

## ¿Qué debo esperar en cada etapa? - Parte 2



Como mencionamos anteriormente, cada etapa que los niños atraviesan tiene sus desafíos conductuales y emocionales particulares, cambios que son parte del desarrollo y que muchas veces son impactados por la historia previa de su vida.

En nuestro boletín anterior explicamos algunos de los comportamientos más comunes, las dificultades y cómo abordarlos teniendo en cuenta la edad y el desarrollo de su hijo.

Hoy vamos a continuar desde las edades desde los 7 hasta la adolescencia para que puedas conocer más sobre lo que está sucediendo detrás de su comportamiento y lo que es típico de su edad. No eres el único y tu hijo no es la excepción. Algunas cosas son normales pero aún deben trabajarse, otras tienen que ver más con su historia y es posible que necesitemos buscar más ayuda para hacer los cambios apropiados.

Todo lo que fue sembrado en los años previos veremos como va saliendo a relucir, sin embargo nos da una oportunidad de sembrar cosas nuevas para su bien y ver los resultados más adelante.

### Desde los 7 - 8 años



Continuará desarrollándose su personalidad al ir explorando y eligiendo lo que les gusta y lo que no, pueden ser más expresivos respecto a sus gustos lo que puede afectar sus amistades, pero es parte del desarrollo.

También expresarán cuando no se sientan comprendidos, o cuando estén frustrados o tristes por lo que otros piensan sobre ellos, especialmente lo que piensas tú sobre ellos

como sus padres, cuidadores o profesionales, y muy importante, **cómo lo expresas**. Puede que empiecen a quejarse sobre las reglas, padres, amigos, etc., porque son diferentes a ellos. Puede que empiece a pelear más frecuentemente con el padre o adulto que cuida más de ellos.

#### Lo que necesitan de ti:

- Que escuches y valides lo que comparten contigo:
  - Sé que te sientes enojado, o triste, etc., o entiendo que estás... veamos...
- Que los ayudes a encontrar formas de resolver lo que les está causando problemas. Dales la oportunidad de pensar y hacer las cosas siempre con tu guía.
  - Veamos juntos qué podemos hacer para arreglar eso o mejorarlo o

ayudarte con ...

- No reacciones de forma exagerada sobre lo que comparten, pero **trata de entender qué hay detrás de sus palabras** y presta atención para ver si necesita de tu intervención.
- Ayúdalos a **re-enfocar sus pensamientos de negativo a positivo**.
  - Soy feo, no valgo nada, no puedo hacer nada, me odias, etc. a:
  - Veamos qué hace que la gente sea bonita? Ok, veamos qué tienes.
  - O, ¿qué hace a la gente valiosa?
  - ¿A quién no le gustas?
  - ¿Qué es difícil para ti hacer y que te gustaría hacer? ¿Qué puedes hacer?,
  - ¿Qué te hace pensar que te odio? puedo estar enojado en este momento, pero siempre te amaré.
- **Se directo y específico** cuando elogies su buen comportamiento:
  - Me gusta tanto cuando haces tu cama todas las mañanas.
  - Estoy tan contenta de ver cuán responsable fuiste con todas tus tareas.
- No discutas con ellos cuando expresen su forma de pensar, si es incorrecto, llévalos a explicar su punto de vista y alienta diferentes ángulos.
- **Invierte en tu relación con tu hijo**, ya que esto fortalecerá las bases para la adolescencia, especialmente porque sus amigos pronto ocuparán un lugar más importante en sus vidas.
- Tómate el tiempo para simplemente estar con ellos sin distracciones. Es decir: **sin chatear**.

## De los 9 a los 11 años

Sus amigos serán más importantes para ellos que sus padres, se preocuparán más de lo que piensen sus amigos de lo que piensas tú, pero seguirás siendo importante incluso si no lo verbalizan.

Su grupo de amigos será más pequeño y más cercano. Tendrán su propio idioma, reglas de pertenencia al grupo, lo que es importante para ellos y lo que los define.

