

SOBRE LAS PRIMERAS EXPERIENCIAS PADRES-BEBÉS

La forma más frecuente que tienen los niños de expresar su malestar físico y psíquico, o ambos a la vez, es mediante el llanto que, en ocasiones, puede llegar a ser muy intenso.

Hay una gran confusión sobre cómo deben responder los padres ante la ansiedad de su hijo. Una práctica muy habitual que puede desencadenar consecuencias negativas para el desarrollo psicológico del bebé, es dejar que llore y no cogerle en brazos “para que no se acostumbre”. Probablemente, a veces será inevitable que llore un poco, pero dejarle llorar no debe ser el recurso más habitual. Es mucho mejor preguntarnos qué le está pasando e intentar calmarle. Es tan importante alimentarle y asearle como no dejarle abandonado durante su llanto.

Los niños nacen con la necesidad de que su entorno les de una respuesta adecuada a sus necesidades. Estas respuestas son esenciales porque serán la base sobre la que se empezará a establecer su seguridad emocional. Si un niño pequeño siente que las personas que están a su alrededor no satisfacen sus necesidades básicas como pueden ser alimentarle en el momento adecuado, proporcionarle calidez, calma, abrazarle, acariciarle, mecerle, dedicarle palabras amorosas... puede llegar a sentirse desbordado por fuertes sentimientos de impotencia y desamparo que él solo no puede resolver.

Estudios recientes evidencian que el bebé necesita tener a su lado alguien que tenga la capacidad de entender sus sentimientos para que así pueda ayudarle a regularlos. No es necesario que esta persona sea exclusivamente la madre o el padre, pero sí se requiere que el cuidador pueda sintonizar con el niño y que esté emocionalmente disponible para él.

El llanto del bebé es su lenguaje y corresponde a los padres y cuidadores escucharlo, atenderlo y dar a este lloro el sentido más adecuado para poder, así, contener su malestar.