

Guía para padres

Preparándome para ir de cumpleaños

Tiene usted entre sus manos...

Algo más que un cuento, una colección nueva que trata de recuperar la filosofía de las historias con enseñanza, dando una oportunidad a los padres para disfrutar con sus hijos, al tiempo que potencian el poder educativo de los cuentos.

Cada cuento contiene una atractiva historia, que se acompaña de bonitas ilustraciones y una enseñanza final que se presenta al niño en forma de una actividad sencilla para realizar con papá y mamá.

La colección está dirigida a aquellos niños y niñas más inquietos, impulsivos, que tienen más dificultades para controlar sus emociones, a los que les resulta más difícil ponerse en la perspectiva de los demás y que necesitan cierto entrenamiento en habilidades sociales. Son especialmente indicados, por tanto, para niños con Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) o Asperger.

La actividad que se propone al final de cada cuento, ayuda al niño a entender el mensaje central de la historia y a conectarlo con su propia realidad, proporcionando a los padres un soporte para ayudar a sus hijos a adquirir nuevas estrategias con las que manejarse mejor en el futuro.

El tema de las historias ha sido elegido cuidadosamente por un grupo formado por especialistas en educación y por padres, y se basan en experiencias reales. Abordan, de forma muy original, problemas cotidianos importantes en la vida de los niños y escasamente tratados en la literatura infantil.

Una guía para padres, en pequeño formato independiente, acompaña a cada cuento para orientar las actuaciones educativas.

Primeros títulos de la colección:

—**Cuento 1: MI MAMÁ ES VERDE, MI VECINO NARANJA** enseña a los niños cómo deben tratar y relacionarse con las personas conocidas y con las extrañas en función de la confianza y familiaridad que tengan con ellos.

—**Cuento 2: ELENA Y EL CAMINO AZUL** ayuda a los niños a tomar conciencia de cómo una mala decisión puede conducir a muchos errores y a llevarnos por un mal camino; y cómo adelantarse a las consecuencias, puede ayudarnos a tomar perspectiva y a cambiar a tiempo.

—**Cuento 3: PREPARÁNDOME PARA IR DE CUMPLEAÑOS** ayuda a los niños impulsivos a manejarse mejor en los cumpleaños, evitando los conflictos que les llevarían al rechazo por parte de sus compañeros.

—**Cuento 4: LA GYMKANA DE EMOCIONES** sugiere a los niños una serie de pasos-guía que les pueden resultar muy útiles para saber cómo salir de situaciones problema cuando se dan cuenta de que no han hecho las cosas como deberían.

Le proponemos disfrutar con el cuento junto a sus hijos, dialogar con ellos sobre el tema propuesto y realizar conjuntamente la actividad que se propone al final de cada historia. En la guía de padres encontrará algunas sencillas sugerencias que le podrán ser de mucha utilidad y le ayudarán a enriquecer las relaciones con sus hijos.

Cuento 3

Preparándome para ir de cumpleaños

Objetivo de este cuento

El cuento “*Preparándome para ir de cumpleaños*”, está especialmente indicado para ayudar a los niños más impulsivos a manejarse mejor en los cumpleaños, evitando los conflictos que les llevarían al rechazo por parte de sus compañeros.

Resumen de la historia

Iván es un chico algo impaciente al que le cuesta ponerse en el lugar de los demás. Cuando a él y a su hermano Carlos les invitan a un cumpleaños, su hermano le amenaza con no ir con él a ningún otro sitio, si vuelve a comportarse como la última vez que fueron a una fiesta. A la mañana siguiente, papá decide ayudar a Iván y le sorprende con una sesión de “entrenamiento” muy especial. Como si fuera un entrenador de fútbol, papá plantea una estrategia y cinco reglas importantes que se deben cumplir en todos los cumpleaños. Iván hace caso de las recomendaciones de su padre y consigue divertirse en el cumpleaños sin meterse en ningún conflicto.

¿A quién va dirigido?

Este cuento está especialmente pensado para los niños más extrovertidos, espontáneos, impulsivos, sensibles y cariñosos. Aquellos niños y niñas inteligentes y despiertos que se muestran algo inmaduros en las relaciones sociales y que no suelen ser muy invitados a los cumpleaños. Su inquietud, la excitación que les produce un acontecimiento de este tipo y la dificultad que muestran para controlar las emociones, suelen provocar más de un problema durante las celebraciones.

¿Qué aprenderán?

Esta historia ayudará a los niños a:

- Comprender que planificar el modo de enfrentarse a una situación ayuda a superarla con éxito.
- Aprenderán a ponerse en el lugar de los demás.
- Comprenderán de forma divertida una serie de reglas básicas necesarias para comportarse de modo adecuado cuando se es invitado a una fiesta.
- Generalizarán con facilidad estas enseñanzas a situaciones parecidas.

Consejos para papá y mamá...

