

Mi espacio personal y yo

En el transcurso del desarrollo, desde que el bebe se da cuenta de que existe un espacio alrededor de él, quiere conocerlo, descubrir cuáles son sus límites y empieza a controlarlo a través del llanto. Así, mediante el llanto, permite que las personas conocidas y cercanas se acerquen a él y, también, mediante este, aleja a las personas desconocidas, buscando la protección de los padres o cuidadores.



A medida de que el niño o niña va creciendo, las situaciones sociales hacen que ellos se acerquen a personas que no conocen y permitan un abrazo, un beso o un apretón de manos, situaciones que quizás no quisieran hacer pero ante la insistencia de sus padres y el deseo del padre o madre, de que otros vean lo bien portado que es su hijo o hija,

insisten.

Respetar el espacio personal va cogido de la mano con establecer límites personales y todo ello son habilidades sociales que deben ser aprendidas desde que los niños son muy pequeños.



Como padres es esencial enseñar a los hijos a identificar y comprender este espacio personal modelando conductas adecuadas, planificando actividades de aprendizaje en casa, para que los niños tengan lecciones valiosas en la vida diaria.



De este modo, los niños aprenderán a respetar el espacio vital del otro, pero también a sí mismos y además los hijos aprenderán a evitar situaciones inapropiadas en la vida que pueden resultar peligrosas.

Recuerda...



La primera burbuja se considera "espacio íntimo" y se extiende en promedio unos 46 centímetros del cuerpo; por lo general se reserva para amigos cercanos y familiares. La segunda, hasta 1.2 metros de distancia, a la que pueden entrar amigos y conocidos.

La tercera burbuja es de "espacio social", desde 1.2 a 3.7 metros del cuerpo, y acepta las interacciones con nuevos conocidos y desconocidos que pueden tener lugar. Más allá de eso, la cuarta, corresponde al área pública, que cualquiera puede entrar.

Consejos

- 1. Llamar antes de entrar.** Golpear y esperar una respuesta antes de entrar a una habitación con la puerta cerrada es necesario para respetar el espacio vital del otro y el propio.
- 2. Cerrar la puerta del baño.** Enseñar a los niños a cerrar la puerta del baño es enseñarle a que todas las personas necesitan intimidad y él también, ya sea con cerrojo o solo cerrada dependerá de la edad.
- 3. Enseñar la diferencia entre personas cercanas y lejanas.** Es necesario que los niños entiendan la diferencia que existen entre el espacio vital de las personas cercanas (familiares y amigos íntimos) de aquellos que no lo son.
- 4. Reaccionar ante el peligro.** Es necesario enseñar a nuestros hijos cómo reaccionar cuando una persona extraña invade su espacio personal, buscando siempre la ayuda de otro adulto conocido y de confianza para garantizar su protección.
- 5. Al saludar a personas desconocidas, evitar el contacto físico.** Si el niño o niña no lo desean, no es necesario saludar con un beso, abrazo o apretón de manos a alguien que recién o apenas conoce (o quizás no recuerda).

Cuando el niño aprende a respetar su espacio personal y vital y el de los demás, también sabrá poner límites a las demás personas cuando invadan su espacio. Esto es absolutamente necesario para evitar situaciones peligrosas con desconocidos y que los niños sepan reaccionar a tiempo.