

Relación con otras personas

87. -¿Es el niño amistoso con otras personas?

Hay niños que de forma innata saben relacionarse tanto con sus iguales, como con los adultos; las situaciones sociales no tienen secretos para ellos y son unos conquistadores natos.

Sin embargo, esto no siempre es así, y para otros, en cambio, las relaciones con los demás resultan más difíciles de lo normal, les cuesta acercarse.

Afortunadamente la adquisición de habilidades sociales es algo que siempre se puede trabajar en todas las etapas de la vida, pero cuanto antes se detecte esta falta de habilidades, antes se podrá entrenar con los niños para que las asimilen y sean capaces de relacionarse con los demás de forma fluida, para que puedan acercarse a sus iguales, puedan pedir que les dejen jugar, sepan solventar los conflictos ocurridos en el patio del colegio...

Existen talleres para mejorar las habilidades sociales de niños y adolescentes, donde de una manera muy práctica y a través de grupos reducidos, se trabajan estas estrategias con el objetivo de que consigan integrarlas en su vida cotidiana.

Decálogo para ayudar a los niños a ser más sociables:

No obstante, hay muchas cosas que los padres pueden hacer para favorecer la adquisición de habilidades sociales en los niños:

- Reforcemos cada paso positivo que el niño realiza por pequeño que sea. Los cambios se realizan de forma gradual. Reforcemos todo el proceso, de esta forma favorecemos el resultado final. No

perdamos la paciencia. Todos los cambios requieren tiempo y mucha dedicación.

- No le infravaloremos ni le comparemos con otro hermano, primo o amigo con más habilidades que él.

- No permitiremos que se aisle de los demás. Le proporcionaremos situaciones donde habituarse a los contactos sociales, como actividades extraescolares, ir con él a parques, jardines, clubs deportivos... Cuando vayamos a estos sitios, no le dejaremos que baje una consola o juego que le permita jugar en solitario. Favorezcamos su integración con los otros niños.

- Esforcémonos en mostrarnos nosotros mismos seguros y extrovertidos. Sabemos que los niños aprenden por modelado. Practiquemos nuestras habilidades sociales delante de ellos, de esta forma les enseñaremos mucho más que con cualquier discurso. Seamos su mejor ejemplo.

- Entrenemos con el niño situaciones cotidianas, haciendo un 'role-playing' de cómo pedir participar en un juego, en el que le mostraremos la forma de realizarlo. Practicar este comportamiento, provee a los niños la confianza necesaria para comportarse de esta manera en la vida real.

- Marquemos unas metas objetivas y posibles, que no sean ni muy bajas ni muy altas, pero que sepamos que en un primer momento puede conseguir. De esta forma aumentaremos su autoestima y seguridad y reforzaremos sus habilidades sociales.

- Fomentemos su independencia. Es bueno que se les permita que hagan cosas por sí mismos y que empiecen a tomar decisiones, de esta forma favoreceremos su seguridad. Es un gran estímulo para su amor propio cuando se ven a sí mismos responsables e independientes.

- Busquemos actividades extraescolares que le gusten y en las que pueda sobresalir. Ayudémosle a que vea sus habilidades.

- Desde pequeños introduciremos a los hijos en situaciones sociales diferentes para que conozcan otras realidades. No es aconsejable que la única frecuencia social sea ir a ver a la familia.

- Invitemos a sus amigos a casa. En este contexto él se siente más seguro, está es su territorio. Sacará los juegos que domina y esto le facilitará mucho la interrelación con los otros niños y poner en práctica las habilidades aprendidas.

Fuente:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/como-conseguir-que-el-nino-sea-mas-sociable/>

88. -¿Respetar sentimientos y actitudes de los adultos?

Es posible que los niños se muestren más agresivos e irrespetuosos de lo normal cuando comienzan a pisar la etapa de la adolescencia. También es posible que estén en la búsqueda de llamar tu atención de una manera demandante e impulsiva o simplemente no están aprendiendo los modales que intentas inculcarles.

Consejos indispensables para que los padres actúen correctamente:

1. Refleja el respeto que deseas recibir

Como padres, muchas veces cometemos el error de imponernos y exigir respeto cuando quizás no es algo que hemos sembrado en la relación con nuestros hijos. El paso más importante que debemos tomar es comenzar a respetar a nuestros hijos, es decir, que les prestemos atención y entendamos las situaciones por las que están pasando según su edad y necesidades.

Además de demostrarle a tu hijo el gran ejemplo del respeto, es fundamental que entre pareja también se establezca una relación basada en la confianza y el respeto. Cuando los niños viven en un entorno familiar respetuoso, lo más probable es que ellos también actúen igual, así que procura un ambiente tranquilo y respetuoso entre cada miembro de tu familia.

2. Da el ejemplo: sean sinceros en todo lo que digan

Cuando le exigen a tus hijos que no digan malas palabras, no lo hagas Uds. tampoco. Los niños no sólo te escuchan sino que

también están al tanto de todo lo que como padre haces. Así prima en tus acciones la sinceridad, y se honesto en cada uno de los mensajes que les, no les mientas, defraudes ni engaños. No existe nada que dañe más el respeto y la confianza entre las personas y especialmente en los niños, que las mentiras.

3. Imponer reglas y normas claras

Una de las cosas más importantes que se debe hacer es establecer reglas y normas, pero más importante que eso, es que sean Uds. primero en respetarlas y en asumirlas como tal. Actitudes como reprenderlo un día por decir una palabra y al día siguiente no hacerlo porque no consideraste que ya no era necesario o cambiar de actitud frente a un castigo de un momento a otro, tus niños pueden sentirse desorientados y a la vez no tomarte con la atención de antes.

4. Aprender a decir «no» es clave

A muchos padres nos cuesta negarles cualquier cosa que nos pidan los niños, porque creemos que así estamos procurando su bienestar. Pero la realidad es que aunque queramos ver felices a nuestros niños en todo momento, los padres debemos cumplir con el rol que nos corresponde y aprender a decir que no en los momentos que lo consideremos más necesario.

Enfrenta la situación y no tengas miedo a sus reacciones de molestia, llanto o frustración, pues cuando somos responsables y les ponemos límites a nuestros hijos, ellos reciben el mensaje más importante de todos. Que los amamos y que nos interesa lo que les sucede, y que somos capaces de saber que necesidades y deseos debemos atender

5. Hablarles sin gritar o discutir

Al momento de intentar hablar con ellos sobre su comportamiento y de los motivos que lo han llevado a tenerlo, no gritarles ni convertir la conversación en una discusión, ya que con ello se conseguirá que se torne más irrespetuoso hacia ti.

Levantar el tono de nuestra voz no nos dan más autoridad, ni mucho menos credibilidad y respeto, como muchos padres

piensan. Los gritos sólo logran fomentar el miedo y la desobediencia, y por esto alejan a nuestros hijos de nosotros. Procurar entonces, hablar de forma serena y cuidar gestos, tono de voz y lo que se dice, pues tus hijos también responderán de la misma forma.

Si se le grita, ellos también gritarán.

6. Corregirlos de un modo positivo

Cuando los niños nos contradicen y replican en plena conversación, debemos hacer todo lo posible por explicarles que su forma de contestar no es la más sana o correcta. Debemos ser nosotros los padres, los que establezcamos una diferencia y enseñarles que existen maneras más respetuosas de decir lo mismo pero sin ser violentos, agresivos o contestones.

Aunque en algunos casos resulta muy difícil poner esto en práctica, como padres debemos conservar la calma ante la rebeldía de nuestros hijos, pues si reaccionas de la misma forma agresiva solo conseguirá empeorar la situación. Un buen consejo es pensar con tranquilidad cómo corregirlos y preguntarse qué es lo que quiere conseguir con esa actitud.