Es probable que empiecen a rechazar las reglas y mostrar falta de respeto. Usarán las excusas para explicar sus malas conductas, mostrando su creatividad.

De alguna manera, parecerán niños pequeños otra vez, aunque su apariencia nos diga lo contrario, ya que pondrán a prueba los límites una vez más en busca de la independencia, pero a veces también serán amorosos y buscarán que los consientas. Las promesas son importantes para ellos, pero se olvidarán de sus quehaceres o cosas que no les gusta hacer. Sus cerebros tienen cosas más importantes para pensar, como amigos, estilo, adaptación, etc.



### Lo que necesitan de ti:

- Que les brindes oportunidades en las que puedas compartir el poder con ellos al ofrecerles opciones para que puedan aprender a tomar sus propias decisiones. Debemos recordar que **cada mala conducta es una oportunidad para enseñarles** y fortalecer los valores y comportamientos para el futuro.
- La negociación es una habilidad que necesitarán por el resto de sus vidas, y practicar esto en un lugar seguro será beneficioso. Además, para los niños que fueron institucionalizados, **estar en control los ayudó a sobrevivir**. Es por eso que si quieres mantener la relación y enseñarles, debes alentarlos a ser responsables de sus elecciones, pero dales la oportunidad de elegir.
  - Por ejemplo: Puedes negociar sobre el tipo de ropa antes de ir de compras, dentro de sus límites: investiga un poco, aprenda qué es lo que está de moda y explícale qué podría verse bien en ellos, ten 3 o 4

opciones que les gusten y luego díles lo que apruebas y lo que no con pocas palabras (*antes de llegar al centro comercial*), y **alienta su estilo dentro de los límites establecidos**. Por ejemplo, los jeans rasgados y los shorts muy cortos están a la moda, pero piensa: es uno u otro aceptable para ti? ¿Qué tan corto o con cuantos agujeros?

- También podrías darles algunas opciones para salir con sus amigos. Como todavía son jóvenes y necesitan orientación, podrías decir:
  - Puedes traerlos o podemos ir al cine pero mamá o papá irán con todos ustedes, nos sentaremos en la parte posterior. *¿Qué eliges?* Y puedes explicarle, estas son las opciones si deseas hacer algo divertido, porque te amamos y queremos protegerte pero también que te diviertas.
- Permíteles probar diferentes cosas, expresar sus propias opiniones y tomar sus propias decisiones cuando sea apropiado.
  - Por ejemplo, y si está dentro de sus posibilidades, si le gusta el danza moderna en lugar del ballet, permítales probar danza moderna. Si les gusta tocar la pandereta en lugar de la flauta, déjenlos experimentar. **Anímenlos dentro de los límites**. Si quieren estar en una clase todo el año, **deben terminar el nivel completo**. Esto les enseñará a no rendirse cuando las cosas se pongan difíciles o aburridas.
- Evitar ser demasiado mandón o directivo, trata de usar menos "no" y se creativo acerca de cómo decir lo mismo con una redacción diferente:
  - *"Antes de ir al centro comercial el viernes, tu cuarto debe estar limpio, para que puedas planificar con tiempo y elegir qué día de la semana vas a trabajar en eso "*. Asegúrate de mantener tu palabra; si la habitación no está limpia, no pueden ir. Se enojarán, pero después de que pase la tormenta, comparte el proceso con ellos: cuarto limpio el viernes = ir al centro comercial. Habitación desordenada = no ir al centro comercial. También los ayudará a desarrollar habilidades de planificación.
- Mantén tu palabra, **si dices algo, hazlo**. De esta manera modelarás el comportamiento que deseas de ellos y fortalecerá su confianza en ustedes. Ellos sabrán qué esperar y tu serás confiable, lo cual es muy importante para los próximos años de la adolescencia. Mantén tu palabra también referente a las consecuencias. Asegúrate de que las consecuencias estén dirigidas a impactar y mejorar el comportamiento y no para dañar su identidad.
- Anímalos a considerar otras opciones. Esto también les ayudará a desarrollar un patrón de pensamiento más saludable si los guías mediante preguntas como estas:
  - ¿Qué crees que sintieron cuando sucedió eso?
  - ¿Qué harías en ese caso?
  - ¿Cuáles podrían ser las ventajas y desventajas?
- No discutas con ellos porque continuarán discutiendo hasta el final y es muy probable que pierdas la paciencia y ambos se sientan molestos o lastimados. Escucha lo que dicen, toma tu decisión y cumple tu palabra. **Siempre vuelve a ellos cuando las cosas estén en calma y comunícate**.

