

Father Times

Padres y las relaciones entre hijos

Número 8

Un boletín informativo para padres y figuras paternas de niños pequeños

Dedicando tiempo a la amistad

Piense en las personas que más recuerda. Medite sobre aquellas que han cambiado su vida para mejorar. ¿Es un ganador del Premio Nóbel? ¿Un actor o actriz que ha ganado un Oscar? ¿O existe alguien más? Piense un momento en la madre, el padre, el maestro, el entrenador, los abuelos, el pastor o sacerdote, los amigos, la gente que forma parte de nuestra vida y de la de nuestros hijos.

Generalmente no es la gente que obtiene titulares o aplausos la que ha cambiado su vida de manera positiva. Son nuestras familias y amigos y aquellos con los que nos relacionamos y queremos, quienes más nos importan. ¿Cómo hacemos entonces para criar hijos que puedan querer o preocuparse por los demás y logren hacer buenas amistades? El desarrollo social de un niño o la forma como maduran sus relaciones con los demás, es un factor importante en su crecimiento y felicidad.

Dedique tiempo a poner atención a las relaciones de su hijo y a lo que usted puede hacer para que éstas sean felices y positivas.

Realidades sobre la paternidad

Los padres y la amistad

La felicidad en la vida frecuentemente proviene de la interacción con los demás de manera cariñosa y mediante la creación de buenas relaciones. El éxito en la profesión depende también de la capacidad de colaborar y de llevarnos bien con los demás. El padre y la figura paterna pueden hacer mucho para ayudar a los niños a desarrollar buenas relaciones y proporcionarles un modelo a seguir. ¿Qué nos dicen los hechos reales acerca del padre y su relación con los hijos? He aquí algunos resultados clave:

- El padre que conoce a los papás de los amigos de sus hijos y de aquellos con los que generalmente juegan, tiene hijos con menos tendencia a involucrarse en conductas riesgosas y mayores probabilidades de poder evitar comportamientos antisociales o agresivos.
- Los niños cuyo padre participa con ellos en actividades que brindan interacción social, como clubes juveniles, actividades deportivas o grupos religiosos, tienden a tener más amigos y mejores relaciones con sus amistades.

- Si el padre lleva un estilo de paternidad "permissiva", es decir, que cede a los deseos de sus hijos y les pone pocos límites o ninguno, es más probable que los hijos sean agresivos, impulsivos o inconformes con sus relaciones sociales. Estos niños pueden tomar cosas que no les pertenecen o bien pensar poco sobre el efecto de sus acciones sobre los demás.
- El padre que lleva un estilo de paternidad "enérgica" (padre autoritario), dando órdenes sin explicación o utilizando amenazas y castigos corporales, tiende a tener hijos más agresivos o algunas veces tímidos e introvertidos en situaciones sociales. Los hijos que se retraen pueden pensar que son incapaces y la interacción social para ellos no les resulta placentera, mientras que aquellos que son agresivos puede ser que hayan aprendido que el actuar agresivamente les traerá buenos resultados.
- El estar pendiente de la calidad de las relaciones amistosas de un hijo y su interacción con los compañeros de clase, da como resultado hijos que experimentan relaciones más satisfactorias y exitosas con los amigos.

NDSU

Servicio de Extensión Educativa
Universidad Estatal de Dakota del Norte
Fargo, North Dakota 58105

Los Servicios de Extensión Educativa de la Escuela de Agricultura y Ciencias Aplicadas de la Universidad Estatal de Dakota del Norte, en colaboración con el Departamento Federal de Agricultura. Duane Hauck, director, Fargo, North Dakota. Distribuido de acuerdo con las Actas del Congreso del 8 de mayo y el 30 de junio de 1914. Ofrecemos nuestros programas e instalaciones a todas las personas sin distinción de raza, color, origen nacional, religión, sexo, discapacidad, edad, situación de veterano de Vietnam u orientación sexual; y somos un empleador de igualdad de oportunidad. Esta publicación está disponible en otros formatos para personas con discapacidades si así lo requieren, (701) 231-7881.



El padre y las relaciones de sus hijos

Es importante que los hijos tengan oportunidades de desarrollar sus habilidades sociales. De acuerdo con William W. Hartup, especialista en desarrollo infantil de la Universidad de Minnesota, el mejor indicador de lo bien que un hijo se adaptará en su edad adulta, no son las calificaciones escolares o su IQ (coeficiente intelectual), sin la calidad de la amistad que tenga con sus compañeros. La capacidad de un niño de llevarse bien con los demás es posiblemente el factor más importante que influirá en el éxito de su vida adulta.

