

Los Miedos Infantiles

Las conductas de miedo son especialmente frecuentes en los niños, porque se encuentran constantemente expuestos a situaciones que por su novedad, complejidad, o en suma por la carencia de un repertorio comportamental adecuado, no se encuentran en condiciones de dominar. El miedo se haya presente en todo organismo vivo, constituye uno de los mecanismos más importantes de protección, adaptación y ayuda, ya que actúa como un indicador de peligro.

En este sentido, el que los niños tengan miedo es positivo y eficaz.

Las respuestas de miedo DESADAPTATIVAS, aparecen cuando traspasan ciertos límites de intensidad, y el niño no es capaz de dominar la situación, influyendo directamente en su vida cotidiana, limitándolo, es entonces cuando debemos actuar.

Los miedos varían según la edad y el desarrollo del niño, van cambiando. Los más frecuentes son: la oscuridad, los monstruos o cualquier criatura imaginaria, ladrones, asesinos, les ocurra algo a los padres, accidentes de tráfico.....

1. no rechace al niño "eres un gallina"
2. aproveche positivamente, el valor de modelos potenciales (hermanos, amigos....)
"anda, mira como Juan acaricia al perro, y ves al perrito le gusta, mira como mueve el rabo....."
En vez de "mira como Juan acaricia al perro, no como tu, que no eres capaz....."
3. No le obligue a un enfrentamiento directo con el objeto si el no quiere, motíVELO antes, divida la dificultad haciéndolo más sencillo.....
4. no refuerce su conducta de ansiedad ante el objeto temido.
5. no implique a sus alumnos en sus propios miedos.
6. Alabe y premie sus esfuerzos por pequeños que sean.
7. escuche pacientemente al niño y muestre comprensión, pero aproveche la ocasión para explicarle que juntos podrán vencer el miedo.
8. ofrezca a sus niños la oportunidad de vencer sus miedos activamente siempre que sea posible.
9. Trabaje con sus niños para que, poco a poco se enfrenten a sus miedos.

Si el miedo persiste, acuda a un profesional, este tipo de problemas, tiene un pronósticomuy positivo y a corto plazo.