

¿Qué Tipo de Temperamento Tiene Mi Bebe?

Los padres frecuentemente hablan sobre cuán diferentes son sus hijos entre sí, y se preguntan ¿por qué es esto así? Maestros, cuidadores de niños, doctores y enfermeras especializadas usan el concepto del “temperamento” para poder describir las diferencias de respuesta y conducta frente a nuevos eventos. El temperamento nos ayuda a predecir como se comportará cada niño(a) en forma individual en una situación dada. El temperamento es el “cómo” de la conducta. Es una característica bastante consistente en el niño(a) que describe como tiende a responder a la gente, a los eventos, y a las emociones. El temperamento tiene cierta base biológica, pero también puede ser influenciado por el medio ambiente. Por ejemplo, un niño(a) “tímido(a)” que es criado(a) en un medio que lo(la) apoya, puede desarrollar una confianza suficiente que le permitirá superar su “timidez.”

Stella Chess y Alexander Thomas, dos especialistas en el campo del desarrollo infantil, encontraron en su investigación nueve características del temperamento. Estas características están listadas abajo. Usted podría empezar a descubrir una imagen de su hijo(a) al ver si este(a) tiene más o menos de una cierta cualidad. Esto no es ni bueno ni malo, pero le puede ayudar a anticipar actividades que serían fáciles de manejar para su hijo(a) y predecir situaciones donde su hijo(a) podría necesitar más apoyo.

Nueve Características del Temperamento

Nivel de actividad. Se refiere a la cantidad de actividad motriz que es normal en su hijo(a). ¿Siente usted que necesita cuatro manos para cambiarle los pañales a su hijo(a) quien se encuentra en constante movimiento? ¿Se mueve su hijo(a) poco o mucho mientras duerme? Contestar a estas preguntas le ayudará a determinar si su hijo(a) tiene un alto o bajo nivel de actividad.

Periodicidad. Se refiere a la regularidad de los patrones de conducta del sueño, de la comida, y del control de esfínteres. ¿Ocurren estas actividades a la misma hora o a diferentes horas todos los días? Pensar estas preguntas le ayudará a comprender si hay patrones de conductas predecibles o si estos son impredecibles.

Aproximación y alejamiento. Se refiere a la manera en que su hijo(a) responde normalmente a cosas nuevas, a personas, y/o a eventos. ¿Emprende (Empieza) su hijo(a) situaciones nuevas como visitas a amigos que se ven con poca frecuencia o a parientes, explorando, dirigiéndose hacia la gente nueva, acercándose a los niños? ¿elige juguetes y se pone a jugar? o, ¿en estas nuevas situaciones el niño(a) permanece (se queda) cerca suyo, negándose a ser levantado(a) o sostenido(a) por otros, aceptando juguetes de usted pero no de los demás y permaneciendo cauteloso(a) (cuidadoso) durante la visita? Esto le dirá si su hijo(a) generalmente tiene una postura positiva o negativa hacia nuevas situaciones.

Adaptabilidad. Se refiere a la capacidad de su hijo(a) de adaptar sus respuestas al enfrentarse a las exigencias presentadas en eventos nuevos, cosas nuevas y gente nueva. ¿Gritó o lloró su hijo(a) cuando lo(la) bañaron la primera vez? ¿Disfrutó del mismo en la segunda o tercera tentativa? Si es así, su hijo(a) podría tener un alto nivel de adaptabilidad. ¿Escupe su hijo(a) la comida nueva y más tarde continúa apartándola? Si es así, su hijo(a) podría tener un bajo nivel de adaptabilidad.

Nivel mínimo de reacción. Se refiere al nivel de estimulación auditiva, visual o táctil que se requiere para atraer la atención de su niño(a). ¿Camina Usted en puntillas después de que ha puesto a dormir a su niño(a) por temor a despertarle con el más mínimo ruido? Esto indica que su niño(a) tiene un bajo nivel de reacción. ¿Disfruta su niño(a) de una casa ruidosa? Esto indica que su niño(a) tiene un alto nivel de reacción.

Intensidad de reacción. Se refiere a la manera en que su niño(a) responde a los estímulos auditivos, visuales o táctiles. ¿Llora muy fuerte su niño(a) cuando está incómodo(a) o tiene pena y se ríe muy fuerte cuando está contento(a) y excitado(a)? Si es así, su niño(a) tiene un alto nivel de respuesta. ¿Llora o se queja muy suavemente cuando está enojado(a) o incómodo(a) y sonrío levemente sin reírse cuando está contento(a) y alterado(a)? Si es así, su niño(a) tiene un bajo nivel de respuesta.

