¿Cómo ayudar a los niños a tratar con sus iguales?

escrito por Sergio Miralles | 23 de diciembre de 2023



> Tanto docentes como familiares sabemos la importancia que tiene el tipo de relaciones que nuestros pequeños tengan con sus iguales. Nos preocupa, por ejemplo, qué nuevos niños conocerá al empezar la etapa infantil, qué amigos eligirá o cómo se comportará cuando nosotros no estamos presentes.

La revista *American Psychological Association* nos brinda **esta práctica publicación sobre cómo ayudar a nuestras niñas y niños a construir relaciones de calidad.**

En primer lugar, la publicación nos explica que los adultos tenemos un papel muy importante que influirá en cómo el niño se relacione con los demás y puede marcar la diferencia. **Podemos enseñarles estrategias sociales que influirán en el resto de sus futuras interacciones sociales y la forma en que se relacionen.**

En segundo lugar, la publicación nos ofrece estrategias concretas, sencillas y potenciales para cada etapa clave de la infancia: de bebés, etapa preescolar, etapa escolar y adolescencia.

Bebés:

La socialización es innata pero el tipo de interacción se

aprende socialmente desde el nacimiento. Es ideal empezar desde este momento a enseñarle prácticas sociales positivas porque le ayudarán a estar más contento y socializar mejor cuando comience la escolarización. Algunas sugerencias:

- **Enséñale a establecer turnos**: Sugiérele realizar una actividad distinta (como leer un cuento juntos) a la suya y turnar las actividades de ambos. Estas interacciones le ayudarán a ser flexible y eso lo podrá utilizar con sus iguales.
- **Ayúdale a estructurar sus interacciones**: Crea situaciones que propicien en él el juego y socialización con otros. Será muy positivo, además, si nos ve a nosotros practicando buenas relaciones con otras personas.

Etapa preescolar:

Esta etapa es ideal para potenciar la empatía y ayudarles a pensar en los demás. Algunas sugerencias:

- **Ayúdale a actuar con amabilidad**: pregúntale qué fue lo que hizo para que otro niño se alegrara, o cómo hizo para incluir en el juego a alguien que estaba solo. Si está jugando con otros y ve a un niño apartado, sugiérele que le pregunte si quiere jugar con él y los otros.
- **Incítale a pensar desde la perspectiva de otras personas**: si está con un juguete, pregúntale si piensa que ese juguete le gusta también a su hermano o hermana (o alguien cercano) o si prefieren otros juguetes. Así le ayudarás a entender que las demás personas son diferentes y fomentará su empatía.

Etapa escolar:

En esta etapa resalta especialmente la preocupación por cómo encajará en su grupo de iguales. Algunas sugerencias:

- **Dialogar sobre la popularidad**: según las investigaciones hay dos tipos de niños populares: los niños populares por su empatía y liderazgo positivo y amable, y los niños populares por ciertos aspectos más superficiales y nocivos como la agresividad. Hablar de esto y aclarar las diferencias entre los dos tipos de niños populares le ayudará a elegir las amistades correctas. (Para conocer más en profundidad los tipos de actitudes en niños, recordamos este artículo.)
- **Potencia la amistad**: enséñale los valores de la verdadera amistad (como el cuidado, el cariño, buen trato, confianza, ayuda y la lealtad), que siempre excluye toda violencia. Habla con el niño sobre ello, sobre qué personas puede elegir que sean así y cómo él puede ser ese tipo de amigo para otros. Pues ya sabemos que la amistad es un escudo protector.
- **Fomenta su autoconfianza**: ante los conflictos con los que se pueda topar, apóyalo y aconséjalo en sus decisiones haciéndole ver que estás ahí para lo que necesite.

Adolescencia:

Aquí las relaciones son más profundas y complejas, ya que intervienen relaciones más afectivas y se enfatiza la presión del grupo de iguales. Algunas sugerencias:

- **Normaliza sus inseguridades**: La mayoría de adolescentes se preocupan por sus relaciones sociales y su identidad. Ayúdale a entender que los demás de su edad pasan por lo mismo y también tendrán ese mismo tipo de preocupaciones. Aprovecha para animarle a ser empático con los demás.
- **Ayúdale a valorarse**: valora su identidad para que gane confianza y evite caer en los discursos coercitivos y la presión de grupo. Recuerda que tú le

influyes, pero sus iguales también, y en esta etapa tienden a buscar un punto intermedio entre ambas referencias. Por otro lado, los jóvenes conocen mejor que tú a sus propios compañeros y pronto tendrán que tomar sus propias decisiones.

Como conclusión, podemos ver que las sugerencias y estrategias de las etapas más tempranas están enfocadas a prevenir las dificultades y suavizar las complejidades que puedan encontrarse en las posteriores. Resaltamos de esta publicación que, **cuanto antes empecemos a guiarlos en esta socialización, mejor será su calidad de interacciones futuras y, por ende, su vida.**

[Imagen: Freepik]