- Recuerda que ningún niño nace sabiendo cuáles son las pautas aceptables de comportamiento social. Del mismo modo que les enseñamos a vestirse o a hacer los deberes, debemos enseñar a nuestros hijos a relacionarse adecuadamente.
- Para aprender, los niños necesitan modelos que les sirvan de ejemplo, como la historia del cuento que acabamos de leer. Necesitan practicar con la confianza de saber que los mayores entenderán y tendrán paciencia con sus errores de principiantes. Necesitarán, además, ánimo y felicitaciones por las pequeñas mejoras conseguidas.
- La mayoría de los niños aprenden espontáneamente de lo que ven a su alrededor, pero otros, tienen más dificultades para ajustar su comportamiento social y necesitan recomendaciones explícitas.
- Cuando los padres reciben quejas del comportamiento de sus hijos en los cumpleaños, les regañan y advierten para la próxima vez. Cuando ven que la situación se repite y constatan que, cada vez, son menos invitados a los cumpleaños, comienzan a preocuparse seriamente. Pronto descubren que castigar o regañar no añade más que sufrimiento a la desazón que ya embarga al niño al sentirse ignorado por sus compañeros de clase. Se plan-

tean, entonces, que sus hijos necesitan algo más, aprender **cómo** deben comportarse en estas situaciones, entender cómo **adecuar su conducta a cada situación** y comprender **por qué** debe hacerse así.

- El objetivo de este cuento es aprender con nuestros hijos/as a anticipar las posibles consecuencias de nuestros actos. Se trata, por tanto, de un “entrenamiento” que nos permitirá, a partir de conductas cotidianas adecuadas y no adecuadas, reflexionar sobre: cuál ha sido nuestro comportamiento, qué nos ha salido bien, qué podíamos haber hecho mejor y analizar las consecuencias que tuvo todo ello tanto para mí como para los otros.
- Para ayudar a los niños más inmaduros o de menor edad a entender cómo deben manejarse en situaciones de este tipo, ideamos una serie de reglas de comportamiento que transmitimos como si de un entrenamiento de fútbol se tratase. La lectura del cuento se podrá completar con las siguientes actividades y pautas educativas.

Actividades para realizar con nuestros hijos.

Leeremos el cuento tantas veces como nos lo pidan los niños. Cuando creamos que han asimilado la historia introduciremos, como una novedad, las siguientes actividades.

- Reflexionamos sobre el cuento.** Aprovecharemos la ocasión propicia para reflexionar sobre la historia de Iván. Realizaremos la actividad que se presenta al final del libro repasando las 5 reglas que se concretan en el cuento. Valoraremos si nos parecen adecuadas o no, si sería necesario completarlas y si nos costaría cumplirlas. También podemos pedirle a nuestro hijo/a que piense en otro niño de su clase al que le vendrían estupendamente estas reglas. Eso gratifica especialmente a aquellos niños que han tenido problemas en el pasado, puesto que les hace sentir que no son los únicos a quienes les conviene aprenderlas.
- Jugaremos a imaginar una situación hipotética de partida** y plantearemos dos situaciones: qué pasaría si la “jugada va bien” y somos capaces de aplicar bien todo lo que se ha aprendido en el entrenamiento, y qué pasaría si “la jugada va mal” y nos olvidamos de lo anteriormente dicho. Analizaremos las consecuencias y el modo en que nos sentiremos nosotros y los demás

en uno y otro caso. Pondremos a prueba a nuestro hijo imaginando qué podría hacer él para salir del paso ante situaciones conflictivas. Por ejemplo: ¿Qué podrías hacer si un invitado te insulta y te acusa de algo que no has hecho? ¿Qué podrías hacer si el anfitrión quiere que sea otro niño el que se ponga a su lado para soplar las velas? ¿Qué podemos hacer si alguien dijera que tu regalo es horrible?...

- Pactaremos una forma de frenar el mal comportamiento.** Aprovechando una situación de simulación como las anteriores, plantearemos el problema de qué hacer si las cosas se descontrolan y el niño no hace caso de lo que le dicen los adultos. Daremos por hecho que no hay mala fe en estos comportamientos desajustados, sino olvido de las instrucciones y falta de control de las emociones. Plantearemos que entendemos la situación pero que la conducta inaceptable no puede mantenerse y le conduciremos fuera de la sala a un rincón tranquilo donde pueda meditar unos minutos. Una vez pasado ese tiempo, se incorporará el niño al grupo con el recuerdo de las consignas y, estaremos muy pendientes de reforzar las primeras actitudes positivas que demuestre.
- Aprovecharemos una situación real para realizar una sesión de “entrenamiento”** No es necesario esperar mucho tiempo hasta que el niño sea invitado a un cumpleaños. Podemos plantear este primer entrenamiento con una situación parecida, por ejemplo, para preparar una visita a casa de la abuela, recibir en casa a un amigo de clase, pasar una tarde con los primos o para comportarnos mejor en la consulta del pediatra. A los niños les divierte mucho hacer teatro, así que simular la situación del cuento no será difícil. Podemos titular la sesión de entrenamiento “Preparando la jugada” y no olvidaremos un recordatorio breve y positivo antes de llegar al lugar del convite. Para esta primera vez, conviene elegir una actividad en la que podamos estar presentes con el niño. De este modo, tendremos ocasión de ver cómo se maneja y felicitarle, frecuentemente, por lo bien que está controlando cada pequeña situación. Procuraremos felicitarle de forma discreta, susurrando una frase al oído o haciendo un gesto de complicidad. Evitaremos situaciones de riesgo, de modo que nos retiraremos con el niño si vemos que no puede controlarse bien por más tiempo. De camino a casa, podemos comentar qué tal nos ha salido “la jugada”. Destacaremos los momentos positivos

