

Tengo un hijo muy movido

Vicente Elustondo Iriarte

Cumpliendo con nuestra oferta formativa para la familia, y al contar con la inapreciable colaboración del Departamento de Orientación del **Colegio Virgen de Atocha** de Madrid, iniciamos la puesta en la red de una serie de temas educativos.

Continuamos con el tema que titulamos "**Tengo un hijo muy movido**" que esperamos sea de vuestro interés.

Esquema

1. ¿Cómo son los niños que se mueven demasiado?
2. ¿Cómo se aprende la conducta excesivamente movida?
3. ¿Como observamos al niño excesivamente movido?
4. ¿Qué hacer?

1. ¿Cómo son los niños que se mueven demasiado?

Hay niños que se caracterizan por su alto grado de actividad. Gastan mucha energía, nunca parecen estar fatigados, estropean la ropa, están inquietos y toquetean todos los objetos a su alcance. No centran su atención en juegos u otras actividades y se distraen fácilmente por cualquier causa.

Pueden ser impulsivos y llevar a cabo de forma inmediata aquello que se les ocurre, sin planificar sus actos ni tener la calma suficiente. Cuando interaccionan con otros pueden ser excitables, aumentando su actividad en situaciones de fiestas o reuniones. Si surgen conflictos, pueden pelearse a menudo. Algunas veces, el niño puede comportarse de modo que no deja tranquilos a los otros niños o molesta demasiado a los adultos.

Aparte de lo molesto que esta conducta pueda resultar, tiene otras desventajas importantes. Al actuar de esta forma, estos niños no adquieren los hábitos mínimos previos a cualquier situación de aprendizaje. La vida escolar, por ejemplo, requiere permanecer sentado frente a una mesa un determinado tiempo, atender a las explicaciones, perseverar en una tarea, etc. Son hábitos que los niños movidos no suelen consolidar.



Por otra parte, el niño demasiado movido e impulsivo puede tener pocas oportunidades para establecer relaciones sociales adecuadas con otras personas. Con frecuencia sus padres limitan las visitas y las salidas fuera de casa a fin de evitar que sea molesto o cree situaciones de conflicto. Su entorno muy pronto queda reducido a lo estrictamente familiar, restringiendo así sus experiencias y el desarrollo de un adecuado proceso de socialización.

Los padres de este niño a esta niña suelen referir dificultades relacionadas con el movimiento excesivo en los cursos de Educación Infantil y algunos problemas en su relación con los hermanos o hermanas menores. En el colegio, no centra su atención en el trabajo propuesto. Se distrae mirando a los compañeros y tratando de que estén pendientes de él. Se mueve en exceso y se levanta con frecuencia, interrumpiendo sus tareas y las de los compañeros. Aprovecha cualquier excusa para hacerlo; sacar punta, buscar una goma de borrar, ir al baño. Adopta posturas inconvenientes y se sienta mal con frecuencia. No pone todo lo que está de su parte para conseguir trabajos de calidad. Necesita la intervención frecuente de los profesores para mantener centrada su actividad. En algunas ocasiones, perturba la actividad de la clase con actuaciones inoportunas: movimiento, risas, gestos.

2. ¿Cómo se aprende la conducta excesivamente movida?

En muchos casos, debemos conocer si hay razones fisiológicas que explican el comportamiento movido. Algunos niños con esta sintomatología son diagnosticados por los servicios de salud mental o los especialistas. Si procede, se prescribe tratamiento farmacológico y/o psicoterapia.

Tanto los niños así diagnosticados como otros que, sin estarlo, se mueven demasiado pasan la mayor parte del tiempo en situaciones normales, con los padres, hermanos, profesores y compañeros de colegio. Algunas reacciones pueden reforzar y hacer consistente el comportamiento excesivamente movido, y otras pueden contribuir a calmar y centrar su conducta.

Muy a menudo podemos constatar que si un niño es movido, va y viene, toca objetos, etc. la madre u otras personas adultas de su entorno le riñen de continuo y le advierten: "¡Deja esto!", "¡No toques!", "¡Siéntate!", "¡No te muevas!", "¡Para ya de andar!". Como consecuencia de sus actuaciones, el niño que se mueve demasiado recibirá con frecuencia gran cantidad de atención suplementaria. Hasta puede ocurrir que quienes le rodean abandonen a veces sus propias actividades y quehaceres a fin de "estar con él y evitar cualquier desastre". De hecho, y sin pretenderlo, las personas adultas que actúan de este modo están reforzando la conducta de moverse y ésta, en vez de disminuir, aumenta o se mantiene. En ocasiones, un niño recibe mucha atención cuando



se porta mal en la casa o el colegio, pero nadie se fija en él, ni le dice nada cuando juega tranquilamente o está sentado mirando una revista. Ello implica que se está reforzando los comportamientos incorrectos y pasan desapercibidos los adaptados.

