



## Angustia infantil

Los bebés pequeños tienen formas muy limitadas de comunicar sus necesidades. La manera más común como ellos comunican el malestar es llorando.

**CAUSA** Puede ser que ellos estén hambrientos, asustados, cansados, mojados o sucios, enfermos, con calor, con frío o necesiten atención social. Cuando los cuidadores conocen a sus bebés muy bien, pueden ser capaces de oír diferencias en los llantos de un bebé (por ejemplo, la diferencia entre un “llanto de hambre” y un “llanto de cansancio”).

**PREVENCIÓN** Esté atento a cada bebé, asegurándose que esté seco, limpio y vestido apropiadamente para la temperatura. Observe las señales. Después de una siesta, el bebé tal vez esté alerta y listo para un juego o un libro de cuentos ilustrado. Un bebé que se esté frotando los ojos y bostezando está listo para la siesta. Anticípese a estas necesidades, siga las rutinas conocidas y responda con prontitud a las señales del bebé para ayudar a minimizar la angustia prolongada.

**RESPUESTA** Responda con prontitud. No existe tal cosa como “malcriar” a un bebé respondiendo al llanto con atención y cariño. Revise si el bebé está mojado, sucio, con calor o frío. Considere la posibilidad de que puede tener hambre o estar cansado. Hable cariñosamente al bebé e intente a que participe en jugar si él necesita atención social. Si el malestar no tiene explicación, utilice estrategias físicas para calmarlo (p. ej., mecerlo suavemente). Algunos niños usan un chupón o se chupan el dedo.



## Ansiedad por separación

Entre los 7 y 10 meses, muchos niños pequeños empiezan a llorar o aferrarse cuando un cuidador conocido se va.

**CAUSA** Los niños se sienten seguros con ciertas personas. Ellos no tienen el mismo concepto del tiempo que los adultos, ni la capacidad de entender explicaciones—cuando un cuidador se va, el bebé no sabe si va a regresar en 5 minutos o nunca.

**PREVENCIÓN** Los maestros deben enfocarse en desarrollar relaciones confiables con los niños para que ellos se sientan seguros en el salón de clase. Tenga una rutina para la llegada en la mañana: cree rituales para la despedida, como tirar un besito a los padres y ayudar al maestro con una tarea. Un “objeto de transición” especial, como una cobija, puede ayudarlo a relajarse a sí mismo.

**RESPUESTA** Proporcione consuelo y apoyo, tanto física como verbalmente. Abraza al niño, cante una canción tranquilizadora y asegure al niño que sus padres vendrán más tarde. Ponga palabras a sus sentimientos diciendo, “Te sientes triste. Es difícil decir adiós”. No regañe, no se burle o ignore a los niños que están llorando, porque esto puede hacerlos sentir emocionalmente abandonados. Está bien utilizar alguna distracción para atraer al niño hacia una actividad, como por ejemplo, un juego, comer el desayuno u otra tarea rutinaria.



## Ansiedad con extraños

Emerge al mismo tiempo que la ansiedad por separación, la ansiedad por extraños, la cual refleja los apegos en las relaciones del bebé y la conciencia de que lo que es nuevo puede que no sea seguro.

### CAUSA

La ansiedad con extraños es normalmente activada porque un adulto nuevo se acerca o levanta al niño antes de que el niño se sienta cómodo con él o ella. Algunos niños se esconderán o aferrarán tan pronto como un adulto haga contacto visual o empiece a hablar. Otros niños están cómodos al ser saludados siempre y cuando la persona no se acerque mucho o no intente levantarlos.

### PREVENCIÓN

Los niños pequeños deben ser precavidos con las personas que no conocen—no es seguro que los niños estén cómodos yéndose con desconocidos. Sin embargo, usted puede indicar a los niños cuáles adultos son seguros y amigables y su actitud tranquila y acogedora hacia el otro adulto permitirá que los niños sepan que está bien relacionarse con ellos.

### RESPUESTA

Permita que los niños se sientan cómodos gradualmente y que decidan cuándo están listos para hablar con la nueva persona. Los niños no deben ser obligados a abrazar o a sentarse con extraños. Si la persona necesita interactuar con el niño (p. ej., para completar una evaluación), usted puede consolar al niño sonriendo, presentado al desconocido y diciendo al niño en palabras sencillas por qué la persona está ahí (p. ej., “Ella es la Sra. Mónica. Ella vino a jugar con nosotros hoy. Está bien que ustedes le muestren nuestros juguetes”).



