



# Siéntate a su lado

Por **Ares González Hueso** 239 1



Hoy llegaba a casa cargado en un brazo con la compra, en el otro llevaba mi hijo de un año y a mi lado, mi hijo de cuatro años. Lo que normalmente ocurre es un ajetreado momento que pasa por llegar cargadísimo, quitarse los zapatos y estar un rato colocando la compra mientras juegan con las cajas, bolsas, etc.

Así que en ese momento de empezar a colocar la compra me dice «aba, aba» por lo que le doy un vaso con agua y justo ahí me he parado a pensar cuántas veces se me ha caído o se le ha caído el vaso de agua por estar a varias cosas (con la rabia que da). Así que me he sentado a su lado a darle el agua y estar sólo para él.

Después de darle agua, he seguido sentado y en ese tiempo ha estado explorando cerca, subido encima, tumbado, recostado, jugando conmigo... y todo lo que he podido

observar desde un rol activo ha sido fundamental para darme cuenta de qué necesitaba mi hijo. El resultado: uno de los mejores momentos de la tarde para ambos, aunque se me haya derretido un poco los helados de la compra ;)

Lo curioso del asunto es que cuando hemos salido de la escuela infantil del pequeño, hemos interaccionado durante diez minutos, después ha estado en el coche montado otros diez hasta el supermercado, del coche a la mochila para poder comprar media hora, después al coche otros diez minutos y después la subida a casa. Por lo que había tenido contacto mínimo conmigo y con su hermano. Y aunque todo lo que estaba haciendo era funcional y vital para el bienestar familiar, no estaba teniendo en cuenta sus necesidades. El simple hecho de sentarme me ha permitido volver a conectar con él rápidamente.

En el contexto actual, los adultos estamos realizando muchas tareas importantes para el desarrollo de la vida además de estar con ellos. En muchas ocasiones esta compatibilidad no es tan real y el conjunto familiar se resiente con situaciones tensas, incomprensiones y frustraciones. Es en esos momentos cuando os propongo un ejercicio muy saludable: parar durante unos minutos y sentarnos a su lado.

Lo que nos suele ocurrir en la escuelas cuando lo hacemos es que lo primero que hacen es estar encima o muy cerca y poco a poco van alejándose, ganando seguridad y autonomía. Un proceso vital para el desarrollo evolutivo. Además, es una

herramienta fundamental para niños y niñas que aún no hablan, donde nos puede costar saber qué necesitan puesto que no es más que pararse a observar desde su altura.

Así que simplemente, os propongo, que os sentéis a su lado. A observar, a mirar con otros ojos su realidad y a aprender de sus movimientos e interacciones.