y haremos hincapié en lo bien que se han podido sentir los demás con nuestra actuación. Al analizar los momentos negativos, distinguiremos los errores debidos a mala voluntad, de aquellos que se produjeron a pesar del esfuerzo y la buena intención. Ante los primeros, nos mostraremos tristes a la vez que sorprendidos (“no esperaba yo que te olvidaras de lo que habíamos pactado”) y haremos ver la consecuencia que pueden tener. Respecto a los segundos, adoptaremos una actitud comprensiva, analizaremos qué pudimos hacer para que saliera mejor y transmitiremos ánimo y actitud positiva respecto al futuro.

- Para aquellos niños que tienen más problemas para comportarse bien y que últimamente nunca son invitados a los cumpleaños, podemos tomar algunas medidas de apoyo más específicas:
- Trataremos de fomentar las invitaciones con niños de dentro o de fuera del colegio.
- Cuando el niño sea invitado a un cumpleaños, debemos valorar si nuestro hijo puede ser capaz de comportarse medianamente bien en esa situación sin supervisión nuestra. Por ejemplo, si se trata de un sitio de juegos con parque de bolas y toboganes, es mucho más difícil que nuestro hijo se controle, que si la fiesta tiene lugar en una casa particular, o si incluye cine y burger. Nos guiaremos por la consigna siguiente: “más vale que vaya poco rato al cumpleaños y se porte bien, que dejarlo dos horas y que las cosas acaben mal”. Podemos reducir el riesgo de que aparezcan problemas reduciendo el tiempo de estancia en el cumpleaños. Si nos decidimos por esta opción, es mejor llegar más tarde que tratar de retirar al niño el primero. Por diversos motivos: cuando un niño llega el último es probable que todos le estén esperando puesto que es el último regalo que queda por abrir y el niño no tiene la frustración de ser el primero en dejar la fiesta. Además, se reduce el riesgo de pataleta. En cualquier caso, debemos informarnos para que nuestro hijo llegue justo antes de que se soplen las velas de la tarta. Por supuesto, nunca debemos decir al niño que vamos a ir tarde porque su comportamiento no siempre es el adecuado. Buscaremos una excusa creíble para hacerlo.
- Pensaremos un regalo que impacte al niño del cumpleaños. Es cierto que no debemos hacer a nuestro

hijo consciente de que esta estratagema funciona, pero echaremos mano de ello para apoyar nuestra causa. Un regalo de impacto, no siempre es un regalo caro. Puede ser un regalo poco frecuente como un pez de colores o un regalo muy deseado como una caja de zapatos llena de cromos de la colección de moda.

- Prepararemos con cuidado la celebración del cumpleaños de nuestro hijo. Pensaremos una fiesta con actividades cortas y controladas por adultos, especialmente pensadas para que él no se impacienta y se desborde de la emoción. Limitaremos el número de niños a invitar haciendo que la situación sea manejable para todos. Actualmente se ha puesto de moda invitar a toda la clase. Esto es un importante error para el niño que tiene dificultades en las relaciones sociales y para el que no. Los cumpleaños siempre han sido una forma de destacar a los niños que son “más amigos”, sobre los que simplemente son compañeros de clase. También han sido siempre una moneda de cambio social (“como me has hecho esto, no te invito a mi cumple”). Tienen una función específica. Invitar a toda la clase para tratar de poner a bien al niño frente a un grupo que lo rechaza o ignora, es un gran error. Si invitamos a toda la clase, durante el cumpleaños se formarán los mismos grupos de juego, de modo que si nuestro hijo es ignorado en clase, también en el cumpleaños se le ignorará y si es rechazado, nos encontraremos con la misma situación. No hay nada más desolador, que un niño llorando desconsolado en una esquina porque nadie quiere jugar en su propio cumpleaños. Si en su entorno todos los niños son invitados a todos los cumpleaños, podemos justificar reducir el número con la excusa de poder hacer una celebración diferente. Por ejemplo, invitamos a tres niños a pasar el fin de semana o a una actividad especial durante un día. Algo que no se podría hacer con muchos niños.
- Ampliaremos los grupos de juego de nuestro hijo de tal modo que su fuente de amigos no dependa únicamente del colegio. Tendremos en cuenta que, en muchas ocasiones, algunos niños con dificultades para la relación tienen mejores relaciones en grupos de un año menos de edad.