



## CONOCIENDO A NUESTROS HIJOS EN EDAD PRE-ESCOLAR

*Ps. Josefina Uriarte G.*

**V**ivimos en un mundo rápido y variable, donde se valora la eficiencia, la capacidad de adaptación a los cambios y el cumplimiento de metas y objetivos. En este sentido, los padres tienen múltiples exigencias, tanto de su mundo laboral, relaciones sociales y de pareja, manejar el estrés y tener tiempo de calidad junto a sus hijos. Mantener el equilibrio de todos estos factores no es algo fácil, a lo que se suma el hecho de que el vincularse con un niño pre-escolar muchas veces implica un desafío. En esta etapa de desarrollo, los niños poseen un mundo interno rico en fantasías, sueños, miedos e inseguridades, por lo que lograr comunicarnos con ellos, saber qué les ocurre, cuándo y cómo lo viven muchas veces implica un reto.

### **Para crear un ambiente constructivo, debemos conocer a nuestros hijos**

En primer lugar, se ha visto que si los padres desafían a sus hijos centrándose en sus recursos y potencialidades, es más probable que generen un entorno que estimule lo mejor de ellos. Y cuando se dice lo mejor, tiene que ver con que las expectativas de los padres hacia sus hijos tengan que ver más con quienes son y menos con lo que los padres esperan de ellos. Para lograr esto se les debe conocer y, para ello, prestarles atención. ¿Qué significa esto? Visualizar a nuestro hijo, comunicarnos con él, dejando de lado lo que estamos haciendo. Si desea hablar acerca de su trabajo en clases de arte o de lo rico que estuvo su almuerzo, permitirle que nos cuente sin interrumpirlo, para luego verificar y reflejarle lo que entendimos “¡Al parecer tuviste un día feliz en el colegio!”. Y recordar que la mayoría de las veces no

esperan un consejo, sino simplemente ser escuchados. En ocasiones parece formativo decirles “Ya no alegres, eso no es nada... si supieras mi día hoy en el trabajo”, sin embargo, se debe tener en cuenta que la realidad para ellos es distinta a la nuestra, sus penas, rabias y temores son considerables, pues poseen menos recursos de elaboración y experiencias que les ayuden a confrontar sus angustias. Si tenemos algo para decirles, es mejor hacerlo en pocas palabras – 30 segundos – evitando dar largas charlas y luego preguntarles qué opinan o qué entendieron de lo conversado. A la vez, estar atentos a las posibles señales no verbales que indiquen que el niño dejó de escuchar o que está aburrido, como la inquietud y falta de contacto visual. Por último, es importante ser conscientes durante la conversación de nuestro tono de voz, lenguaje apropiado para la edad y postura corporal. Al posicionarnos físicamente a la altura de nuestros niños cuando les hablamos, beneficiamos el contacto visual y minimizamos la posible intimidación que se produce al hablarles desde arriba.

### **¿En qué contextos o momentos del día me puedo comunicar con mis hijos?**

Como se mencionó en un comienzo, en la actualidad parece ser difícil encontrar momentos donde no estemos apresurados u ocupados en nuestros deberes. Por lo mismo, es bueno aprovechar las mismas actividades de rutina como instancias de vinculación afectiva. Como cuando los preparamos para darse un baño, en el auto camino al colegio o en el supermercado. Otra instancia puede ser cuando rezamos junto a ellos en la noche y aprovechar la oración y



sus peticiones para comunicarnos con ellos. Todos estos son momentos que permiten conversaciones espontáneas y enriquecedoras. Si no nos resulta que nos hablen preguntándoles directamente cómo están, en ocasiones los niños se sienten más predispuestos a compartir y conversar mientras construyen algo, juegan a las cartas o, a través, del dibujo y expresión artística.

### **¿Qué otras actividades nos ayudan a relacionarnos con nuestros hijos?**

Un estudio de la Universidad de Pennsylvania, publicado por la revista *Early Childhood Education Journal* en julio de 2017, enfatiza la importancia de experiencias formativas fuera del contexto escolar formal. Los museos y librerías, están considerados como espacios críticos que proveen actividades enriquecedoras y didácticas para niños. Los museos son tesoros de conocimientos, donde se pueden conectar con su pasado de forma interactiva y diferente. Al igual que las bibliotecas públicas en Santiago, que permiten descubrir y gozar la lectura, al mismo tiempo que desarrollan la comunicación y disfrute en familia.

Por otra parte, actividades recreativas como ir a la plaza o acompañar a los niños a realizar algún deporte son instancias que enriquecen la relación con los hijos. Las actividades físicas a esta edad, además de potenciar la socialización y desarrollo de destrezas físicas, pueden ser una fuente de diversión familiar.

Por último, no se puede dejar de mencionar el juego como una actividad relevante para esta etapa, donde los niños se desarrollan física y emocionalmente, al tiempo que estimulan su inteligencia y creatividad. Pero además de ello, mediante el juego disfrutan y fortalecen su autoestima, pues se sienten valorados al jugar junto a sus padres. El juego favorece y facilita la comunicación, ya que mediante él los niños se expresan espontáneamente, transmitiendo lo que son y piensan. Una buena idea es crear junto a nuestros hijos muñecos de papel y representar un cuento creado por ambos y así descubrir sus fantasías y pensamientos, fomentando su imaginación. ¿Cuándo hacerlo? Si no disponemos de tiempo suficiente para hacerlo en casa, aprovechar las actividades de rutina diarias. Por ejemplo, jugar al “Veo, veo” en el supermercado, donde por turnos cada uno diga qué ve y el otro intente adivinarlo. O en un restaurante, mientras esperan la comida, usar el menú para hacer una búsqueda de letras.

En definitiva, para estimular y potenciar positivamente a nuestros hijos se les debe conocer, visualizarlos desde quienes son y no desde nuestras preconcepciones y expectativas. Para ello, buscar momentos de conversación efectiva, realizar actividades diferentes y recreativas durante los fines de semana y jugar, son instancias donde se facilita el contacto afectivo entre padres e hijos, las cuales proveen de un ambiente constructivo para su desarrollo.