

Promover el apego y el desarrollo cerebral del niño

© 2005 Joint Council on International Children's Services

Traducido por www.postadopcion.org

Aunque el desarrollo cerebral del niño se puede haber retrasado por la escasez de interacciones afectuosas en el pasado, los nuevos caminos en el cerebro (incluyendo las conexiones del apego) se pueden inducir por medio de la atención y la estimulación.

El Dr. Neal Kaufman, de la American Academy of Pediatrics' Committee on Early Childhood, Adoption and Dependent Care, asegura: "hay momentos en que aprender es más fácil, pero eso no significa que sea imposible en otros momentos. Solamente lleva más trabajo, pero nunca es demasiado tarde para ayudar".

He aquí algunas maneras de promover el desarrollo del cerebro del niño:

- **El juego, la charla distendida, cantar** y otras interacciones deberían tener lugar de forma diaria.
- **La música, la lectura y los juguetes** apropiados para el nivel de desarrollo del niño **promueven su estimulación**.
- **El contacto cara-a-cara**, combinado con gestos recíprocos y **descripciones** de las cosas y los sentimientos mejoran el aprendizaje y la confianza. Si el niño evita tu mirada, sosténle la cara suavemente (a menos que el niño se oponga).
- **Coge en brazos y toca a tu hijo tanto como sea posible.** Si el niño parece incomodarse al principio, continúa intentándolo, soltándole algunos segundos después de que se resista. El niño necesita aprender que el contacto físico es bueno y que es seguro depender de otro.
- **Disfruta de tu niño, concédate descansos.** Pide ayuda y apoyo a terceros.
- **Sé claro y coherente con las normas.** El niño necesita estructuración y rutinas. Pero acude a su llamada cuando llore, incluso de noche (los padres pueden turnarse). Ello no significa mimar al niño, sino enseñarle que puede depender de ti/ vosotros, lo que hará que su necesidad de atención disminuya.
- **Proporciona alabanzas orientadas a la acción** ("buen trabajo") más que exageradas alabanzas globales ("eres fantástico"), si percibes que este tipo de alabanzas globales causan ansiedad y regresión en un niño con baja autoestima.
- **Reconsidera la disciplina como una oportunidad de aprender** para tu hijo, y no como un castigo. Una pausa cerca de ti como una oportunidad para calmarse hará que el niño se sienta menos rechazado que el aislar al niño en otra habitación. Intenta fijar la cantidad de tiempo necesario a razón de un minuto por año.
- **Sé proactivo** más que reactivo si un niño algo mayor pone a prueba tu

afecto y compromiso. El Dr. Gregory Keck, especialista en apego, señala que si el niño consigue repetidamente generar una respuesta airada, llevará más tiempo conseguir construir confianza en su permanencia en su nuevo hogar. Busca consejo si sientes que tu paciencia se agota para aliviar tu culpabilidad, promover tu propia confianza y aprender nuevas formas de aproximación a los problemas de tu hijo.

- Proporciona a tu hijo experiencias que contribuyan a construir confianza.
- **Conserva tu sentido del humor** y confía en que las cosas mejorarán con el tiempo, sean cuales sean los problemas de tu hijo, si te mantienes firme y consigues ayuda. Existen excelentes

terapias de reciente aparición para ayudar a niños con problemas serios de apego desarrolladas por centros especializados. Pero para la mayoría de los niños, las medidas descritas aquí son suficientes.

Rebecca Helgesen escribe en Adoptive Families, “Algunos niños que han sufrido carencias en su más tierna infancia tal vez no lleguen a ser Doctorados o Máster. Pero el hecho destacable es que algunos lo serán. Y aquellos que no lleguen ahí, aun así, desarrollaran sus vidas con éxito académico, felicidad y generosidad (...) la mayoría de nuestros hijos nos harán sentir orgullosos de ellos (...) el desarrollo, como dice Kaufman, es un proceso que dura toda la vida”.

(1) Este artículo forma parte de *The Adoptive Parent Preparation System 2005 Revised Edition* para uso de agencias de adopción, trabajadores sociales y asociaciones de padres.