Hartup hace notar que amistad proporcionan a los humanos cuatro funciones básicas. Le brindan: (1) Recursos emocionales, tales como la manera de divertirse y enfrentar situaciones difíciles; (2) Recursos cognitivos, para solucionar problemas y aprender; (3) Oportunidades sociales, inclusive aprender a comunicarse, colaborar y ganarse la aceptación de un grupo; y (4) Modelos de relación, para aprender habilidades importantes para relaciones futuras como el noviazgo y el matrimonio. Para poder ayudar a los hijos a desarrollar sus relaciones, siga estos consejos:

Con los bebés

- Los infantes responden a las caras y se tranquilizan cuando se les carga. Ellos pueden tener contacto visual y sonreír. Pase tiempo con su bebé para conocerlo mejor. Tomen turnos para hacerse gorgoritos uno al otro. Utilice palabras para expresar lo que usted cree que el bebé puede estar sintiendo. Invite al bebé a entender el mundo a su propio ritmo.

- Asegúrese que haya una o dos personas importantes al cuidado del bebé, en quienes él pueda confiar para satisfacer sus necesidades. ¡Sea una de esas personas! Las lecciones que los bebés aprenden a temprana edad acerca de la confianza y las relaciones, se quedarán con ellos durante toda su vida.

Con los hermanos

- Admita los sentimientos que tengan los hermanos y hermanas entre ellos. Detenga toda acción hiriente. Ayude a sus hijos a utilizar palabras relacionadas con los sentimientos, tales como "Parece que estás muy enojado" o "¿Quisieras que te pidiera prestado el osito de peluche antes de tomarlo?"
- Resista la urgencia de comparar. Describa lo que ve, siente o necesita que se haga en lugar de criticar o comparar a los hermanos y hermanas entre sí.
- Trate a los hijos como únicos no como iguales. Piense en sus propios hermanos. ¿Le gustaría que todos recibieran los mismos regalos de cumpleaños o preferiría que le dieran algo seleccionado especialmente para usted? Déle a cada niño el tiempo y la atención necesarios en el momento preciso.
- No permita que nadie encasille a su hijo en un patrón; ni aunque se trate de los padres, hermanos o el mismo niño. Ayúdelo a verse bajo una nueva luz, describiendo el éxito de sus esfuerzos e intentos.
- Ayude a sus hijos a solucionar problemas con imparcialidad.
- Aprenda a aceptar pleitos normales. Cuando sus hijos necesiten ayuda porque el asunto se sale de su alcance, no estalle,



ofrézcales ayuda real. Acepte su enojo, medite el punto de vista de cada hijo, describa el problema, hágales saber que confía en ellos para encontrar una solución justa y abandone la habitación. Si la situación se pone peligrosa, quédese cerca y ayude a los niños a manejar la situación pacíficamente para solucionar el problema.

- Los niños con problemas no necesitan que se les vea como hijos problemáticos. Acepte la frustración del niño y aprecie lo que haya logrado. Enfóquese en una solución.

Con los amigos

- Presente a su bebé e hijos con otras personas. A partir de la edad en que su hijo comienza a caminar, enséñele cómo ingresar a un grupo mediante ejemplos prácticos de cómo lo hace usted, e invitándolo a hacerlo él también.
- Muéstrela a su hijo cómo actuar positivamente con otros niños. Los niños pequeños que tienen dificultades por ser muy mandones o agresivos, se comportan mejor con niños ligeramente mayores que ellos. Aquellos niños que tienen a ser callados o retraídos, mejoran jugando con niños ligeramente menores, mientras aprenden a relacionarse socialmente.
- Los hijos necesitan tiempo para aprender las habilidades sociales provenientes de sus padres; pero alrededor de la edad de tres años, necesitan practicarlas con sus compañeros de juego que tengan la misma edad.
- Note cuando los hijos se comportan apropiadamente con amigos y hábleles de ello. Cuando surjan problemas, corríjalos en lo posible de manera positiva.
- Programe un calendario de juego con varios niños y por breves períodos de tiempo para comenzar. Ayude a su hijo a planificar algunas actividades para ese momento, antes de que llegue otro niño. Comience con un amigo a la vez. Las multitudes son abrumadoras para los niños que no están acostumbrados a ellas.

Father Times es una serie de nueve boletines informativos producidos con el apoyo de los Servicios de Extensión NDSU y de la Oficina de Colaboración Estatal de Head Start de Dakota del Norte.

Han sido traducidos al español gracias al apoyo de Chicanos por la Causa, Inc.

