



Temperamento y ambiente: dos ingredientes claves.

Ps. Dominique Dattas G.

● **Has notado alguna vez cómo dos niños/as de 3 años pueden reaccionar de manera muy distinta frente a una misma situación?** Si situamos a dos niños de esa edad en un escenario común, por ejemplo, su primer día en el Jardín Infantil, encontraremos al que rápidamente entra a la sala, corre, se dirige a los juguetes y se acerca a otros niños para interactuar. En contraste, observaremos al que, con el simple hecho de llegar al lugar, se muestra más temeroso, inhibido, habla poco y no se despega de la figura significativa que lo acompaña en ese momento. Ambas reacciones se repiten en otros contextos similares, las cuales parecieran ser formas muy opuestas de acercarse y enfrentar un nuevo entorno.

En la situación descrita vemos cómo se puede desplegar el **temperamento**, pero **¿qué significa este concepto?** “... es un conjunto de características biológicas con las que nacemos, que determinan de manera significativa cómo experimentamos el mundo y, por lo tanto, cómo nos aproximamos a él”. (Cardemil, 2020, p. 42). Existen distintos tipos temperamentales y si nos remontamos a la primera infancia, podemos ver con mayor claridad cómo se van desarrollando, a diferencia de edades más tardías, donde **el ambiente ya ha ejercido bastante de lo suyo**.

Para hacernos una idea de cómo el temperamento se desa-

rolla en nuestros hijos/as, **existen ciertos rasgos que podemos ir discriminando** y que nos permiten definir de mejor manera el perfil que se ajusta a ellos. Incluso, a nosotros mismos como adultos.

Entre los rasgos que podemos encontrar están: el **nivel de actividad** que presenta un niño, qué tan fácil se le hace llevar la **regularidad de los ritmos biológicos**, la **intensidad con que siente las emociones** y cómo reacciona, **qué tan sensible es a los estímulos sensoriales del ambiente**, el **estado de ánimo** que predomina en general, la **reacción que presenta frente a situaciones nuevas**, la **capacidad de adaptarse a los cambios**, la **persistencia** en acciones y en último lugar, **qué tan perceptivo es mi hijo** a estar atento a su entorno (Cardemil, 2020).

En base a lo anterior, es inevitable que como padres nos preguntemos; **¿cómo se presentan en mi hijo/a estos rasgos?** y **¿en qué nivel se encuentra cada uno?** Para poder identificarlo es posible pensar en **un nivel alto, medio o bajo**; siempre y cuándo se tenga en cuenta que es difícil poder encasillar fielmente a un niño en cada una de las categorías. Incluso, éstos pueden combinarse y dar cabida a distintos perfiles temperamentales.

Por lo mismo, más que tener el perfil exacto, lo relevante pareciera ser el poder construirnos una imagen general de

nuestro hijo/a y recoger aquello que se hace evidente. Sin embargo, **¿de qué nos sirve tener esta información?**

Retomando el ejemplo del primer día de Jardín Infantil, en el cual el segundo niño presentaba una actitud más temerosa frente a lo nuevo (a pesar de que no sabemos cómo se comporta en otros rasgos), ya tenemos la información de que para él es estresante incluirse con facilidad a lo novedoso. Esto mismo nos permite **comprender mejor qué le ocurre, empatizar con lo que vive y buscar maneras de acompañarlo, por ejemplo, dándole tiempo para observar, mostrándole que el lugar es seguro y explicándoles a los adultos que lo acompañarán en este nuevo desafío.**

Básicamente, tener una idea del temperamento del niño, nos permite conocerlo mejor. En la medida en que sabemos cómo se enfrenta en la interacción con los demás y con su entorno, **como padres podemos ser más sensibles a sus señales y anticiparnos de mejor manera a lo que necesita ese hijo en particular. Antes de desesperarnos, evitar o adaptar aquello que le dificulta, nos permite estar atentos a qué necesita ir trabajando con nuestro apoyo.**

También podemos observar el caso contrario, esto es, un niño que se aproxima sin miedo a lo nuevo, que logra sumarse, pero **siente sus emociones con mucha intensidad y es muy sensible a los estímulos del ambiente.** En ese caso, nos podemos encontrar con un niño que, en un lugar con mucha información ambiental, podrá verse sobre

estimulado, muy enérgico y, frente alguna situación pequeña que lo pueda frustrar, probablemente se muestre con alta reactividad emocional. **Desde el rol parental, conocer este funcionamiento nos ayuda a tener en mente la posibilidad de presentarle estímulos de forma más moderada -siempre que sea posible- y tendremos presente que le costará más alcanzar la calma, necesitando de mayor contención de nosotros para regularse.**

Tener una idea del temperamento del niño, nos permite conocerlo mejor y así acompañarlo adecuadamente en su proceso de interacción con los demás y con su entorno.

En síntesis, los distintos rasgos del temperamento nos van mostrando cómo cada niño presenta una forma muy diferente de estar en el mundo, sin ser una mejor que la otra. No obstante, a veces pareciera ser difícil aceptar los rasgos que presentan nuestros hijos, los cuales -en ciertas ocasiones- no son necesariamente los que esperábamos. Sin embargo, es ahí donde podemos encontrar uno de los desafíos de la crianza: **aceptar cómo se muestra mi**

hijo y, a la vez, recoger esta valiosa información para acompañarlo en aquello que le resulta más difícil, reconociendo también aquello que se le da con mayor facilidad.

Para profundizar más sobre este tema, se sugiere leer el siguiente libro:

“Apego seguro: Cómo relacionarte con tu hijo a partir de los 2 años”, (Cardemil, 2020, p. 42).

