



Autora miembro de MUxED  Jul 27, 2020 6 min read

# Tres elementos que favorecen una infancia plena

## María Castro

Integrante de MUxED y directora del centro educativo Magic Oak Preschool. Licenciada en Ciencias de la Educación por la Universidad de Monterrey con estudios de maestría en Enseñanza y Aprendizaje por la Escuela de Educación de la Universidad de Harvard. Ha trabajado durante veinte años con niños pequeños y sus familias, intentando resolver la cuestión de ¿cómo generar ambientes que promuevan en los niños la autonomía, la creatividad, la empatía, el trabajo en equipo y su amor por aprender?

**Resumen:** Los padres de familia pueden sentirse abrumados ante la abundancia de información sobre cómo crear ambientes de crianza adecuados. En este artículo, se explican, de manera sencilla, tres elementos fundamentales para favorecer una infancia plena: vínculos seguros; crecimiento del adulto; y rutinas y ambientes enriquecidos.

**Palabras clave:** #primerainfancia #serpadresen2020 #necesidadesdelosniños #vínculosseguros #rutinas #ambientesenriquecidos

Para quien se estrena como padre de familia puede generar angustia pasear por la sección de una biblioteca que ofrece libros sobre cómo criar y educar a los hijos. Libros que tocan temas desde nutrición, sueño hasta el desarrollo de las habilidades académicas en los niños. Algunos ejemplos de títulos son ¿Cómo enseñar a tu hijo a leer desde la cuna? ¿Cómo favorecer el oído de tu pequeño? o ¿Cómo lograr que tus hijos obedezcan de forma natural?

Quienes tenemos hijos buscamos propiciar el bienestar de nuestros retoños y nos surge la necesidad de prepararnos. Sin embargo, esta tarea puede ser abrumadora porque al deseo de ser buenos padres, le sumamos el estilo de vida individual que cada uno llevamos. Hace no tanto, alrededor de 100 años, era común que cuando un bebé nacía, se contaba con todo un sistema de apoyo para su crianza. Generalmente las familias vivían en comunidades compactas, con tías, abuelas y vecinos dispuestas a cuidar al recién nacido. Los niños crecían cuidados por la "aldea", pero, hoy en día, la tarea de educar se percibe como exclusiva de los padres.

La ciencia es clara al revelar que los primeros años son el fundamento de la vida misma. Las experiencias vividas en la primera infancia son los cimientos sobre los cuales seguiremos construyendo. Responder a las necesidades de los más pequeños es esencial. Diseñar espacios apropiados para la primera infancia es algo que debemos tomar muy en serio pues los frutos se darán en aspectos importantes de nuestra sociedad, desde el bienestar emocional de las personas hasta la productividad y efectos económicos de las comunidades que habitamos.[1]

¿Qué elementos favorecen una infancia plena? Quiero responder a esta pregunta de forma sencilla, en sólo tres elementos.

**Primer elemento: Los niños son plenos cuando tienen vínculos seguros con adultos que están trabajando en su propio crecimiento.**

¿Qué son los vínculos seguros? Frecuentemente escuchamos que los niños necesitan saberse amados incondicionalmente. Desde luego, coincido con esta afirmación, pero ¿cómo se sabe amado un niño? Un niño se sabe amado cuando percibe que es tomado en cuenta, cuando es escuchado, cuando sus necesidades básicas están atendidas, cuando le dedicamos tiempo, cuando conversamos con ellos, cuando somos afectivos, cuando tenemos detalles significativos, por ejemplo, “pensé que este libro te encantaría y lo traje de la biblioteca para ti”.

Los niños también se saben amados cuando respondemos con dulce firmeza, por ejemplo cuando decimos: “Te pido que por favor termines de limpiar tu habitación antes de salir al jardín”; “El tiempo que tienes permitido usar internet se termina en 10 minutos, pronto voy a desconectar la red”; “Estamos en esta tienda sólo para comprar alimentos, hoy no compraremos ningún juguete”; “Me gusta mucho jugar contigo, pero ahora tengo una junta de trabajo, cuando termine armamos el rompecabezas”.

Como padres de familia podemos y debemos desarrollar estos vínculos seguros. El niño se beneficia de saberse amado y también de poder confiar en sus adultos de referencia.[2]

Pongamos atención ahora a la segunda parte de la oración: Los niños son plenos cuando tienen vínculos seguros **con adultos que están trabajando en su propio crecimiento.**

Los niños necesitan modelos, necesitan inspiración, se benefician de tener ejemplos de vida a la mano. Por esto, el reflector debe estar tanto en el niño como en el adulto, hasta me atrevería a decir que un poco más en el adulto. Para ser adultos plenos, toca seguir cuidándonos, seguir nutriéndonos, seguir creciendo. Termino la explicación de este primer elemento diciendo que los niños aprenden por imitación, los niños nos están observando, seamos fuente de inspiración.