Para ordenar copias o solicitar autorización para su uso, favor de comunicarse con: Sean Brotherson sbrother@ndsuxext.nodak.edu o llamar al (701) 231-6143

Copyright © 2003, Servicios de Extensión NDSU, Universidad Estatal de Dakota del Norte. Se reservan todos los derechos. Se les exhorta a solicitar permiso para el uso de este material.

Actividades para el padre y los hijos – ¡Hora de la amistad!

Esta sección proporciona una variedad de actividades que usted puede realizar para pasar tiempo con sus hijos y crear juntos una buena relación. ¡Diviértase mientras usted y su hijo disfrutan de una buena amistad!

- ❑ Finja ser un consumidor en un restaurante. Haga que su hijo se aproxime, le tome la orden y le lleve su comida. Pruebe este tipo de juego de imaginación al visitar al dentista,



ir a la tienda o al hablarle a su maestro. Estos juegos son fabulosos para los niños pequeños.

- ❑ Elabore un rompecabezas con una caja de cereal vacía, córtela en piezas con forma de rompecabezas. Utilice una charola para hornear galletas o una tapadera de pastel como marco, si es necesario. Armen el rompecabezas por turnos.
- ❑ Hagan un proyecto de limpieza juntos, saquen lo que no sirva de un cajón, de la cochera o del ático familiar. Trate de imaginarse lo que fue algún objeto o por lo menos a quien pertenecía. Los niños pueden jugar a ser la persona que entrega las cosas poniendo cada artículo (no peligroso) en su lugar –¡o en la basura si es necesario!
- ❑ Trabajen juntos; corten fotos de animales, peces, criaturas marinas, aves, etc., de algunas revistas. Péguenlas en papel construcción si quieren que les duren. Hagan tres dibujos: en el primero dibujen olas y escriba “En el agua”. En el segundo,

dibujen “tierra” y escriba “En la tierra”; en el tercero pueden dibujar nubes y escribir “En el aire”. Hablen de cada foto y decidan a cuál grupo pertenece, para colocarlo debajo de cada dibujo que hicieron.

- ❑ Hágale un favor a alguien. Cuénteles a su hijo lo que usted hizo, como ayudó y cómo se sintió haciéndolo. La próxima vez, deje que su hijo le ayude a ayudar a alguien más. Esto les enseña a ser atentos.
- ❑ Junte varios recipientes de plástico de diferentes tamaños con sus respectivas tapaderas. ¿Puede su hijo descubrir qué tapadera va en cada recipiente? Obsérvelo. ¿Cómo hace para ingeniárselas? ¿Cómo soluciona un niño mayor este problema? Haga que su hijo ponga las tapaderas en orden, de la más pequeña a la más grande. Esto realmente ayuda a resolver problemas.
- ❑ Involucre a su hijo en los quehaceres domésticos. Esto permite al niño pasar más tiempo con usted, le enseña algunas habilidades y lo hace sentirse indispensable en la familia.

Las habilidades de mi hijo para relacionarse

Los hijos necesitan tanto habilidades personales como destrezas sociales para crear buenas relaciones con los demás. Pregúntese a sí mismo en qué nivel se encuentra su hijo en cada tipo de habilidad y lo que usted podría hacer para ayudarlo en caso necesario.

Habilidades personales – mi niño, por lo general:

- está de buen humor.
- no depende excesivamente de los maestros u otros adultos.
- se compromete en actividades de manera voluntaria.
- enfrenta los desaires de manera normal.
- demuestra capacidad de comprensión.
- tiene relaciones positivas con uno o dos compañeros.
- demuestra sentido del humor.
- tiene sentimientos positivos acerca de sí mismo.
- puede manejar sentimientos de tensión o enojo.
- tiene capacidad para controlar impulsos y comportarse adecuadamente.

Habilidades sociales – mi niño, por lo general:

- entra en contacto con otras personas de manera positiva.
- comprende las expectativas de trabajar con otras personas (compartir, etc.).
- expresa sus deseos y preferencias con claridad.
- no se intimida fácilmente ante los peleoneros.
- puede sentir las emociones de otras personas.
- expresa frustración y enojo de manera adecuada sin dañar a otras personas o pertenencias.
- Sabe tomar turnos sin problemas.
- tiene capacidad de tomar decisiones y planificar.
- negocia y se compromete con otras personas.
- acepta a niños de otros grupos étnicos.
- se le acepta muy fácilmente en actividades iniciadas o en grupos.
- interactúa de manera no verbal con otros niños, mediante sonrisas, saludos, inclinaciones de cabeza, etc.
- trata de solucionar problemas con los compañeros.