## Adolescencia

Los amigos parecerán ser más importantes que la familia. Pero es solo una temporada en la que comenzarán a buscar de forma más





intencional quiénes son y cuál es su lugar en el mundo.

Lo que sus amigos y compañeros piensan de ellos será una fuente de estrés, incluso ansiedad para algunos adolescentes. Es posible que se enfoquen demasiado en tratar de encajar dentro de sus grupos. Esto puede implicar tomar malas decisiones e incluso ponerse en situaciones peligrosas ya que no

tienen consciencia del peligro.

**Pertenecer es crucial**, y más si no se sintieron que pertenecieron durante un largo período de tiempo mientras estuvieron institucionalizados, tendrán un profundo anhelo de pertenencia y pueden sentir ambivalencia entre pertenecer a su familia y ser aceptados por sus nuevos amigos. También piensan que saben más que tu y por la naturaleza de la etapa, creen que nunca les pasará nada malo. Casi como si fueran invencibles o inmortales.

Tendrán más argumentos para presionar y se alzarán contra sus figuras de autoridad. Esto es típico en su aventura adolescente cuando experimentan y buscan la independencia. Sus cerebros están cambiando, por lo que incluso si quisieran ser amables y amorosos, tendrán **altibajos emocionales** y **no sabrán cómo manejar o regular sus emociones**. Los disfrutarás cuando estén de buen humor y es posible que quieras huir (o echarlos) cuando estén de mal humor. Pero ten paciencia, pasaste por algo similar y no duró para siempre.

Disfruta de lo bueno y confía que lo malo no durará para siempre. Dale tiempo para calmarse; lo necesitan tanto como tú. **No dejes que tus emociones te controlen.**

Es probable que se vuelvan más emocionalmente distantes de ti. Pero cuando te necesiten, te buscarán. **No lo tomes en contra ellos.** Todavía están tratando de descubrir quiénes son, qué hacer y cómo lidiar con su cuerpo y el mundo que cambia constantemente.

No querrán ser vistos en público con sus padres, no importa cuán "cool" pienses que eres, sigues siendo su papá, mamá o cuidador, y eso no es cool.

Tratarán de experimentar con su imagen, cortes de cabello, color de cabello, tatuajes, piercings, etc.

Pueden volverse o ya ser sexualmente activos. Por tu bien y por el de ellos, es mejor mientras más temprano comienzas a hablar de su sexualidad. No te sorprendas si ellos saben más que tu. Asegúrate de tener una conversación, no un monólogo, hacer preguntas, hablar sobre las consecuencias e incluso las experiencias personales con moderación y por qué es mejor esperar y no tomarlo a la ligera.

Serán más creativos y comenzarán a pensar sobre el mundo de maneras interesantes y diferentes. Permíteles experimentar e investigar, y utilizarlo como una oportunidad para explorar sus intereses y lo que podrían elegir como carrera.

Actuarán como si tu opinión sobre ellos no importara, pero si les importa, **lo que dices sobre su apariencia e intereses tiene valor para ellos.** Así que ten cuidado de cómo te expresas. Si dices que se ven más gorditas, eso los lastimará profundamente. En vez de eso, puedes sugerir que hagan alguna actividad física juntos o algo que sea divertido para ellos.

