



Muchas de sus conductas desadaptadas no dejan de ser manifestaciones reactivas ante situaciones vitales estresantes actuales o pasadas. Por tanto, a nivel terapéutico deberemos intentar corregirlas pero sin olvidar su origen emocional. En términos generales, es de esperar una mejor evolución cuanto antes se hayan repuesto o reforzado los vínculos afectivos tras aparecer los primeros síntomas.

b) Estrategias para los padres o cuidadores

- El primer objetivo es explicar a los padres o tutores el origen del problema. A partir de esta comprensión, como estrategia general, hay que potenciar espacios de comunicación diaria con el niño. Priorizar la calidad versus la cantidad en la interacción.
- Fomentar que explique sus sentimientos y emociones (tristeza, alegría, etc.) y no tanto lo que ha hecho (jugar, ir de excursión, etc.). Al respecto puede utilizarse un “Diario emocional” donde se registrará diariamente una cosa que el niño ha vivido positivamente y otra en la que debe mejorar. Esto debe servir de base para que los padres razonen con él los aspectos de sus sentimientos y comportamiento que les preocupa. Normalmente esto puede hacerse por la noche justo antes de acostarse.
- Marcar muy claramente las consecuencias de las conductas que queremos corregir. Pero cuando ocurre la conducta, no le gritemos ni intentemos pedirle explicaciones, o razonar lo sucedido. Para ello podemos utilizar el espacio nocturno del “Diario emocional” donde todos estamos más relajados.
- Cuando se produce una conducta inadecuada que queremos corregir, retiremos (en la medida de lo posible) la atención (“tiempo fuera” o silencio) y hacerle saber que estamos tristes porque sabemos que él puede hacerlo mejor. De esta forma el niño pasa de ser la víctima a sentirse responsable de las posibles consecuencias de sus actos. Esto puede ser muy eficaz en niños que precisamente tienen temores a la pérdida o distanciamiento emocional de los padres. No obstante debe utilizarse con cautela debido a que hablamos de niños con problemática afectiva.
- Hay que rechazar las conductas malas del niño, nunca al propio niño. Es decir, le diremos que se ha portado mal pero no que es un niño malo, desobediente, etc.
- Para trabajar aspectos concretos de su conducta, utilizar la estrategia de “Economía de fichas” mediante gráficas visuales. Pactar premios por anticipado y definir las reglas de juego.
- Intentar incrementar el tiempo de ocio juntos.
- Recordarle cuanto le queremos y lo importante que es él para la familia. Darle protagonismo y saber alabarle la conducta o el trabajo correcto inmediatamente después que lo lleve a cabo.
- Trabajar sobre su autoconcepto y autoestima dándole un espacio de apoyo y de confianza, de aceptación sincera y cómplice.
- Si hay problemas de impulsividad o atención, podemos incorporar juegos que fomenten la demora de la respuesta y el pensar antes de actuar. Es mejor establecer un horario diario para que podamos estar con él juntos. Estas actividades deben ser vividas por el niño como un espacio lúdico, no como unos deberes.

Los padres deben ser capaces de abrir, desde muy temprana edad, una puerta en el niño para que pueda dejar salir sus sentimientos y emociones. Saber escuchar, acompañar, conectar con el mundo interior infantil, es la mejor manera de construir un joven sin complejos y con buena autoestima. Todo esto recobra especial importancia en niños que por un motivo u otro han visto truncado el vínculo temprano.