



## “ANTES NO ERA ASÍ”: CAMBIOS EN LOS NIÑOS PREESCOLARES

Ps. María Piedad Albornoz

“ ¡Nunca me había respondido de esa manera!”, “¿Qué le pasa que ahora decidió no comer este tipo de comida?”, “Pero si mi hijo nunca había dicho mentiras”. Este tipo de comentarios son frecuentes en los padres de niños de jardín infantil, pre-kínder y kínder, pues en estos años es esperable notar múltiples cambios en su comportamiento. Éstos nos hablan tanto del desarrollo madurativo de los niños, como de su funcionamiento socioemocional. Ahora, es importante intentar distinguir un comportamiento que es propio del desarrollo del niño, de aquel que puede ser una señal de alerta en cuanto a una posible necesidad de apoyo. Dar lineamientos generales para trazar esta línea divisoria es difícil, pues cada niño es diferente y se expresa de una manera distinta. Sin embargo, es importante tener en cuenta algunas consideraciones generales para enfrentarse a los cambios en niños preescolares.

Para comenzar, es relevante señalar que los cambios en el comportamiento pueden deberse a múltiples causas y suceden a diferentes ritmos. Existen muchos cambios que van acorde a la etapa del desarrollo en la que el niño se encuentra. Ejemplo de ello son la aparición de conductas en la línea opositorista alrededor de los dos años, los cuales nos hablan del proceso de individuación propio de esta etapa. Los niños van dándose cuenta de que no son una extensión de sus padres, sino que son personas que pueden elegir ciertas cosas, que tienen gustos específicos y preferencias individuales. Por esto es que el “no quiero” comienza a ser una expresión habitual, la cual demuestra que el niño está logrando desarrollar su identidad como un ser diferenciado del otro. Este proceso puede generar ciertos “conflictos de poder” en casa, por lo que, es recomendable que cuando el niño

manifieste que no quiere hacer algo, el adulto valide lo que éste siente y le entregue dos alternativas para cumplir la instrucción o norma. Por ejemplo, si un niño señala que no quiere comer, entonces se le puede proponer que él elija si quiere partir por la ensalada o el plato principal, o si quiere comer en una mesa o en la otra. Si un niño no quiere ordenar los juguetes, entonces se le puede ofrecer que elija si quiere guardar primero los bloques o los autitos. Esto permite que el niño satisfaga la necesidad de auto-afirmarse.

Siguiendo con cambios propios de la etapa del desarrollo, es importante mencionar que alrededor de los tres años, expresiones como “yo no fui” comienzan a ser muy recurrentes. Y es que las mentiras surgen aproximadamente desde los dos años y medio y generalmente aumentan con la edad, particularmente entre los tres y siete años (Lee, 2013). Este fenómeno se puede asociar al desarrollo de ciertas habilidades cognitivas (Evans et al. 2011), pues aparecerían cuando el niño logra razonar sobre los estados mentales de otras personas y cuando se da cuenta de que sus propios pensamientos, deseos y creencias son diferentes a los de otras personas. Las mentiras son la prueba de que los niños entienden que ellos pueden contar con información que otros no tienen. De aquí la relevancia de ir mostrándole a los niños desde pequeños el valor de la honestidad con razones concretas y en un ambiente de contención y protección. Hablar de la importancia de la sinceridad de manera general y sin estigmatizar al niño con expresiones como “eres un mentiroso”, es muy importante. Además, si el niño nota que cada vez que dice la verdad, tiene un castigo, entonces es posible que aprenda a ocultarla por miedo a lo que pueda suceder.

Los cambios en el comportamiento nos hablan también del desarrollo socioemocional de nuestros niños y de su respuesta a situaciones nuevas o estresantes. Es importante tener en cuenta que el comportamiento o conducta es la cara visible de un conjunto de emociones, creencias, deseos y necesidades individuales. En los últimos años, se ha propuesto ver la conducta como la punta del iceberg que esconde bajo la superficie diversas experiencias subjetivas. Al respecto, muchos padres y profesores intentan entender la conducta de los preescolares, con preguntas a los niños como: “¿qué te pasa?”, “¿por qué haces eso?” o “¿qué quieres lograr con esto?”. Sin embargo, la respuesta que obtienen no les satisface, pues el infante no es siempre consciente de las razones que lo llevaron a actuar de una manera determinada y/o no sabe cómo expresarlas. Por esto, es importante poder conocer a nuestros niños y mirar el comportamiento de manera individualizada para poder reflexionar sobre lo que está bajo la conducta. Debemos saber qué le gusta, qué cosas le molestan, qué cosas le aburren, qué cosas le interesan, qué cosas gatillan ciertos comportamientos y qué tipo de contención emocional le ayuda a calmarse y a sentir seguridad a cada niño/a. Esto permite que como adultos les podamos ayudar a traducir su experiencia y a entender lo que sucedió, para así poder acordar reacciones adaptativas en conjunto.

Una estrategia simple que puede usarse para reflexionar con los niños sobre la conducta, es la lectura de cuentos. Esto puede hacerse a través de preguntas que inciten al niño a reflexionar en cómo se sentiría él en el lugar del personaje, qué cree que está pensando el personaje, qué hubiera hecho en su lugar o qué otra cosa podría haber hecho el personaje. Estas preguntas dan pie a una conversación fructífera en torno a las experiencias positivas y dificultades que podría estar vivenciando el niño en su entorno. Cabe destacar que para los niños pequeños (dos-tres años), puede ser difícil responder a estas preguntas, por lo que se sugiere usar caritas de emociones que den cuenta del estado emocional del personaje.

La reflexión del adulto frente a un cambio de comportamiento específico, debería estar centrada en lo que se esconde bajo la superficie del iceberg, en aquellas necesidades que el niño puede estar intentando satisfacer y en las emociones y creencias asociadas a ello. Las necesidades que esconde la conducta, pueden ser necesidades fisiológicas como la falta de sueño, el hambre o falta de hidratación, como también necesidades afectivas: la necesidad de sentirse seguro, de sentirse escuchado, la necesidad de sentirse competente, la necesidad de sentirse libre, entre otras. Adicionalmente, la reflexión debería centrarse en las formas que tiene el adulto para ofrecer contención y fomentar regulación. Reflexionar sobre lo que me pasa a mi como adulto cuando mi hijo/a o estudiante muestra un determinado comportamiento, es fundamental. Este ejercicio ayuda a determinar qué tipo de reacción emocional del adulto ayuda al niño.

El llamado general es a estar atentos a las señales de cambio que muestren nuestros niños para intentar entender a qué pueden estar respondiendo, y así ayudarles a comprender lo que sienten, validando la experiencia en un entorno de seguridad. El contexto de crisis que vivimos, puede agudizar ciertos cambios en la conducta, por lo que es importante evaluar cuánto interfieren en los diferentes escenarios de la vida (familiar, escolar y social) para evaluar una posible necesidad de apoyo profesional individualizado. La interferencia podría manifestarse cuando los niños dejan de hacer cosas que antes hacían tranquilamente, como por ejemplo, que ya no quiera ir a la plaza por miedo a separarse de su mamá, a pesar de que antes disfrutaba de esas instancias. Otra posibilidad, es que veamos que sus experiencias están siendo limitadas porque no logran participar en actividades nuevas. También, si los cambios conductuales están afectando fuertemente la convivencia familiar, entonces puede ser adecuado buscar ayuda profesional, pues consultar oportunamente permite un trabajo más eficaz. Nuestros niños cambian y nosotros como adultos también, la clave está en hacer de esos cambios una oportunidad de crecimiento y aprendizaje socioemocional.

