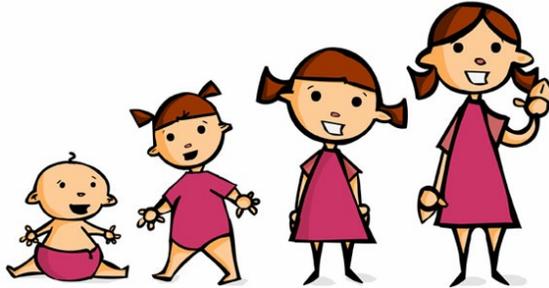


Qué esperar en cada etapa



Cada edad y etapa que atraviesan los niños tiene sus desafíos conductuales y emocionales particulares, con sus cambios particulares que son parte de su desarrollo.

Quizás te preguntes por qué tu hijo/a se comporta de ciertas maneras y puede que a veces llegue a ser frustrante o triste para ti, por lo que los próximos dos boletines, hablaremos sobre algunas cosas que esperar de acuerdo con su edad y etapa de desarrollo, para que puedas conocer acerca de lo que sucede detrás su comportamiento y tal vez, ajustar tus expectativas.

Debemos aclarar, y recordarnos mutuamente, que los niños que fueron institucionalizados generalmente tienen un retraso de un par de años en su desarrollo en cuanto a su edad cronológica. Entonces, cuando presentamos las edades verán puntos acerca de lo que generalmente sucede en ese período del desarrollo, pero incluso en los niños que no fueron institucionalizados, esto puede variar ya que cada niño es único.

También es importante recordar qué está sucediendo y por qué actúan de cierta manera porque puede ayudarnos a ajustar nuestras expectativas sobre dónde están nuestros niños hoy y saber adónde deben o pueden llegar. A medida que pasa el tiempo, junto con la estimulación adecuada, la seguridad, la confianza y el amor, pueden ponerse al día, pero debe tener en cuenta que *no siempre sucede como esperamos*.

Recuerda que te anotaste para una aventura de por vida, y es mejor saber ahora y elegir aprender, para que puedas estar mejor equipado y aumentar tu nivel de tolerancia y perseverancia.

Desde el nacimiento hasta los dos años



Nacen con la capacidad de llorar, que es la forma en que se comunican por un tiempo. Cuando lloran, generalmente es porque necesitan algo.

Se meten *todo* en la boca, ya que es una parte sensible de su cuerpo y están explorando y experimentando sensaciones nuevas.

La ansiedad de separación es real, y ocurre cuando los bebés experimentan separación del

cuidador principal, generalmente la mamá. Así que es probable que lloren si los dejas por un tiempo antes de que se sientan seguros de nuevo.

Lo que necesitan: proximidad constante y contacto piel a piel con sus madres o su cuidador principal, especialmente en este período en que sus cerebros crecerán más que en ningún otro momento de sus vidas. Al final del primer año, su cerebro aumentará del 25% al 60% del cerebro adulto. Los bebés necesitan saber que habrá un adulto amoroso, confiable y seguro que cubrirá sus necesidades.

Cuando cumplan dos años, se convertirán en pequeños exploradores de su entorno, tienen curiosidad y quieren tocar, probar, ver y deshacer cosas. Están aprendiendo y aún no entienden causa y efecto. En su desarrollo, aún no están listos para compartir con otros, es por eso que parece que son egocéntricos y egoístas. Todo lo que tienen, tocan o ven lo viven como si fuera parte de ellos, entonces en sus mentes, 'es de ellos'.

Están empezando a experimentar su independencia, por lo que pondrán a prueba los límites y también establecerán los suyos. Escucharás un montón de "no", y 'mío!'. También verás un poco más de pataletas porque están experimentando grandes emociones como la frustración, la ira, la tristeza y la vergüenza, y aún no saben cómo expresarlo con sus palabras.

Lo que necesitan de ti:

- Que les muestres cálidamente qué hacer y cómo, en lugar de simplemente decir 'no hagas eso'.
- Se distraen fácilmente, así que si les pones otra tarea delante para alejarlos de la actividad no deseada, es muy probable que tengas éxito.
- Usa tus palabras para decirles lo que no está bien, y también cuando lo hacen bien.
- Para no abrumarlos diciéndoles a cada minuto qué hacer y qué no hacer, primero elige lo importante y ve avanzando poco a poco. Y que te acuerdes que puede que a veces respondan inmediatamente y otras veces no.
- Guíalo y ajusta tus expectativas, siguen teniendo 2 añitos.
- Sé amable y gentil cuando los corrijas, *acércate a ellos*, no les des instrucciones desde el otro lado de la sala, es probable que no te presten atención.