Por otra parte, las continuas intervenciones de los adultos pueden contribuir a ponerle más nervioso. Ello da lugar a nuevas respuestas emocionales, que dificultan todavía más actuaciones tranquilas y equilibradas por parte del niño.

En algunos casos, la relación familiar puede deteriorarse porque también aumentan las respuestas emocionales de los padres y sus sentimientos de culpabilidad o impotencia al observar la ineficacia de sus intervenciones.

También es difícil que un niño tenga comportamiento sereno si a su alrededor todos gritan, la TV o la radio suenan de continuo y los adultos se muestran nerviosos, tensos y agresivos.

3. ¿Cómo observamos al niño excesivamente movido?

Ante todo, analizaremos las situaciones en que estos comportamientos tienen lugar: dónde, cómo y cuándo; ante qué personas y en qué momentos; en qué casos es más frecuente el descontrol. Observaremos también qué hacen los adultos que están cerca cuando el niño actúa de esta manera.

Analizaremos también el horario del niño comprobando si duerme lo suficiente.

Veremos cómo está organizada su vida para descubrir si hay un exceso de estímulos (mucho tiempo de TV, por ejemplo) que influya negativamente en su comportamiento.

4. ¿Qué hacer?

Procuraremos que duerma un tiempo suficiente, si en este momento no lo hace.

Podemos también organizar su vida cotidiana, buscando un ambiente lo más tranquilo y relajado posible. Debemos destinarle un espacio en el que pueda jugar libremente, definiendo con claridad lo que puede hacer y lo que no puede hacer en él. Muchos niños no podrán disponer de un reducto donde jugar o entretenerse, colgar sus posters, etc. en su casa porque no hay espacio



suficiente. Pero en otras ocasiones, aún habiendo espacio, no se les permite usarlo por la obsesión que algunos padres, madres o profesores tienen por el orden y porque nada esté desplazado o fuera de su lugar.

Siempre que sea posible, ignoraremos las conductas inadecuadas. No les dedicaremos atención. Utilizaremos la estrategia de ignorar fallos leves o molestias ligeras.

Siempre mantendremos el refuerzo social alabando sus tareas y actuaciones saludables. Elogiaremos al niño o a la niña cuando actúa de forma tranquila y pacífica; cuando permanece sereno y relajado.

No sirve apenas razonar, quejarse o recriminar al niño cuando se mueva demasiado.

También podemos enseñarle juegos y tareas que requieran atención hacia los objetos y personas implicados en ellos. Primero le prestaremos apoyo con nuestra presencia y ayuda. Pero, poco a poco iremos retirándola para que sea capaz de entretenerse solo.

A través de pequeños pasos, procuraremos que interactúe con otros mediante el juego, mire un cuento junto al hermano o permanecer un tiempo sentado confeccionando un puzzle; que estas actividades sean para él fuente de placer y satisfacción.

Hasta que el niño vaya aprendiendo a afrontarlas, evitaremos aquellas situaciones que le provoquen mucho descontrol. Por ejemplo, si es un niño muy inquieto, al iniciar la reeducación, no resulta oportuno llevarle a comer a un restaurante elegante o de compras a unos grandes almacenes donde todo está muy bien colocado.

Cuando no sea posible ignorar sus actuaciones impertinentes porque no podamos permitir que moleste a los demás o realice determinadas acciones intolerables, le mandaremos solo a su habitación o a otro lugar de la casa en que no pueda divertirse durante un corto espacio de tiempo. Le diremos que podrá regresar a la sala con todos después del tiempo indicado, siempre que en ese rato deje de llorar o gritar y se muestre dispuesto a no importunar a los demás.

La madre o la persona adulta que se encargue de proponer esta medida deberá mostrarse tranquila -no excitada, ni nerviosa-, actuando firmemente, pero con serenidad.

Cuando el niño deje de llorar o gritar, pase el tiempo señalado y se muestre dispuesto a integrarse con los demás, se le incorporará al grupo sin hacer ninguna referencia a su mal comportamiento anterior y actuando como si nada hubiera sucedido.

Este procedimiento se usará tantas veces como sea necesario y siempre con igual firmeza.