A menudo malinterpretarán tus expresiones faciales; si tu rostro está tranquilo o sin

emociones, pueden leer enojo, hostilidad o desilusión. Asegúrate de usar tus palabras y si notas que son más sensibles o reactivas hacia ti, le puedes decir 'oye, ¿estás bien?', no estoy enojado contigo, solo estoy estresado porque hay mucho trabajo' o 'quizás estoy un poco cansado porque no dormí bien anoche, pero no es nada lo que has hecho' si es el caso, y si el caso es que si estás molesto, hazles saber, así los ayudarás y validarás que no están locos, que realmente están percibiendo con claridad. **Recuerda que aún están aprendiendo a reconocer emociones y a usarlas adecuadamente.**

Su ciclo de sueño no es el mismo. Se moverá unas tres horas lo que significa que se dormirán más tarde y necesitarán más horas de sueño. Debido a todos los cambios, crecimiento y toda la energía que están usando, necesitarán de 9 a 10 horas de sueño por día. De ser posible, déjenlos dormir un poco más durante los fines de semana.

### Lo que necesitan de ti:

- Que seas menos crítico y más atento y abierto a discutir en lugar de asumir. Necesitan tu amor, conexión y comprensión más que nunca. Pero esto no significa que no haya consecuencias.
- Parte de su proceso es encontrar su independencia. Dale el espacio para hacerlo bajo tu guía y protección. Con el tiempo, sus valores probablemente se alineen con los tuyos porque recibieron su ejemplo. Aquí es donde es importante que seas una persona íntegra, que **practiques lo que predicas**, que seas constante sin importar cuánto digan que te odian cuando dices que no, o cuánto te aman cuando estés de acuerdo con ellos
- Que recuerdes que tu hijo adolescente **no te está rechazando de maldad**, sino que está buscando su camino en el mundo. Es una parte importante y necesaria de independizarse para ser un adulto independiente.
- Que en lugar de castigar y dar un sermón, dales información y busca influir en ellos. **Cuanto más luchas contra ellos, más se distanciarán de ti**, y más mentirán y te ocultarán cosas. Cuando se trata de adolescentes, no tenemos control sobre ellos en el sentido de que depende de ellos lo mucho que te involucran en sus vidas y la influencia que tienes. Asegúrate de que se puedan comunicar con ustedes cuando necesiten orientación.
  - Ofréceles información, **trata de tener una conversación, no un monólogo**. Si se sienten amenazados o acusados, se cerrarán y no te escucharán. Especialmente adolescentes que fueron institucionalizados porque automáticamente sienten la necesidad de protegerse y sus cerebros simplemente se desconectan.

- **Mantén la calma**, pregunta antes de asumir y comunícate con ellos.

Es importante que tengan la información y la apertura que necesitan para mantenerse física y emocionalmente seguros con respecto a su sexualidad y comportamiento. Cuanto mejor sea su relación y más seguros se sientan, más fácil será para ellos aceptar información de ustedes. Pero recuerda, no es solo acerca de la información que tengan, se trata de lo amados y valorados que se sientan.

- **No pelees contra ellos**. Pídeles que compartan lo que están pensando, alienta a usar sus palabras y compartan los pros y los contras. Si ellos creen que algo es "cool", hazle preguntas para que se den cuenta de cuáles podrían ser las consecuencias de esa elección.
- Permanece en tu rol de adulto, **toma un break si lo necesitas y regresa**, o simplemente respira. No te dejes atrapar en el círculo interminable de excusas y argumentos. Escucha y recuerda, si mantienes la calma, eventualmente se calmarán.
- Alienta su mundo social y bríndales el espacio para fortalecer sus relaciones. Una parte importante de su desarrollo es disminuir su dependencia de la familia. Para hacer esto, sentirán la necesidad de fortalecer su afiliación con

su grupo de amigos.

