



Como recién llegados a Canadá, usted y su familia han experimentado muchos cambios. Esto puede causar estrés y ansiedad a toda la familia. Cuando los niños están ansiosos, suelen demostrar problemas de conducta. Podrían desobedecer, llorar con facilidad, aferrarse a usted o experimentar problemas para dormir y comer.

Independientemente de la forma en que se comporte su hijo, es importante que usted demuestre coherencia y, a la vez, sea comprensivo, paciente y cariñoso.

Diferentes comportamientos según la edad

BEBÉS

- Los bebés no pueden decirnos lo que sienten; sin embargo, cuando algo no está bien, lloran para hacérselo saber. Su bebé también podría emitir numerosos sonidos para intentar “hablar” con usted.
- El sonido de la voz de los padres ayuda a calmar al bebé.
- Cuando un bebé derrama o rompe algo, no lo hace de forma intencional.
- Los niños más grandes sienten ansiedad al estar con personas desconocidas, especialmente cuando nunca se han apartado de sus padres.

NIÑOS PEQUEÑOS (1 A 3 AÑOS)

- Los niños pequeños aún no controlan bien sus sentimientos. Cuando algo está mal, necesitan que usted les garantice que todo está bien. No pueden contener el llanto ni dejar de aferrarse a usted.
- Su hijo pequeño podría frustrarse si intenta dejarlo solo, incluso durante períodos breves. No está seguro de si volverá y se siente perdido si usted no está con él.
- Los niños pequeños usan todo el cuerpo para explorar y controlar el mundo que los rodea. Podrían golpear, lanzar patadas, pellizcar, morder o jalar del cabello.
- No espere que obedezcan a todo lo que usted les dice.

NIÑOS PREESCOLARES (3 A 6 AÑOS)

- Los niños preescolares están aprendiendo de a poco a calmarse y autocontrolarse.
- Su hijo está aprendiendo de forma progresiva a comunicarse para obtener lo que quiere; sin embargo, estas nuevas habilidades desaparecen cuando el niño está ansioso.

¿Cuándo se comportan mal los niños?

Con frecuencia, los niños se comportan mal cuando experimentan algún tipo de estrés. Pueden producirse las siguientes situaciones:

- sentimientos fuertes que no logran comprender (p. ej., frustración, temor, ira, impotencia);
- necesidades intensas (p. ej., cansancio, hambre, dolor, enfermedad);
- entorno caótico (p. ej., demasiado ruido, agobio, otras personas enojadas);
- adultos que no reaccionan (o no pueden reaccionar) ante las necesidades o emociones del niño;
- desconocen otra forma de expresarse;
- experimentan problemas sociales (p. ej., ingresar a un juego, compartir, aprender a liderar y seguir a otros).

10 sugerencias para ayudar a que su hijo se comporte bien

1. El hogar debe ser un lugar tranquilo, relajado y seguro, con algunas opciones de juego, aunque no demasiadas.
2. Escuche a su hijo y hablele con calma.
3. Póngase a la altura del niño al jugar y préstele atención absoluta.
4. Fíjese expectativas realistas conforme a la edad y capacidad del niño, así como a la hora del día.
5. Defina una rutina previsible. Advierta al niño con algunos minutos de antelación si se producirá un cambio. Tenga previsto que, si habrá un cambio en la rutina, el niño podría reaccionar. Planifique con antelación en caso de que surjan complicaciones (p. ej., un refrigerio o un descanso antes de ir de compras).
6. Observe el comportamiento del niño y qué causa una mala conducta. Advierta de forma oportuna si el niño está descontento y aliéntelo.
7. Evite situaciones que causan malas conductas (p. ej., apuros, falta de atención, hacerle pasar hambre o cansancio).
8. Defina límites claros y coherentes, y hágalos respetar. Detenga de inmediato y con calma las malas conductas.
9. Modele el comportamiento que desea para su hijo. Si golpea al niño, no impedirá que siga comportándose mal. Es muy perjudicial.
10. Ayude a su hijo a lidiar con la situación de una forma más efectiva (p. ej., si toma el juguete de otro niño, ayúdelo enseñándole a ofrecerle al otro niño un juguete o a decirle “¿Puedo jugar?”).

Visite cmascanada.ca/cnc/parents para obtener más información multilingüe para padres



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT

Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada