



Niños sanos y felices

Todos los niños nacen con un potencial que sólo se desarrollará positivamente mediante una relación positiva y afectiva con el medio que los rodea. Los padres son los encargados de satisfacer no solo las necesidades biológicas de sus hijos sino también sus necesidades emocionales. Esto permitirá que crezcan sanos, equilibrados e intelectualmente competentes, sintiéndose seguros de sí mismos y de su relación con los demás.

La construcción de un vínculo

Construir un vínculo requiere tiempo, interés y cuidado mutuo. Dado que los vínculos se crean en los primeros años de vida, éstos son esenciales en la construcción de nuestra identidad, en el desarrollo cognitivo (cómo vemos el mundo que nos rodea y cómo interpretamos las relaciones) y en el desarrollo social (cómo reaccionamos ante situaciones que se nos presentan y cómo nos relacionamos con los demás).

Según los expertos, los vínculos afectivos seguros son fundamentales para el desarrollo sano de nuestros hijos, constituyendo el cimiento fundamental para las relaciones interpersonales futuras. Estos vínculos contribuyen a la formación de una autoestima sana del niño y aportan seguridad, aceptación y comunicación positiva entre los integrantes de la familia.

El primer vínculo afectivo más importante en la vida de un niño, es el que establecen con sus padres o adultos más cercanos.

Como padres, debemos brindar amor para que nuestros hijos puedan crear vínculos afectivos seguros.

Beneficios de unos vínculos afectivos seguros y sanos

Un vínculo positivo con nuestros hijos, fomenta y mejora la comunicación familiar, así como favorece la influencia de los padres en los hijos. Por otro lado, aporta confianza, seguridad y fortaleza a los niños y niñas, contribuyendo a la formación de una sana autoestima. En la medida que se formen vínculos positivos se formarán bases seguras para futuros vínculos, permitiendo el desarrollo integral del niño en todas sus áreas.

¿Cómo podemos crear unos vínculos seguros con los niños y niñas?

- Manifiesten su cariño abiertamente ya que el contacto físico es muy positivo.
- Compartan con sus hijos juegos y situaciones cotidianas, aprovechando cualquier momento para estar ellos.
- Fomenten la comunicación, haciendo que los niños se expresen, se comuniquen y digan lo que piensan y sienten.
- Escuchen lo que sienten y piensan. Muestren su interés mientras hablan, respondan, y mírenlos a los ojos.

- No juzguen lo que dicen, son sus emociones y sus pensamientos. Cuando los padres escuchan a sus hijos muestran aceptación y respeto.
- Compartan con ellos situaciones y experiencias. No solo se les estará enseñando que todos tenemos emociones y sentimientos, sino también estaremos enseñando destrezas sociales tales como la capacidad de empatía, escucha, aceptación y tolerancia con los demás.

Michelle Mulanovich Zegarra
Psicóloga Infantil
Birmingham N¹ursery School