7. Ponerles límites a sus réplicas subidas de tono

Cuando apenas notes las primeras faltas de respeto de tu hijo hacia ti, o hacia las demás personas, es tiempo de marcarles límites y hacerles saber que están actuando mal. En ninguna circunstancia debemos permitir que nuestros hijos nos insulten o pretendan hacerlo.

Ante cualquier momento tenso en el que tu hijo te falte el respeto, es importante mantenerse firmes, claros y si demostrar debilidad explicarse que este tipo de vocabulario no está permitido en la casa ni tampoco fuera de ella.

También dale el ejemplo, y si alguien le falta el respeto defiéndelo.

8. Finge enojarte pero no pierdas la calma

Seguramente cuando te falte el respeto uno puede enojarse de verdad. Respirar, y mantener la calma y permanecer tranquilos. Lo ideal es aprender a controlar las emociones. Muchas situaciones sobre con fingir estar enojados, sin gritar y pudiendo transmitir que lo que hicieron está mal, suele ser lo más efectivo.

Permanecer tranquilos y calmados (pero transmitiendo el enojo) demuestra más autoridad que gritar. Si bien de pequeños los gritos y las amenazas fueron efectivos porque dieron miedo, pero a esta edad se demuestra impotencia.

9. No los insultes ni le digas que no lo quieres

Si te falta el respeto no lo insultes, porque eventualmente él te insultara también. Lo que pronto escalará a situaciones peores. Recuerda que en estos momento y situaciones estas dando el ejemplo, y le estas enseñando como actuar. Si lo insultas, le enseñas que está bien insultar en esos momentos.

10. ¿Estás haciendo lo que tu hijo quiere?

Nos guste o no nos guste, muchas veces los niños intentan manipularnos. Sea haciéndonos enojar, con berrinches o faltándonos el respeto, aprenden que si dicen tal palabra o hacen tal cosa tu reacciones de cierta forma. Si bien en principio es una forma de conocer el mundo, luego para ellos es un juego que eventualmente se transforma en una forma de manipulación.

Por ejemplo, si tu hijo hace un berrinche y uno pierde el control, aprende que simplemente haciendo un berrinche te descontrola. Esta es la importancia de permanecer tranquilos y calmados.

Puedes retarlo, enojarte, o ponerle límites. Simplemente trata de permanecer en control y que no te afecte lo que hace tu pequeño. Con un poco de práctica, ante situaciones difíciles te sentirás mucho mejor y no serán tan estresantes, sino por el contrario divertidas y enriquecedoras para la educación de tus hijos.

Recuerda que todo el tiempo estas enseñándole cómo actuar, y estas dando el ejemplo, y es en estos momento donde realmente está aprendiendo a cómo comportarse ante la vida.

El respeto es la clave para no perder el respeto

El respeto y los modales son el pilar fundamental de la educación y aunque pareciera que incluso los adultos nos hemos olvidado de ellos, su importancia en la comunicación con nuestros hijos no deja de ser la misma, así que recuerda ser siempre amables con ellos, y enséñales el valor de las palabras:

- Demuestra el respeto y exprésate siempre con un «por favor», «permiso», «gracias», «lo siento».
- Pídeles disculpas en el caso de que te equivoques y recuerda agradecerle su esfuerzo por ayudarte.
- Escúchales atentamente sin interrumpir sus opiniones, tanto ellos como sus problemas son igual de importantes que los nuestros.
- Enriquece la comunicación con tus hijos hablando con ellos y demostrándote interesada en sus vidas y en lo que necesitan.
- Da el ejemplo
- No le mientas ni lo trates como tonto
- Demuestra tu enojo y se claro del porque
- Aprende a mantener el control de tus emociones
- Aprende a demostrar el enojo sin perder el control
- No lo insultes, ni le digas que no lo quieres más
- Si quieres que tu hijo te respete, respetalo

Fuente: <https://www.somosmamas.com.ar/familia/como-actuar-cuando-tu-hijo-te-falta-el-respeto/>

89. -¿Se relaciona bien con otros niños?

