

MANUAL DEFAMILIA



Aprendizaje para todos. Jugar potencia el vínculo afectivo entre padres e hijos más que cualquier otra actividad.

SUSPENDEMOS EN LO MÁS BÁSICO: JUGAR

Siete de cada 10 padres no lo hacen con sus hijos. Las causas: jornadas agotadoras y no estar a la altura del niño. Lo último son centros que enseñan a los progenitores a jugar con ellos.

Por Emilia Landaluce
Fotografías de Rosa Muñoz

Domingo por la mañana. Carmen y Javier, que apenas hace un año tuvieron su primer hijo, se levantan con un terrible dolor de cabeza. Ayer se dejaron engatusar por sus amigos y salieron a cenar y a tomar unas copas. Por eso, cuando el pequeño Vicente comienza a reclamar su atención, ellos se replantean la necesidad de cambiar de amistades... ¡Es un poco tarde para renunciar a tener hijos!

Al principio, el niño dominaba el día a día de la familia. En torno a él giraba todo. Pero según va creciendo, es el pequeño quien se debe adaptar al ritmo de vida de sus progenitores, a sus jornadas agotadoras que, en ocasiones, les impide proporcionarle a su retoño una de las necesidades más bá-

sicas para su desarrollo: jugar. Según una encuesta realizada por Duracell en 2007, sólo el 20% de los niños españoles de entre 4 y 10 años afirma que sus padres juegan con ellos entre semana. Un porcentaje que apenas asciende al 30% los fines de semana. Tampoco es que los europeos lo hagan mejor. Los suecos, ese país —o casi entequeia platónica— que encabeza todas las estadísticas positivas, nos supera por un 10%.

¿Pero qué es jugar para un niño? Numerosos estudios demuestran que éste es incapaz de interactuar con

otros críos hasta los 3 años. Entonces, ¿cómo juegan en esta etapa y hasta qué punto es importante que lo hagan y que los padres compartan estas primeras vivencias? Los niños necesitan jugar, del mismo modo que precisan comer, beber

y dormir. Además, no es una actividad que sólo reclamen cuando tienen sus necesidades vitales cubiertas. Como George Eisen escribió en *Los niños y el juego durante el Holocausto*, "el deseo de los niños por jugar era más fuerte que el horror en el que vivían. Un >>>

LOS EXPERTOS

LO TIENEN CLARO:

SI JUEGAN CON SUS

PADRES, LOS NIÑOS

MULTIPLICAN SU

CAPACIDAD DE APREN-

DIZAJE Y SE SIENTEN

MÁS PROTEGIDOS

impulso instintivo, casi atávico por jugar, reside en la conciencia humana”.

Antes de los 5 años se desarrolla el 80% del cerebro. Mucho de lo que devenimos en nuestra madurez proviene de las experiencias y los estímulos de estos primeros años. Sin embargo, “los padres suelen dar más importancia a las actividades funcionales (sueño, nutrición e higiene) que a la diversión. Pero hasta los 5 años, el juego es esencial en su evolución psicosocial”, explica Silvia Marina Fresno, psicóloga clínica y directora del Centro de Intervención Clínica y Social, en Madrid.

Por lo general, los progenitores modernos tienen una posición similar a la de Tetis, madre de Aquiles. Creemos que aportarles seguridad es

hacerles autónomos cuanto antes. Así es común ver cómo los niños, desde su más tierna infancia, son arrojados a heladas piscinas, como si fueran la Estigia, para que aprendan a flotar en caso de desgraciada caída. No obstante, son muchos los expertos que opinan que, en pos de esta positiva autonomía, a veces olvidamos que un juego entre padres e hijos les aporta un tipo de seguridad que sólo puede proceder de la creación de un vínculo afectivo fuerte.

Vínculos. Así, no involucrarnos en sus juegos puede convertirse en el talón de Aquiles de nuestros hijos. La psicóloga Marina Fresno explica la causa: “Primero, si juega con su padre se siente más protegido y su capacidad de aprendizaje se multiplica. Por otro lado, es muy positivo emocionalmente, pues se crea un entorno donde el vínculo padre/madre-hijo se fortalece, ya que además supone un intercambio y no una imposición”.

A esas edades, los niños desarrollan –según los expertos– tres tipos de juego: el estímulo-

consecuencia (el niño se da cuenta de que empuja una pelota y la pelota rueda), el simbólico (coge un tubo de dentífrico y dice que es un camión) y el estratégico (juegos más elaborados). Los tres son fundamentales para que después adquieran con más facilidad habilidades como el lenguaje y el razonamiento matemático y numérico.

Cuestión neuronal. Para Sergi Pellis, científico especializado en Neurología de la Universidad de Lethbridge en Alberta (Canadá), “durante la infancia, tanto en los animales como en las personas, se crea la mayoría de las conexiones neuronales, y la estimulación temprana –que a

esas edades sólo puede ser el juego– acelera el proceso de conexiones sinápticas de las neuronas”.

Son muchas las investigaciones en torno al papel del juego en la evolución humana y en los animales. Los científicos han demostrado que jugar no es sólo una forma de estimulación física, ni un lujo sólo asequible para aquellas sociedades con las necesidades funcionales cubiertas. Su función “es entrenar al niño, al cachorro, para lo inesperado”, escribió Marc Bekoff, de la Universidad de Colorado.

Pero el hombre es infinitamente más complejo que cualquier animal. “El juego es una parte esencial del desarrollo neurológico, mediante el cual el niño adquiere una mente compleja, cognitiva y flexible que le ayudará a enfrentarse a los retos académicos, sociales y laborales que le esperan”, sigue Bekoff. Los estudios incluso afirman que los jugadores más vigorosos en su madurez son

también personas más competentes. Hecho que confirma Marina Fresno: “Cuanto más juega un niño, su vida se vuelve más rica, más se atreve a explorar su entorno y por tanto adquiere mayor sociabilidad”.

Pero conociendo todas estas ventajas, ¿por qué les cuesta tanto a los padres jugar con sus hijos? “Porque además de no tener tiempo, no saben jugar. Si exceptuamos algunas personas con dotes excepcionales para la imaginación y la fantasía, solemos, por lo general, olvidarnos del juego irracional. En realidad, no sabemos ponernos a su altura. Los padres tienen que aprender a jugar con los hijos”, explica la psicóloga.

Y va más allá. “Yo diría que cuanto más tarde el niño en repudiar al padre (esto es, llegar a la adolescencia para integrarse en otros núcleos no familiares), mejor. Y jugando ayudamos al fortalecimiento del vínculo. Lo ideal, aunque muy difícil, es lograr jugar con nuestros hijos hasta que cumplan 10 años”, concluye Marina Fresno.

Un lugar para aprender. Pero cómo integrarse en un mundo tan complejo como el infantil cuando la mente adulta está invadida por cuestiones tan peliagudas como, por ejemplo, la crisis económica. El método Gymboree puede ser una buena manera. Nacido hace 30 años en San Francisco, abrió su primera franquicia en España en 2007, aunque está presente en más de 30 países y cuenta con más de 500 centros.

Pero ¿qué es Gymboree? Las directoras de España, Esther y Marta, lo cuentan: “Un método de estimulación temprana, desde que nacen hasta los 5 años, que trata de crear un espacio donde padres e hijos puedan jugar juntos”. Las clases están divididas en niveles según la edad del niño y tienen diferentes actividades (yoga, arte, música...).

Sorpresa. Ésta suele ser la reacción más común entre los padres cuando –en el cen-



Aulas de diversión. En el centro Gymboree de Madrid, padres e hijos comparten y aprenden materias como el yoga, la música...

tro que Gymboree tiene en Madrid– les invitan a jugar con sus hijos. “Algunos creen que somos el típico sitio donde metes al niño en una piscina de bolas y lo aparcas mientras se van de compras”, explican Marta y Esther. Otros padres suelen adoptar una pose de escepticismo ibérico cuando les explican que este método consiste en enseñarles a jugar con sus hijos: “¿Me va a enseñar usted cómo jugar con mi hijo?”.

Habituarlos. Sin embargo, cuando lo prueban, repiten y repiten. “No imaginan lo que se logra con sólo 45 minutos a la semana. Es increíble ver al típico padre que apenas ve a su hijo. Al principio, los niños recelan; después empiezan a asociar al padre, no con quien les obliga a comer, sino con algo especial”.

Marta descubrió este método cuando vivía en EEUU y decidió importarlo tras comprobar la relación que había surgido entre su marido y su hijo: “Entre semana apenas veía al niño. Empezó a acompañarle los sábados. En cuanto el crío veía que su padre no se afeitaba, sabía que no se iba a trabajar. Así que cogía los calcetines [los adultos deben andar con ellos en las aulas] del cajón y gritaba Gympo, Gympo...”.

Como precisas desde Gymboree, lo importante es que los padres se habitúen a jugar. “La dinámica es similar a la de un gimnasio. Todo el mundo podría hacer abdominales en su casa, pero al final si vas a un gimnasio, aprendes, te habitúas y al final lo acabas necesitando”.

Roberto Reglero es uno de ese escaso porcentaje de padres que juega con sus hijos. El suyo, de 3 años, acude a Gymboree tres veces a la semana. “Aquí no sólo aprende a jugar, sino actividades que para él son nuevas y como las clases son bilingües, ya ha empezado a familiarizarse con el inglés”. ■

En la web de Gymboree: www.gymboree.es.
Tel.: 91 661 91 16.