



Separación de los Padres

En CSLOT sabemos que la separación entre los niños y quien los cuida es un proceso importante en el desarrollo del niño, es por eso que en el programa de intervención temprana trabajamos la separación. Para decidir si es el momento adecuado para trabajar en la separación, se consideran al niño y la familia, a los dos se les brinda apoyo y durante el proceso de separación se les pide a los padres que permanezcan en la oficina. Si usted considera que su hijo o usted no están listos para empezar a trabajar en el proceso de separación, hable con la terapeuta sobre sus inquietudes. La decisión es tomada entre los dos, terapeuta y padres. A continuación le presentamos algunos consejos útiles para trabajar en la separación:

QUE HACER

- Sea comprensible, paciente, tome las cosas con calma, sea directo y preciso, manténgase concentrado y seguro en vez de bromear, enojarse o molestarse.
- Dígale a su hijo que lo quiere y que lo verá en un ratito, pero sea específico (después de la merienda, en 5 minutos, después de clases). No diga cosas como, “te voy a extrañar”.
- Pase 15 minutos involucrado con su hijo antes de separarse. Prepare una actividad interesante para desviar la atención de su hijo a algo que le guste mientras usted no está (ej. leer, jugar en la resbaladilla).
- Espere a que la terapeuta le indique para que salga del cuarto.
- Dele algo a su hijo para que lo recuerde (ej. una foto de la familia, su bolso), algo que le haga saber que no se irá sin su hijo y sus cosas. Si esto hace enojar a su hijo mejor no utilice ningún objeto.
- Siga las indicaciones de la terapeuta acerca del tiempo que tiene que permanecer fuera del salón. Al principio se puede empezar el proceso de separación con 2 minutos una vez por sesión. Después, conforme su hijo aprenda a confiar en que usted va a regresar, se puede incrementar el tiempo y la cantidad de veces.
- Desarrolle un ritual de despedida. Hágalo breve, ligero y sin pensarlo mucho, “ahorita viene mami”, “nos vemos en dos minutitos”. Sonría de forma convincente, diga adiós y salga.

QUE NO HACER

- No se sienta culpable – usted está dejando a su hijo en buenas manos, no se sienta mal por el cuidado que le dan a su hijo. Los niños son sensibles a las emociones de los padres. Sus sentimientos de culpabilidad pueden aumentar la ansiedad sobre la separación.
- No se salga escondido, aunque sea tentador. Esto puede hacer que su hijo confíe menos y este más cauteloso.
- No deje que lo controle el llanto de su hijo cuando usted se sale. Es importante seguir con el plan para que el niño aprenda a separarse.
- No amenace a su hijo/a diciéndole que lo va a dejar sino se porta bien. No diga "Siéntate y escucha o si no me voy". Esto provoca miedo y no confianza y seguridad.

C)S)L)O)T)

Es normal que los niños lloren por corto período de tiempo después de que usted se sale. Sin embargo si el llanto y el comportamiento estresante se prolongan (ej. el sobresalto, resistencia para entrar a la clínica) es mejor esperar a que el niño este listo, ya que esto indica que el proceso debe ser atrasado o modificado. ¡Los niños aprenden a separarse sin alterarse y se convierten en pequeñas personas independientes y seguras de sí mismas!