**Segundo elemento: El niño es pleno cuando proveemos rutinas predecibles, fomentamos hábitos sanos y lineamientos claros.**

Cuando me toca observar salones de clases noto que, en aquellos que hay menos conflictos, las rutinas y los lineamientos han sido explicados, entendidos y apropiados por los niños. Lo mismo observo en las dinámicas familiares. Cuando el niño tiene un horario de sueño consistente, una alimentación nutritiva, cuando el niño comprende qué está permitido y qué no, en su entorno, los adultos estamos facilitando el desarrollo de una infancia plena.

Vivimos en un mundo con ritmo. Hay día, hay noche, hay estaciones. Y aunque hay inviernos más crudos que otros, siempre llega la primavera. El niño se beneficia de tener un ritmo. Un ritmo en el salón de clases y un ritmo en su hogar. El niño se beneficia de saber cuáles son sus responsabilidades en cada ámbito. Se beneficia de saber lo que él o ella puede aportar para hacer de su espacio algo más lindo para todos. Por ejemplo, cuando el niño sabe "En mi casa, soy yo quien saca la basura"; "En mi casa, yo soy responsable de darle de comer a mi perrito"; "En mi salón, yo me aseguro de apagar las luces cuando no las usamos"; "En mi salón, yo me aseguro de que nuestra planta siempre tenga agua"...

En suma este segundo elemento se puede expresar así: los niños necesitan rutinas y límites claros y dentro de esas rutinas, es bueno que ellos sean los protagonistas activos y no sólo los recipientes de reglas.

### **Tercer y último elemento: El niño es pleno cuando vive en un ambiente enriquecido.**

Muchas veces se confunde un ambiente enriquecido con un ambiente saturado. Muchas veces se confunde también un ambiente enriquecido con un ambiente escolarizado. Cuando hablo de ambiente enriquecido, estoy hablando de dejar a los niños ser niños. De darles su tiempo para aprender, de no intentar apresurar el desarrollo sino confiar en el mismo. Un ambiente enriquecido es aquel en el cual el niño tiene tiempo para jugar, tiempo para crear, e incluso tiempo para aburrirse. Algunos ingredientes de un ambiente enriquecido son:

**Juego creativo.** Ese que nace del mismo niño e incluye su imaginación. Cuando construye con bloques, arma legos, hace una fortaleza con sábanas o cuando hace pasteles con lodo.[3]

**Tiempo en la naturaleza.** La naturaleza nos brinda oportunidades sensoriales maravillosas. Es una herramienta para mantener viva nuestra capacidad de asombro. Desde observar los diferentes tonos de verde hasta ver la perfección de una telaraña. Es encontrar lo extraordinario en lo cotidiano. Recuerden el gozo que experimentaban de niños al correr bajo la lluvia o lo gratificante que es jugar con arena en la playa.

**Movimiento.** Los niños se benefician de la actividad física y naturalmente la buscan. Cuando los llevamos al parque, la mayoría de los niños quieren correr, quieren escalar árboles, quieren poner a prueba su equilibrio. Un niño sano baila, salta y usa sus manos y su cuerpo.

**Arte y Música.** El arte y la música como compañeros de vida. Expongamos a los niños a la música, hagamos música juntos. Hablémosles de arte, hagamos arte juntos.

**Historias, cuentos, conversaciones interesantes.** La adquisición y enriquecimiento del lenguaje es uno de los procesos más maravillosos en la primera infancia. Los niños se benefician de que leamos cuentos juntos, de que narremos historias y de hacerlos partícipes en conversaciones significativas.

Una infancia plena es aquella en la que aprendemos con elementos significativos. Contando los limones que compramos en el supermercado. Sembrando un huerto en casa, o incluso cocinando juntos.

Termino este artículo con esta frase: "Tu infancia te acompaña siempre". Valoremos las experiencias de los primeros años. Permitamos a nuestros niños tener una infancia plena con vínculos seguros, cuidando de nosotros los adultos, con rutinas claras y en un ambiente enriquecido.

Correo: itsmariacastro@gmail.com

Linkedin: Maria Castro

[1] *The Science of Early Childhood Development*, National Scientific Council on the Developing Child. Harvard University <https://46y5eh11fhgw3ve3ytpwxt9r-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2007/03/InBrief-The-Science-of-Early-Childhood-Development2.pdf>

[2] *Young Children Develop in an Environment of Relationships* (2004). National Scientific Council on the Developing Child, Harvard University <https://46y5eh11fhgw3ve3ytpwxt9r-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2004/04/Young-Children-Develop-in-an-Environment-of-Relationships.pdf>

[3] Joan Almon, *The vital role of Play*, [https://www.waldorflibrary.org/images/stories/Journal\\_Articles/GW43almon.pdf](https://www.waldorflibrary.org/images/stories/Journal_Articles/GW43almon.pdf)