Como padres siempre esperamos que nuestros hijos tengan muchos amigos y logren integrarse con éxito a los diversos grupos a los que pertenecen; sin embargo, algunos a veces observamos con preocupación que esto no sucede y no siempre tenemos claro si se trata de un problema real o no y de cómo ayudarlos a mejorar la situación.

Obviamente no todos los niños tienen la misma personalidad, ni la misma popularidad entre sus pares, pero eso no significa necesariamente que debamos preocuparnos. Quizá nuestro hijo es más bien introvertido y prefiere la biblioteca a los amigos, la soledad a la compañía. Y sin embargo muchos padres llegan a preocuparse al hacerse esta pregunta: ¿por qué mi hijo no tiene amigos?

Hay niños o jóvenes más bien solitarios pero debido a sus propias elecciones; lo importante es que te asegures de que SÍ tiene unos cuantos (o un solo) amigos con los que logra relacionarse adecuadamente y compartir ciertas preferencias y actividades; de ser así, no tienes de que preocuparte. Es un tema de personalidad que debemos respetar y en la medida de lo posible alentar para que sus vínculos amistosos, aunque pocos se fortalezcan a través de facilitarle invitaciones y situaciones de convivencia con ellos.

¿Y entonces cuando es momento de preocuparse? Puede ser que tu hijo no logre hacer amigos en el colegio, pero en el club eso no suceda y se conecte bien con sus compañeros o viceversa...en efecto en ocasiones los niños no logran florecer en ciertos ambientes, pero es evidente que no hay un problema social importante si logra conectarse con amigos en los otros escenarios en los que se mueve. Sin embargo, si no tiene prácticamente ningún amigo cercano en escuela, actividades extraescolares, club deportivo, vecinos o incluso primos de su edad, es momento de buscar la razón, que casi con seguridad está en algún rasgo de su comportamiento que aleja a los demás.

Qué falta de habilidades sociales hacen que el niño no tenga amigos

Algunas veces, la falta de amistades de un niño se debe a cierto problema de habilidades sociales. A continuación, algunos ejemplos:

1. Siempre quiere mandar. Es muy dominante y/o agresivo, cree que solo él tiene la razón y siempre quiere que las cosas se hagan como él dice. Hay quienes llegan a mostrarse muy agresivos verbal y hasta físicamente; obviamente no importa si son

preescolares o adolescentes, este comportamiento hará que nadie quiera estar cerca.

2. No para de moverse (Hiperactivo). Desafortunadamente hay niños que tienen un alto grado de hiperactividad (que muchas veces no son capaces de controlar voluntariamente) que hace que se muevan y hablen sin parar, volviéndose muy invasivos para los demás, lo cual dificulta la convivencia.

3. Acusa o defrauda. Se trata de los niños o adolescentes que defraudan la confianza de sus compañeros por ganar un extra de atención, como acusarlos con el profesor de cualquier cosa, contar un secreto, hablar mal de ellos y hacer chismes, burlarse o evidenciar a alguien para hacer reír a los otros, etc. Este comportamiento puede generarle muchas antipatías y pocos o ningún interesado en llamarse su amigo.

4. Muestra poca empatía y sensibilidad. Aquí se trata de quienes pueden ser muy ofensivos y poco empáticos al relacionarse con los otros, diciendo cosas hirientes o poco delicadas que tienen un efecto negativo no solo en el ofendido sino en todo el grupo.

5. Tiene un mal hábito. Hay niños que tienen ciertos hábitos que se vuelven molestos y alejan a los demás, como, por ejemplo, rascarse la nariz continuamente, morder y chupar todo lo que está a su alcance, comer con la boca abierta, etc.

6. El que es tímido y no logra comunicarse. Existen niños extremadamente tímidos e inseguros que no logran conectarse ni hacerse oír por los demás, les da pena hablar y aunque en el fondo quieran integrarse, prefieren pasar desapercibidos y desafortunadamente es lo que sucede ya que los demás dejan de tomarlos en cuenta.

Cómo ayudar a nuestro hijo a mejorar sus relaciones con los demás

Existen muchos comportamientos que pueden originar niños sin amigos; algunas como las mencionadas pueden ser fáciles de detectar, pero en otros casos (los menos) son conductas sutiles y tácitas que es más complicado descubrir.

Como padre puede ser muy difícil aceptar que tu hijo esté cayendo en estos patrones...algunos hasta intentan cambiarlo de colegio, meterlo a nuevas actividades, acusar a los demás de poco tolerantes, todo antes que aceptar que es él quien debe cambiar y adaptarse al mundo y no el mundo a él.

Debemos estar abiertos; observar a nuestro hijo en los diferentes contextos en que se desenvuelve para determinar cuál puede ser la conducta que está interfiriendo en la forma en que se conecta con los demás (quizá en el fondo ya lo sabemos). Una vez que lo aceptemos, debemos:

- Ayudarlo a hacerse consciente de esas actitudes y conductas negativas que están alejando a los demás.
- En ocasiones es necesario buscar la ayuda y el apoyo de un especialista que pueda dar estrategias específicas y hacer una intervención directa con nuestro hijo.
- Pedir apoyo en la escuela también es puede ser de mucha ayuda, tanto en el proceso de detectar las áreas a trabajar, como para tomar medidas internas que puedan apoyar el proceso.

Recordemos que el área social es un área básica en la vida de cualquier ser humano; no permitamos que nuestro hijo crezca sin disfrutarla.

Fomenta la amistad entre los niños

- Enseña lo que representa la amistad. Los niños deben aprender que un buen amigo puede ser para siempre, y que para eso es necesario cuidar la amistad día tras día.
- Ayuda a desarrollar la empatía. Fomenta esta capacidad hablando de situaciones diferentes. Por ejemplo, ayúdale a expresar sus sentimientos y opiniones con respecto a todo lo que les rodea.
- Ayuda a tu hijo a dedicar tiempo a hacer amigos. Por ejemplo, invítale a traer compañeros de clase a casa o queda con otras familias con niños de edad similar.

- Enseña a solucionar conflictos. Si tu hijo tiene algún problema con un amigo, fomenta que hable con él o ella para así poder buscar soluciones y obtener la capacidad de resolver situaciones similares por sí mismo en casos futuros.

- Alienta a los niños a manifestar el apoyo y el reconocimiento por los demás. Busca oportunidades para que los niños participen en actividades de cooperación y solución de problemas. Haz que los niños trabajen en proyectos juntos o jueguen a juegos que requieran de la cooperación.

Fuente:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/conducta/por-que-mi-hijo-no-tiene-amigos/>

90. -¿Se lleva bien con los amigos de la escuela?

Para los chicos de cualquier edad, las amistades ofrecen la aceptación, la aprobación y el sentido de pertenencia que ellos tanto necesitan. Si su hijo tiene dificultades para relacionarse con otros niños y formar amistades, puede ser un golpe muy fuerte para su autoestima, ya que lo hará sentirse solo y frustrado.

Si a su hijo le cuesta trabajo hacer amistades, puede ser que no tenga nada que ver con su personalidad. Esta situación se puede deber a algunas dificultades de aprendizaje y de atención.

Algunas dificultades de aprendizaje y de atención tienen un impacto directo sobre las habilidades sociales. Algunas afectan las habilidades con la comunicación o las habilidades con la comprensión oral, lo que dificulta la conversación. Otras, podrían crear una variedad de conductas que obstaculizan el camino para hacer amistades.