De los 3 a los 4 años

Espera ver rabiets y pataletas más frecuentemente. Los niños comienzan a ser un poco más independientes, pero a la vez querrán los beneficios de depender de ti. Los verás seguir practicando la palabra ¡'NO!' hasta ser expertos.



Algunos niños pueden desarrollar miedos y / o fobias a cosas diferentes y también comenzar a tener amigos imaginarios, ya que aún no saben qué es real y qué es imaginario. En su desarrollo todavía no están listos para compartir y pueden comenzar a experimentar celos.

Lo que necesitan de ti:

- Que entiendas que es temporal y no durará para siempre. (Paciencia)
- Que le digas cuando hace algo bien, ya que buscan tu aprobación y aceptación.
- Que seas amable y gentil cuando los corrijas y veas cada error como una oportunidad para enseñarles algo que sea duradero.
- Seas consistente y mantengas los límites que ya has establecido.
- Dales la libertad de explorar, guiándolos suavemente. Trata de minimizar los 'no' que le dices. Busca maneras de dirigirlos sin usar tanto el 'no'.
- Comparte tu poder con ellos, o sea, dales la oportunidad de elegir entre algunas opciones como:
 - ¿Te gustaría bañarte primero y después elegir tu pijama o elegir tu

- pijama primero y luego tomar un baño?
- ¿Quieres ponerte la camisa roja o amarilla?
- ¿Quieres que leamos primero y luego pintar, o pintar y luego leer?
- Intente tener rituales antes de acostarse todas las noches, como:
 - leerles una historia, momento de abrazos o acurrucarse, tiempo de oración, un olor agradable o un masaje antes de dormir.
- Toma descansos cuando los necesites. Si estás totalmente agotado, no serás tan eficiente en la crianza.

Cuando cumplen cuatro años, comienzan a saber qué es correcto e incorrecto, bueno o malo, y clasifican las cosas, las situaciones y las personas. Comienzan a entender que sus palabras y acciones tienen un efecto en los demás.

No esperes que se comuniquen perfectamente cuando están enojados, ya que a veces todavía van a golpear, gritar o empujar de forma reactiva. Verás rastros de competitividad y pueden comenzar a experimentar con mentiras, probar los límites y continuará expresando su personalidad y buscando cierta independencia. Sus miedos pueden continuar. Además, pueden ser más serviciales al ofrecerse a hacer algunas tareas del hogar junto a un adulto.

Lo que necesitan de ti:

- Usa tus palabras para explicar las reglas de una manera sencilla y concisa, y por qué son importantes. No esperes que entiendan la primera vez, así que prepárate para repetir *varias* veces.
- Usa instrucciones simples y solo una instrucción a la vez.
- No discutas con un niño de 4 años. Perderás tu paciencia y no será productivo.
- Cuando se porten mal o cometan un error, no preguntes por qué lo hicieron, pregúntales *¿qué pasó?*. Si preguntas *¿por qué?*, es muy probable que mientan.
- Se consistente con las consecuencias, y también explícales por qué su comportamiento fue incorrecto y *enséñale a hacer lo correcto*. Cuando sea posible, dale la oportunidad de repetir el comportamiento de la manera adecuada.
- Ayúdalo a explorar, y no pienses que porque ahora se ven grandes e inteligentes, son maduros. ¡Todavía son pequeños y están aprendiendo!

De los 5 a los 6 años



Notarás que son un poco más como pequeños adultos, un poco más sociables, humorísticos y van entendiendo que los demás son diferentes a ellos.

Siguen siendo competitivos en los juegos hasta el punto en que pueden romper las reglas para ganar.

Querrán tomar sus propias decisiones con respecto a la ropa y las opciones de comida. Su capacidad de atención va en aumento, por lo que ahora puedes explicar *un poco más* las cosas.

Si comienzan la escuela, puede que estén un poco más cansados, malhumorados o sensibles, es un gran cambio y puedes hacer los arreglos necesarios para que descansen, tal vez agregando tiempo de siesta a la rutina diaria.