## Pataletas

Un niño puede gritar, dar pisotones, gritar palabras airadas, tirarse al piso e intentar golpear. Las pataletas con frecuencia, comienzan alrededor de los 18 meses y generalmente disminuyen entre los 3-4 años.

### CAUSA

Las pataletas suceden cuando la habilidad del niño para lidiar con algo es sobrepasada, generalmente porque él no puede tener o hacer lo que quiere. Es más probable que las pataletas sucedan cuando los niños estén cansados, hambrientos, no se sientan bien o estén sobre estimulados.

### PREVENCIÓN

Aunque los niños necesitan estructura, ser demasiado rígido tiende a resultar más en una lucha de poder. Ofrezca opciones aceptables, por ejemplo, “No es seguro lanzar los carros. Puedes empujar los carros sobre la alfombra o lanzar una pelota dentro de la canasta”. Observe si hay incrementos de emoción y ayúdelo a calmarse hablando con voz suave, nombrando los sentimientos del niño, para dar entender que usted entiende el problema (p. ej., “Tú quieres quedarte afuera”) y ofreciendo consuelo y ayuda.

### RESPUESTA

Aleje a los otros niños y asegúrese que el área es segura. Permita que el niño exprese su enojo siempre y cuando no se esté haciendo daño a sí mismo o a otros. Es probable que él no pueda procesar palabras, así que utilice primero estrategias físicas para calmarlo, como frotarle la espalda. Cuando la pataleta empiece a disminuir, nombre los sentimientos del niño y conecte sus sentimientos con la situación (“Sé que estás molesto porque dejamos el patio de juegos”). Ofrezca consuelo que él pueda aceptar o rechazar (“¿Quieres mecerte conmigo?”). Si es muy pequeño para entender, explique (“Vamos a mecernos unos minutos”). A medida que se calme, sugiera una actividad para ayudarlo en la transición.



## Morder

El morder es inquietante pero normal y la mayoría de los niños dejan de morder a la edad de 3 a 3.5 años.

**CAUSA** El morder puede ser exploratorio (para descubrir a qué sabe algo), relajante (durante la dentición), lúdico (mientras explora), reactivo (cuando está emocionalmente agobiado) o estratégico (si aprende que al morder logra que otro niño suelte un juguete).

**PREVENCIÓN** Proporcione a los bebés en periodo de dentición objetos seguros para masticar. Asegure dar suficiente lugar para minimizar el amontonamiento y ayudar a los niños a compartir el espacio. Ayude a los niños pequeños a aprender palabras para decir o expresar sus emociones y necesidades en lugar de morder. Elogie a los niños cuando se comuniquen con palabras y gestos. Lea libros que recuerden a los niños las formas seguras de interactuar y tocar a otros. No clasifique a un niño específico como un “mordedor”, pero trate de observar patrones de cuándo, dónde, por qué y a quién tiende a morder.

**RESPUESTA** Consuele y examine al niño que fue mordido y dé primeros auxilios. Retire al niño que está mordiendo y diga con firmeza, “Detente. No muerdas. Morder duele”. Explique al niño que él ha lastimado al otro niño. Luego recuérdelo de una mejor manera de obtener lo que él o ella necesita. Mantenga la calma y firmeza para evitar dar mucha atención de reforzamiento al niño que mordió.



## Decir ¡No!

Una de las primeras palabras que los niños pequeños aprenden a decir es “no”. Es una palabra poderosa porque reafirma independencia, autodefensa o control.

**CAUSA** Algunas veces el niño quiere decir “No estoy listo para hacer eso aún” o “Tengo miedo de hacer eso” o “No me gusta esa actividad”. Algunas veces él o ella quiere decir, “¡No te lleves eso, es mío!” Piense en el significado del “no” del niño para guiar su respuesta.

**PREVENCIÓN** Desarrolle con los niños relaciones cariñosas que promuevan la cooperación. Cuando los niños sienten que no los aman o si les dicen constantemente “no”, ellos imitarán este comportamiento más seguido. Tenga un salón bien organizado con suficientes actividades divertidas para promover actitudes positivas hacia la escuela. Tenga rutinas predecibles y horarios para que los niños puedan prepararse para las transiciones y sentirse seguros.