Tipo de ánimo o carácter. Se refiere al estado de ánimo en que está su niño(a) la mayoría del tiempo. Algunos niños se sonrío fácilmente, les encanta que otras personas se les acerquen, y ellos acercarse a otras personas, generalmente están contentos y son receptivos. Algunos niños tienen un carácter más serio, muestran sentimientos intensos tales como el placer y el enojo de una manera más sutil, como, por ejemplo, sonrío brevemente para expresar alegría o felicidad.

Grado de distracción. Se refiere al nivel de ruido o nuevos acontecimientos que son necesarios para que su niño(a) deje de enfocarse en una actividad. Por ejemplo, ¿es fácil hacer que su niño(a) deje de hacer una actividad prohibida ofreciéndole algo nuevo? Cuando usted le cambia el pañal, ¿deja de estar inquieto(a) si usted le da un juguete o un chupete (chupón)? Si es así, su niño(a) se distrae fácilmente. Cuando usted le quita un juguete, ¿su niño(a) se pone a llorar y no acepta ningún otro juguete? ¿Está siempre inquieto(a) cuando usted le cambia el pañal aunque usted trate de distraerle cantándole u ofreciéndole juguetes? Si es así, su niño(a) no se distrae fácilmente.

Rango de atención y persistencia. Se refiere al período de tiempo que un niño(a) se mantiene en una actividad aun cuando haya interrupciones. ¿Puede su niño(a) jugar solo(a) por una media hora o más? ¿Puede observar un móvil o escucharla cantar por largo rato? Este(a) es un niño(a) con un alto rango de atención. ¿Juega con un juguete por pocos minutos y luego comienza otra actividad? ¿Su niño(a) se desanima fácilmente frente a pequeñas frustraciones tal como cuando se le derrumba una torre al primer intento de armarla? Este(a) es un niño(a) con un corto rango de atención.

Al contestar estas preguntas piense en las reacciones o en la conducta típica de su bebé. Usted comenzará a entender mejor el comportamiento de su bebé mirando estas categorías y combinándolas de cierta forma. Por ejemplo, su niño(a) puede jugar con uno o dos juguetes por períodos largos sin importarle lo que está pasando en la casa, mostrando así que no se distrae fácilmente y que tiene un rango de atención prolongado. Pero, si usted le quita esos juguetes, el niño(a) no aceptará sustituirlos y tendrá un berrinche o coraje.

Stella Chase y Alexander Thomas, y también el Doctor Brazelton, descubrieron que observar estas características en forma combinada ayuda a entender al niño(a). Ellos descubrieron tres combinaciones de carácter que son muy comunes, y las llamaron “fácil,” “difícil”, y “lento para entusiasmarse.”

Saber que el bebé normalmente llorará en cada cambio de pañal a pesar de que se le den juguetes, se le cante, o se le hable es un gran alivio para los padres. Esto no depende de la manera con que usted trate a su bebé, sino del carácter de su bebé. Trate de usar ideas nuevas para distraer a su bebé. Mantenga una actitud positiva. Es importante recordar que cada tipo de temperamento tiene lados positivos y negativos. Si su niño(a) se distrae fácilmente, esto le ayudará a manejar su conducta en ese momento y le será más fácil

distraerlo(a) cuando esté llorando, pasándole un juguete o cantándole. Los niños que lloran sin parar durante el cambio de pañal, a pesar de los esfuerzos que se hagan para distraerlos, tienen un comportamiento que es difícil de manejar en el momento. Por otro lado, ese tipo de niño(a) puede usar su bajo grado de distracción y su alta capacidad de atención para enfocarse y adquirir nuevas destrezas.

Usted también tiene un temperamento que puede ser igual o diferente al de su bebé. Si su temperamento es diferente al de su bebé, a veces necesitará crear, de acuerdo a sus expectativas, un “buen acomodamiento” entre usted y su bebé. Esto le llevará a tener un crecimiento y desarrollo positivo. Por ejemplo, usted puede querer sentarse a leer por diez minutos o más, pero si su niño(a) es muy activo(a), usted tendrá que cambiar sus expectativas. Leer juntos por dos minutos puede ser agradable para los dos, ya que su niño(a) no tendrá que esforzarse a estar sentado(a) por largo rato con usted. Esto hará que la lectura sea una experiencia positiva que se repetirá una y otra vez.

El temperamento de mi niño parece ser _____.

Para más información:

Healthy Parenting Choices: Children's Temperament Styles and Parents' Expectations by Barry Zuckerman, in *Pediatric Basics*, Fall 1995

Infants and Mothers: Differences in Development by T. Berry Brazelton, 1994

Know Your Child by Stella Chess and Alexander Thomas, 1987

The Difficult Child by Stanley Turecki, 1989