



Foto: J. L. GARCÍA

### Algún día tiene que ser el último.

#### ¿Cómo hacerlo?

● **Regalo.** A muchos niños les encantará creer que su chupete lo usarán los monos del zoo o las ovejas del campo. Basta con que ellos decidan a quién quieren dárselo y simular una entrega que recordarán con agrado.

● **Pura magia.** ¿Y si lo dejamos una noche bajo la almohada para que se lo lleve el Ratón Pérez, los Reyes Magos o el Hada de los Chupetes? Este tipo de historias suelen ser muy eficaces, ya que para los niños son una forma adecuada de entender la situación. Les animará encontrar un detallito sobre su cama a la mañana siguiente.

● **Aprovechar la ocasión.** La «operación chupete» puede conducir el día de su cumpleaños o cualquier otra fecha significativa. También se puede aprovechar la visita a esos amigos que acaban de ser papás, para que se lo regale al recién nacido, o proponer a un familiar que haga un trueque y se lo canjee por un premio especial.

● **¡Sabotaje!** Succionar el chupete resulta agradable, salvo si se pincha la tetina con un afilero o se corta un poco la punta. Hay quien le ha dado un par de puntadas con un hilo. En cualquier caso, la nueva sensación no le gustará al niño. Quizá él solo decida tirarlo a la basura.

**Pilar Hernando**

Asesora técnica de Laika, psicóloga del centro Inca Psicopedagógico de Madrid

Próximo número: Aprender a cuidar de uno mismo

Quando llegue el momento, quita el «tete» de su vista. Le ayudará a olvidarlo.

**No compararle.** Las amenazas, castigos, burlas y chantajes son contraproducentes, pues dañan la autoestima. Es más efectivo centrarse en los comportamientos positivos. Alabar sus logros, por pequeños que sean, le animará a continuar. Cada niño tiene su ritmo y saber que sus padres lo entienden, les motiva.

**Enseñarle a relajarse.** A algunos niños les encanta eso de ser «mayores» y abandonan el chupete sin grandes problemas. A otros les cuesta más hacerse a la idea, sobre todo, de dormir sin él. En estos casos es bueno ofrecer otras formas de relajación como un muñeco especial, una mantita suave o una música tranquila. Introducir un nuevo ritual que le resulte agradable, como un cuento o un masaje, también le ayudará a conciliar el sueño sin chupete. Quizás haya que armarse de paciencia unas noches, pero en unos días ni se acordará de su «inseparable amigo».