

Un pasito atrás

A medida que los niños van creciendo asimilan progresivamente comportamientos propios de su edad, aunque siempre han de tenerse en cuenta las características y capacidades individuales. Pero crecer no es fácil y requiere una seguridad y una estabilidad emocional y familiar que no pongan frenos a esta evolución.

Hay niños que presentan dificultades para crecer y muestran conductas inmaduras o infantiles que no se corresponden con su edad cronológica. Pero, a menudo, encontramos niños que, habiendo asimilado y superado determinadas etapas evolutivas, de repente, hacen una regresión, dan un paso atrás y retornan al pasado. Algunos de los signos regresivos más frecuentes son:

- Volver a mojar la cama
- Hablar y comportarse como un bebé.
- Reparición de miedos superados.
- Chuparse nuevamente el dedo.
- Solicitar ayuda para realizar tareas que ya saben hacer solos.

Aunque las regresiones pueden darse en todas las edades, suelen ser más frecuentes durante los primeros años, cuando aún tienen poca seguridad en sí mismos. En ocasiones son crisis pasajeras y no hay que alarmarse de entrada porque en toda evolución puede haber detenciones o retrocesos; sólo si se cronifican o aparecen cambios de humor, inapetencia o problemas en la escuela pueden necesitar una ayuda profesional.

¿Por qué se producen? A veces hay causas muy evidentes y fáciles de entender que propician una regresión, como el nacimiento de un hermano, la entrada en la guardería, un cambio de colegio, de canguro o de domicilio o la separación de los padres. Son novedades que a los propios adultos pueden provocarles nerviosismo. Los pequeños los viven de una forma crítica que sólo expresan con una regresión. Por eso conviene ayudarles a superar esta situación de una manera afectuosa y comprensiva.

En otras ocasiones, los motivos no son tan explícitos y los padres se sienten más desorientados porque no saben a qué atenerse. Es entonces cuando debemos pensar en que algunos niños tienen dificultades de adaptación y les cuesta asimilar contratiempos que para los adultos pasan inadvertidos, como un cambio de hábitos, una riña con sus compañeros o una discusión familiar. Por eso, cuando aparece una regresión, conviene:

- **Averiguar qué está sucediendo para poder entenderlos y ayudarlos.**
- **Pensar que detrás de toda regresión hay siempre una llamada de atención.**
- **Saber que muchas veces enmascaran demandas de afecto y atención que no pueden verbalizar ya que ellos no saben qué les sucede.**

La mejor manera de ayudarles para que vuelvan a la normalidad es:

- **Mostrarles que entendemos cómo se sienten y ayudarles afectuosamente para que puedan dejar de ser pequeños, haciéndoles saber que tendrán nuestro cariño sin volver a ser bebés.**
- **Tolerar estas pequeñas regresiones sin mostrarles unas exigencias que, en este momento, les resultan imposibles de cumplir.**
- **Evitar el enfado, la burla y el castigo ya que con ellos sólo se conseguirá agudizar la situación.**
- **No caer en el error de que el niño crezca demasiado deprisa, sino ayudarle a franquear las diferentes etapas teniendo en cuenta sus necesidades y creando un clima de confianza.**
- **Plantearse si no se le está exigiendo demasiado y si ello provoca un bloqueo en su crecimiento.**
- **Dejar de lado actitudes sobreprotectoras que coarten su deseo de hacerse mayores.**

Las regresiones, por tanto, son señales de alarma que no hay que infravalorar ni ridiculizar porque a través de ellas los niños hablan de su sufrimiento.