**RESPUESTA** Escoja una estrategia que mejor se adapte a la causa. Si un niño tiene miedo de intentar una actividad, ofrezca ayuda. Si un niño no está listo para dejar de hacer una actividad, hable sobre los aspectos de lo que viene a continuación. Si es hacia otro niño, ayude a negociar los turnos. Convierta una actividad en un juego (p. ej., si un niño no quiere dejar el patio de juegos, rételo a una carrera hasta la puerta). Si él aún no coopera, ofrezca una opción básica: “Puedes venir por ti mismo o puedo ayudarte”. Si no es importante que el niño obedezca inmediatamente, espere hasta que esté listo. Elogie y agradezca a los niños por su cooperación.



## Golpear y patear

Los comportamientos agresivos como golpear, patear, empujar o pellizcar son preocupaciones comunes. Los niños pequeños no pueden controlar sus impulsos y no entienden que los demás sienten dolor.

**CAUSA** El amontonamiento (compartir un espacio reducido) y los recursos limitados (como juguetes) son más propensos a provocar conflictos físicos entre niños pequeños. Los niños también imitan lo que ven en la vida real o en la televisión.

**PREVENCIÓN** Organice el salón de clase para dar espacio a las actividades que los niños realizan y para el número de niños en el salón. Asegúrese de tener suficientes sillas en la mesa o espacios en la alfombra para que todos los niños se sienten cómodamente y puedan ver y alcanzar los materiales. Tenga más de uno de los objetos más populares, limite ciertos juguetes al momento del grupo pequeño y estructure la toma de turnos. Anime el tocarse con suavidad y elogie a los niños cuando se expresen con palabras. Recuerde a los padres cuán fácilmente los niños pequeños imitan los comportamientos.

**RESPUESTA** Intervenga rápidamente, pero con calma. Diga a los niños que usted está ahí para mantenerlos seguros y ayudarlos a resolver su problema. Usted puede decir, “Un momento Roberto y José. No deben pegarse. Necesitamos mantenernos seguros. Parece que ambos quieren usar la pala. Yo les puedo ayudar”. Ayúdelos a encontrar una mejor manera de obtener lo que ellos quieren, usando sugerencias y estrategias que estén dentro de sus habilidades. Dado que los niños pequeños tienen períodos de atención cortos y no son capaces de reflexionar sobre sus comportamientos, el “tiempo fuera” para cada infracción no es necesario ni eficaz. Es mejor adoptar un enfoque firme, pero paciente, en lugar de centrarse en castigar o regañar.



## No compartir los juguetes

Los niños mejoran el compartir alrededor de los 4 años, cuando pueden utilizar el lenguaje para negociar turnos y tienen más autocontrol a la hora de esperar su turno.

**CAUSA** Los bebés no entienden que otras personas tienen deseos y necesidades o que los juguetes se deben compartir. Ellos no entienden el espacio personal, entonces no ven el juguete de otro bebé como prohibido. Les falta el lenguaje para entender reglas sobre como tomar turnos, y no entienden que si entregan un juguete aún lo van a recuperar.

**PREVENCIÓN** Tenga suficientes juguetes y materiales interesantes disponibles. Establezca la confianza de forma que los niños no sientan la necesidad de defender todo lo que tengan. Ofrezca opciones a los niños (p. ej., “¿Terminaste con ese crayón? ¿Podemos darle un turno a Jorge con él?”) y respete sus respuestas. Las actividades como hacer rodar una pelota de un lado a otro y simular ofrecerse comida ponen una base para el compartir.

**RESPUESTA** Si un bebé toma un juguete de otro bebé y ninguno muestra angustia, usted puede “dejarlo pasar”. Cuando los niños demuestren que están molestos, responda con calma, usando palabras y acciones sencillas para evitar daños y facilitar la toma de turnos. Por ejemplo, usted puede decir amablemente, “Un momento Ricardo. Jesús está usando ese carro. Te ayudaré a encontrar otro”. Cuando trabaje con niños que hablen, enséneles un lenguaje para el compartir. Por ejemplo, “Emilia está usando esa pelota. Si quieres un turno, puedes preguntarle: ‘¿Me das un turno?’”. Anime al otro niño a responder usando palabras como “sí” o “después”.