No todos los niños con dificultades de aprendizaje y de atención tienen problemas para hacer amigos. Para algunos de estos niños, las habilidades sociales son sus puntos fuertes. Pero si esta es un

área de dificultad para su niño, recuerde que no es el único. Los niños con dificultades de aprendizaje y de atención frecuentemente enfrentan desafíos sociales. Cuando se les compara con sus compañeros, los estudios científicos muestran que ellos tienen más probabilidad de:

- no ser aceptados con facilidad por sus compañeros
- estar socialmente alejados de maestros y compañeros de clase
- ser vistos por sus maestros como carentes de destrezas sociales
- no ser elegidos para jugar o unirse a actividades grupales
- estar más dispuestos a ceder a la presión de grupo

Los chicos pueden sentir que ellos no “pertenecen” a la escuela o a las actividades afuera de la escuela. Ellos podrían incluso sentirse de la misma manera en relación a sus hermanos, en su hogar.

Su hijo puede que sea resistente y se recupere de experiencias sociales dolorosas; o tal vez su hijo realmente disfrute el tiempo que pasa solo. Sin embargo, para muchos niños, la dificultad para hacer amistades puede tener efectos negativos. Esto podría perjudicar su autoestima, disminuir la confianza en sí mismo y volverlo reacio a probar nuevas actividades. Ellos podrían llegar a sentirse muy conscientes de sí mismos, tristes, enojados, o sentir que nadie los puede ayudar, e incluso que no hay nada que pueda ayudarlos a cambiar su situación.

Realmente puede ser muy difícil para estos niños manejar todos estos sentimientos tan intensos y poder encontrar las maneras de lidiar con ellos. Alentar a su hijo a que hable de sus sentimientos puede ayudarle a sentirse mejor acerca de sí mismo. Solamente con saber que puede venir a usted por apoyo y consuelo, puede hacer una gran diferencia.

Si su hijo siente que sus dificultades de aprendizaje y de atención están haciéndolo sobresalir de una manera negativa, existen maneras para ayudarlo. Hablar con los maestros de su hijo puede ser un buen primer paso. Los maestros pueden encontrar las maneras de poner a su hijo dentro de un grupo de experiencias positivas, o juntar a su hijo con compañeros de clase más

cordiales y con disposición de aceptar nuevos amigos, con los cuales puedan compartir intereses comunes.

En el hogar usted puede trabajar en cambiar la dinámica entre su hijo y sus hermanos. También puede intentar cambiar la manera en la que responde, de tal manera que su hijo no se sienta señalado. Y puede tomar pasos para organizar eventos sociales como citas de juegos, pijamadas o fiestas de cumpleaños más exitosas para su hijo.

Fuente: <https://www.understood.org/es-mx/friends-feelings/common-challenges/making-keeping-friends/how-learning-and-attention-issues-can-cause-trouble-with-making-friends>

91. -¿Se queda a dormir en la casa de otros chicos?

Quizá no quiera presionar a su hijo a que duerma en casa de un amigo hasta que no se sienta listo. Sin embargo, esa experiencia puede ayudarlo a aprender destrezas valiosas para su vida.

4 razones por las cuales una pijamada es importante para el desarrollo del niño:

- Independencia de los padres:

Habilidades para aprender:

- Empacar y desempacar ropa
- Irse a la cama sin recordárselo
- Superar la ansiedad por separación.

- Abogar por sí mismo:

Habilidades para aprender:

- Verbalizar lo que necesita y quiere
- Averiguar dónde están las cosas y los lugares (como el baño)

- Decidir a qué hora se despierta
- Desarrollo social

Habilidades para aprender:

- Experimentar diferentes culturas y comidas
- Adaptarse a nuevas rutinas
- Participar en actividades grupales
- Hacer y mantener amistades

Habilidades para aprender:

- Aprender a jugar con otros
- Relacionarse y hablar con amigos sobre sus intereses
- Hacer nuevos amigos

Dormir en casa de otros niños puede ser una manera divertida de que su hijo fortalezca su autoestima a través del desarrollo de habilidades sociales y volviéndose más independiente.

Fuente: <https://www.understood.org/es-mx/friends-feelings/child-social-situations/birthday-parties-sleepovers/at-a-glance-4-reasons-why-sleepovers-are-important>