Diez consejos sobre la amistad para Papá e hijos

Papá ¡tú me pusiste el ejemplo!

Aquí tiene diez consejos para ayudar a su hijo a hacer y conservar amigos.

1. Haga que su hijo elabore una lista de diez actividades que le gustaría hacer con usted invitando a un amigo de él. Realice una de esas actividades a la semana, durante diez semanas. Enfóquese en uno o dos amigos específicos para invitarlos cada vez.
2. Enséñele a sus hijos a hacer contacto visual, a saludar y a sugerir un juego para practicar juntos.
3. Cuando alguno de sus hijos se moleste con uno de sus hermanos, hermanas o un amigo, permita que se calme y luego pregúntele por qué se pelearon. Pídale que piense cómo hubiera podido responder de otra manera. Practique dos o tres respuestas diferentes con ellos.
4. Comience a jugar a las escondidas o a la "roña". Invite a sus hijos y a otros niños a unirse al juego.
5. Pregúntele a su hijo a quién le gustaría invitar a jugar. Ayude a su hijo a hacer las invitaciones y planifique dos o tres actividades para llevar a cabo con el amigo de su hijo.
6. Involucre a sus niños en una actividad social organizada como un club juvenil (4-H, niños o niñas Scout, etc.), deportivo u otro tipo de grupo.
7. Organice un grupo pequeño de padres para una salida el fin de semana con sus hijos, pueden ver un partido de fútbol, ir de pesca, excursionismo, o de día de campo.
8. Jueguen en familia juegos de mesa, adivinanzas, escondidas u otras actividades. Ayude a su hijo a aprender a participar y tomar turnos.
9. Platique con sus hijos acerca de cómo se sienten con sus amistades o la forma en la que se relacionan con otras personas. Enfóquese en pequeñas relaciones y éxitos que sean positivos.
10. Léales historias o libros a en los que sobresale la amistad infantil. Pregúnteles lo que piensan de ello y las ideas que aprendieron para a ser un buen amigo.

Hora de cuentos

I Love You the Purplest de Barbara M. Joosse, Mary Whyte, Ilustrador

Feathers for Lunch de Lois Ehlert (Harcourt, 1990)

Waiting for Jennifer de Kathryn Osebold Galbraith & Irene Trivas (1987)

Annabelle Swift, Kindergartner de Amy Schwartz & Franklin Watts (1988)

Recursos para la paternidad

Kids Are Worth It! Giving Your Child the Gift of Inner Discipline de Barbara Coloroso, 1995. Toronto: Somerville House Publishing.

Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World de H. Stephen Glenn & Jane Nelsen, 1989. Roseville, CA: Prima Publishing.

Raising Your Spirited Child de Mary Sheedy Kurcinka, 1998. New York, NY: HarperCollins.

Touchpoints: Your Child's Emotion and Behavioral Development de T. Berry Brazelton, 1992. Reading, MA: Perseus Books.

Referencias

Brotherson, S.E., & Hektner, J. (2002). Assisting your child's social development. *Bright Beginnings Parenting Curriculum, Lesson 6*. Fargo, ND: NDSU Servicios de Extensión Educativa.

Faber, A., & Mazlish, E. (1987). *Siblings Without Rivalry*. New York, NY: Nierenberg and Zeif Publishers.

Gonzalez-Mena, J., & Eyer, D.W. (1989). *Infants, Toddlers and Caregivers* (3a edición). Mountain View, CA: Mayfield Publishing.

Helping Kids Make Friends and Friends Are Not Luxuries – They're Necessities (folletos). Lincoln, NE: The Boy's Town Press.

Hartup, W. W. (1992). *Having Friends, Making Friends, and Keeping Friends: Relationships as Educational Contexts*. Urbana, IL: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education. EDO-345-854.

McClellan, D., & Katz, L.G. (1992). *Young Children's Social Development: A Checklist*. Urbana, IL: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education. EDO-PS-93-6.

Parke, R.D., & Ladd, G.W. (1992). *Family-Peer Relationships: Modes of Linkage*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Autores de *Father Times*

Sean E. Brotherson

Profesor asistente y especialista en Extensión Familiar
Universidad Estatal de Dakota del Norte,
Fargo, North Dakota

Kim Bushaw

Especialista en Programas para la Niñez Temprana,
Educación Familiar sobre Niñez Temprana
Moorhead, Minnesota

Adaptación al español

Yazmin Venegas
Spanish Media & Translation Services