es lo que es divertido para ellos. Pregúntales qué es exactamente lo que les gustaría hacer contigo si pudieran pasar dos horas ininterrumpidas juntos. Sus respuestas podrían sorprenderte.

Escucha todo lo que te dice, presta atención a sus palabras y también a la comunicación no verbal. A veces sus gestos o sus movimientos dicen mucho más que sus palabras. Aprovecha el momento y cuéntale

a él/ella como te ha ido a ti en el día, qué cosas has hecho, ábrete a tu hijo/a para que también él/ella se abra a ti.

Procura pasar tiempo a solas con cada uno de tus hijos. Nada mejor para aumentar su autoestima y sensación de proximidad contigo que pasar tiempo a solas, además que les das confianza y seguridad en sí mismos, ayudándoles a alcanzar una mayor madurez emocional.

Dedícale a cada uno de tus hijos al menos media hora al día, compartiendo, jugando, conversando. No es necesario que se trate de una salida siempre; si dispones de poco tiempo transforma las actividades cotidianas en “momentos compartidos”, preparar la cena, recoger los juguetes, el baño de los más pequeños, puede ser ir juntos a las compras, pasear juntos al perro, seguro que de todas las cosas a desempeñar hay alguna en la que tu hijo/a pueda colaborar y ayudar.

Cuando no tienen que compartir tu atención con un hermano, seguramente conocerás un aspecto de ellos que no sale a relucir cuando toda la familia está junta. Disfrutarás de una buena relación con ellos y harás que se sientan más felices.

Mientras juegas, tus hijos se forman y tú te relajas y te distraes de las obligaciones. Esos momentos que pasan juntos son vínculos que se van afianzando y haciéndose cada vez más fuertes. Es un buen momento para decirles lo mucho que los quieres.

Involúcralos en tu vida profesional y social. No se trata de que compartas absolutamente todo con ellos. Son niños, pero sí de vez en cuando los llevas a tu oficina o a tomar café con tus amigos/as, disfrutarán de conocer tus otras facetas. Les costará menos aceptar que tienes que ir a trabajar o que vas a salir con tus amigos/as, si ven en esas situaciones. Explícales que es igual que cuando ellos van a la escuela, si están en esa edad.

Recuerda que todo es transitorio. Si tienes una época de más trabajo de lo habitual o que tu calendario parece más lleno de lo normal, recuerda que esto no es para siempre.

Habla a menudo con tus hijos y transmíteles tu amor y tu apoyo. Si los niños se sienten queridos y comprendidos, cualquier tiempo que pasen contigo será bien recibido y bien disfrutado.

Apelando al corazón de las madres y los padres cabe decirles: “Pasa más tiempo con tu hijo/a, y utiliza menos a la niñera”.

Las consecuencias de desapegarse de los hijos pueden ser muy negativas a largo plazo. Lo mejor es para quienes tienen niñeras a su servicio, balancear el tiempo que pases con tus hijos y el tiempo que ellos pasan con las niñeras.

No hay nadie que pueda sustituirte como Padre o Madre. Lo que no se logre en esos primeros años difícilmente se va a lograr en la pubertad y adolescencia.

Si consideras que es tu caso y no sabes cómo manejarlo es de vital importancia que asistas ayuda psicológica, para que puedas a tiempo fortalecer los lazos que tus hijos necesitan.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Pagina Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.

Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.