Lo que necesitan de ti:

- Que estés completamente presente y puedas conectarte mientras juegas con

- ellos.
- Permíteles tener oportunidades de interactuar con sus compañeros de una manera que puedan aprender habilidades sociales como tomar turnos, paciencia, respeto, trabajo en equipo, negociación y cómo ganar y perder con una buena actitud.
 - Juega con ellos sin tecnología ni distracciones. Jugar es la mejor manera de saber qué tienen en mente. Déjalos que guíen el juego, si dice que una flor es un teléfono, entonces *es un teléfono*, ¡solo estás jugando!
 - Sigue enseñándoles la autorregulación:
 - Dile el nombre del sentimiento, que use sus palabras y ayúdalo a calmarse:
 - Parece que estás *enojado / triste / decepcionado* porque comenzó a llover y no pudimos ir al parque.
 - Sé que es triste cuando mamá tiene que ir a trabajar, pero volveré y podremos jugar en ese momento (cumple con tu palabra).
 - Usa tus palabras con amabilidad y dirígelas hacia lo que deben hacer, pero también bríndales recompensas naturales y consecuencias naturales:
 - ¿Qué tal si me ayudas a despejar la mesa y luego tenemos el postre?
 - Tenemos que limpiar estos juguetes antes de usar los demás. (cumple tu palabra, no deberían poder tomar otras antes de limpiar las otras primero)

Para TODOS los papás de TODOS los niños

Cuando un niño tiene conductas alteradas o difíciles de manejar, antes de hacer cualquier cosa, siempre pregúntate, **¿qué necesita más mi hijo en este momento?**

¿Mi hijo me necesita?

El tiempo especial con mamá o papá podría ser una prioridad más urgente que la disciplina, ya que los niños a menudo reaccionarán si se han sentido un poco descuidados.

¿Está mi hijo cansado, hambriento, sediento o enfermo?

Mantén tus frases cortas y simples: tu hijo tendrá problemas para seguir lo que estás diciendo si introduces pensamientos muy complejos (es decir, si empiezas a darles un sermón). Las frases cortas y simples son mucho más fáciles de procesar y recordar para tu hijo.

Nuestro objetivo final es la conexión.

Como padres, debemos tomar con amor, intencionalmente y con firmeza a nuestros hijos de la mano y llevarlos a una relación de confianza y sanidad.

Es a través de este proceso, y como resultado de esta relación renovada, que tanto nosotros como nuestros hijos, descubriremos una esperanza real que cambiará nuestras vidas.

¿Qué dice la Palabra de Dios?

Cuando yo era niño, hablaba como niño, pensaba como niño, razonaba como niño; cuando llegué a ser adulto, dejé atrás las cosas de niño.

1 Corintios 13:11

Incluso la Palabra de Dios nos dice la diferencia entre niños y adultos: hay formas específicas de pensar, comportarse y ser y cuando pasas por las etapas de desarrollo los dejas atrás.

Este mensaje va para padres y adultos a cargo de los niños. Nos recuerda dos cosas: una, si hay formas infantiles en nosotros, debemos reconocerlas y dejarlas atrás. Y también, los niños son niños, y un día crecerán y se irán. Entonces debemos tratarlos como son y caminar con ellos hacia lo que se convertirán.

También se nos recuerda que Dios ama a sus hijos con un equilibrio de educación y estructura:

"Dios es amable, pero no es blando. En bondad nos toma de la mano y nos lleva a un cambio de vida radical".

Romanos 2:4 (Traducción de la versión The Message)

Another version of that verse says:

¿No te das cuenta de lo bondadoso, tolerante y paciente que es Dios contigo?
¿Acaso eso no significa nada para ti? ¿No ves que la bondad de Dios es para guiarte a que te arrepientas y abandones tu pecado?

Y estamos llamados a hacer lo mismo con nuestros hijos:

Padres, no hagan enojar a sus hijos con la forma en que los tratan. Más bien, críenlos con la disciplina e instrucción que proviene del Señor.

Efesios 6:4

Estamos llamados a ser pacientes, amorosos, pero también a guiarlos en el camino que deben seguir, y eso requiere estructura y guía. También significa estar con ellos en sus errores y fallas, ayudarlos a recuperarse y enseñarles a cambiar sus costumbres, y recordar lo mismo que nos ha llevado a ti y a mí meses o incluso años obtener la victoria sobre ciertos patrones de pensamiento o comportamiento, y podemos caer de vez en cuando, es seguro que les tome un tiempo crecer, sanar y aprender lo que tienen que enseñar.

¡Sigamos con el buen trabajo!

Clamor del Corazón Ministerio a los Niños
Servicios a las Familias
P.H. C.C. Terrazas de Albrook
Piso 3 | Oficina D-37