- Que los ayudes a encontrar formas seguras de asumir riesgos tales como deportes, baile, música, etc. donde puedan empujarse a sí mismos, y desarrollar una actitud competitiva saludable, habilidades sociales, trabajo en equipo, etc.
- Que les hagas saber que siempre harás lo que puedas para ayudarlos en cualquier situación cuando quieran volver a casa, independientemente de las circunstancias y cuán tarde o lejos estén.
- Hazles saber que pueden hablarte sobre cualquier cosa. No temas por lo que pueda surgir, siempre es mejor si buscan respuestas de adultos responsables que de sus compañeros.

Escucha para entender, no para responder.

## Recuerda

Hay cosas importantes que deben hacerse y lograrse durante cada fase de sus vidas. Aprenderán, cometerán errores, romperán los límites, buscarán su identidad y, probablemente, la encontrarán.

Cada temporada es diferente. No tomes sus malas conductas personalmente, recuerda que están creciendo y experimentando cambios profundos por dentro y por fuera. Cometerán errores, y aprenderán, pero aprenderán porque lo vivieron.

*Si haces todo lo que puedes, ten la seguridad de que sus errores no tienen nada que ver con tu crianza, y todo que ver con lo que vivieron y están viviendo.*

Es primordial que, como padres y adultos en sus vidas, mantengamos una actitud afectuosa y cariñosa pero firme hacia ellos. Los límites son buenos, incluso si se sienten molestos por ellos en el momento. Recuerda que **los límites cuidan y protegen de los peligros, pero también brindan libertad y seguridad si se mantienen dentro de ellos.**

El propósito de compartirles esta información es porque cuando comprendemos lo que es típico y lo que está sucediendo, será más fácil para nosotros entender que no están en un plan malévolo en contra de nosotros y que no durará para siempre.

La adopción o acogimiento familiar temporal y el crecimiento son aventuras en las que tendrás muchos altibajos, derrumbes y avances, sanidad y restauración.

---

## ¿Qué dice la Palabra de Dios?

Pues todos hemos pecado; nadie puede alcanzar la meta gloriosa establecida por Dios. Sin embargo, Dios nos declara justos gratuita y bondadosamente por medio de Cristo Jesús, quien nos liberó del castigo de nuestros pecados.

Romanos 3: 23-24

A menudo, esperamos que los demás se comporten de una manera que no es posible para ellos. No podemos esperar que un perro nade como un delfín, ni un elefante que corra como un guepardo, del mismo modo que no podemos esperar que un niño que vivió traumas, abuso, abandono y/o separaciones en los momentos más cruciales del desarrollo, pueda confiar libremente, perdonar rápidamente y aprender nuevas formas de inmediato.

Pero tenemos esta esperanza, que incluso cuando todavía éramos un desastre a



punto de morir, Dios hizo el camino y por fe tenemos acceso.

Por lo tanto, ya que fuimos declarados justos a los ojos de Dios por medio de la fe, tenemos paz con Dios gracias a lo que Jesucristo nuestro Señor hizo por nosotros. Debido a nuestra fe, Cristo nos hizo entrar en este lugar de privilegio inmerecido en el cual ahora permanecemos, y esperamos con confianza y alegría participar de la gloria de Dios.

También nos alegramos al enfrentar pruebas y dificultades porque sabemos que nos ayudan a desarrollar resistencia. Y la resistencia desarrolla firmeza de carácter, y el carácter fortalece nuestra esperanza segura de salvación.

Romanos 5: 1-4

Y podemos confiar en que incluso en medio de las pruebas, al haber elegido ser parte de algo que Él hizo con nosotros al adoptarnos, podemos estar seguros de que todo está funcionando para nuestro bien.

Y este 'bien' puede que no se sienta bien en este momento, pero producirá algo bueno.

Esta verdad, puede y debe ser compartida con los niños que Dios ha permitido ser parte de nuestra familia, porque al final, lo más importante es que sepan que son parte de la familia más especial: la de Dios.

Clamor del Corazón Ministerio a los Niños  
Servicios a las Familias  
P.H. C.C. Terrazas de Albrook  
Piso 3| Oficina D-37

