



Fotografía: Anabela, iStockphoto.com

Comida

Si vamos a cenar más bien tarde, podemos dar de cenar antes a los más pequeños. Así, por un lado, sus horarios no se alteran y, por otro, nosotros podremos cenar más tranquilos.

Pero hay que hacer que ellos también noten las fiestas en la comida, así que podemos ponerles un platito con decoración típica, prepararles su comida favorita y darles un postre dulce.

Lo que comemos los adultos en estas fechas (cordero, polvorones, tumón) no es adecuado para ellos. Si quieren probar algo (es fácil que ocurra con los dulces), podemos permitirselo con precaución y en dosis pequeñas.

No hay que regalarles demasiadas cosas: más de dos paquetes a la vez les desbordan



Los regalos

Por supuesto que ya disfrutan con los juguetes que reciben, pero tengamos la precaución de que sean adecuados a su edad: libros de imágenes plastificados y resistentes, juegos de construcción con piezas grandes y de colores, muñecos, coches para amasar por el suelo...

No hay que gastarse mucho dinero ni darles muchos juguetes, más de dos cosas a la vez les desbordan y les impiden disfrutar de ellas. Y, además, si reciben demasiados regalos dejan de valorarlos, se aburren y pierden el interés.

Podemos apartar algunos por un tiempo para ofrecérselos más adelante.

Conviene ponerse de acuerdo con parientes y amigos, e incluso indicarles lo que es más conveniente. No ha de ser todo necesariamente juguetes.

Mimos y saludos

Los parientes y amigos querrán hacer fiestas y mimos al pequeñín, pero tantas personas a la vez pueden ser una sobredosis para él, sobre todo si no las ve a menudo. Estas ocasiones de relación social le ayudan, pero hemos de entender que los niños de esta edad no siempre están por la labor de besar y saludar a todo el mundo, así que respetemos su necesidad de guardar las distancias que necesiten.

Si queremos llevarles a un lugar lleno de gente podemos cargarlos en brazos al principio y luego tratar de que nos tengan siempre a la vista. De esta manera no se asustarán.

Si observamos que solo quieren estar con una persona (generalmente mamá), entendamos que son cosas de la edad y no le forcemos a permanecer con otros.



Reyes Magos y Papá Noel

A nosotros nos parecen la mar de simpáticos y damos por supuesto que tienen que encantar a los niños, pero no debemos lanzarles alegremente a sus brazos o a sus rodillas, porque a algunos niños les resultan demasiado impresionantes y huyen de ellos como alma que lleva el diablo. Imaginemos lo que sentiríamos nosotros si se nos apareciese un santo en persona y encima pretendiese tomarse confianzas. Así que comencemos por permitir que observen a una prudente distancia cómo saludan a otros niños y luego acerquémonos sin precipitación.

Si el niño disfruta, estupendo, pero si no, mantengámoles en nuestros brazos a unos cuantos metros.

La cabalgata

A esta edad ya podemos llevarlos a ver la cabalgata de Reyes, ellos se lo pasarán muy bien y nosotros disfrutaremos viendo su cara de asombro.

Podemos conformarnos con que vean una parte del desfile, con una hora es suficiente, ya que las largas esperas y caminatas desbordan con facilidad el aguante de niños tan pequeños.

Las cabalgatas pequeñas de los barrios pueden ser una opción mucho más manejable.



Luciano Montero, psicólogo

Próximo número: ¿Puede comer alimentos «alternativos?»