



Emociones



Compartir en
Familia

Redacción

Los besos, los abrazos y las muestras de amor son fundamentales para crear una buena relación con nuestros hijos

En el amor no basta con querer mucho a una persona, hay que demostrárselo. Todos necesitamos sentir el amor y el cariño de nuestros seres queridos para tener la seguridad de que somos amados. Así que aprovecha este día para dar besos y abrazos.

No todas las personas somos igual de cariñosas, y eso es algo que hay que aceptar. No obstante, seas más o menos cariñoso, es esencial que muestres amor a tus seres

queridos más cercanos (padres, hermanos, pareja) y, especialmente a tus hijos, ya que está demostrado que las muestras de amor constantes y diarias -besos, abrazos y tequieros- consiguen que los niños crezcan más seguros de sí mismos y felices.

Son muchos los estudios, como el de Harry Harlow con los monos Rhesus, que confirman la importancia del amor y el afecto en los primeros años de vida para el desarrollo físico y mental posterior del niño. Para confirmar la Teoría del Apego de John Bowlby (de la que hablaremos más adelante), Harlow llevó a cabo un experimento bastante antiético (eran otros años) en el que separó a monos Rhesus bebé de sus madres, introduciéndolos en una jaula. En ella colocó una especie de mamá mono de alambre, fría y antinatural, pero con un biberón de leche. Y otra mamá mona que imitaba a una de verdad, hecha de felpa, pero sin comida. Para sorpresa de Harlow, los monos se abrazaban a la que parecía real porque les daba sensación de calor, amor y seguridad. Y solo iban a la otra si tenían hambre.

Este experimento sirvió para confirmar la Teoría del Apego creada años antes por Bowlby. Según él, existen varios tipos de apego, es decir, de relaciones que se establecen entre el bebé y su figura principal de apego.

- Apego seguro: el niño siente seguridad ante su cuidador y tiene confianza en que siempre estará disponible y responderá si le pasa algo. Esa figura de apego, que pueden ser varias, es sensible a sus necesidades y le muestra cariño, protección y disponibilidad. Este tipo de apego crea personas fuertes, seguras, estables, positivas, integradas y con relaciones más cálidas.

- Apego ansioso ambivalente: es un tipo de apego inseguro. Los niños necesitan a su figura de apego y se muestran ansiosos si no la ven, pero a la vez la rechazan al volverla a ver. Estos niños son inseguros y dependientes.

- Apego ansioso evitativo: el bebé no interacciona con su cuidador de ninguna manera, ni siquiera lo mira. Este tipo de apego se da cuando los cuidadores se muestran insensibles a las necesidades de sus hijos y son poco pacientes. Esto crea niños inseguros y con miedo que rechazan a los demás.

- Apego ansioso desorganizado: Es una mezcla de los dos anteriores.

Por lo tanto, para conseguir que nuestros hijos sean seguros, fuertes y optimistas debemos crear un vínculo de apego seguro con ellos y, una de las principales maneras de hacerlo, es atender a sus necesidades al momento, estar siempre dispuestos para ellos y, por supuesto, darles mucho amor y cariño. Lo único que necesitan los bebés en sus primeros meses de vida (aparte de los cuidados esenciales) es el amor de sus padres.

Para que un niño crezca sano, feliz y desarrolle al máximo sus capacidades lo único que necesita es el amor y el contacto con sus padres. Así que recuerda dar todos los días muchos besos y abrazos a tus hijos y decirles todas las veces que puedas ¿te quiero?.

Además, ¿hay algo mejor que abrazar y besar a tus hijos?

EXPERTO:

Compartir en Familia

Redacción

Compartir en Familia es una web divulgativa dirigida en exclusiva a los padres y madres de Santillana Compartir, un proyecto que apunta a la excelencia educativa a través de la integración de contenidos, tecnología y servicios dirigidos a toda la comunidad escolar.

Nuestra propuesta educativa, que ya está presente en 13 países de Latinoamérica, se fundamenta en la construcción de un ecosistema educativo que permita mejorar las competencias y habilidades necesarias para los alumnos y alumnas de hoy en día.