

EL ARTE DE ABUELAR

Colección *Crianza en familia* | PRIMERA INFANCIA



ASOCIACIÓN CIVIL
RED DE CRIANZA

Fundación
**Navarro
Viola** 

EL ARTE DE ABUELAR

UNA RED DE SOSTÉN

Los abuelos y las abuelas pueden llegar a ser muy importantes en la vida de los niños y las niñas. Es cierto que su rol ha cambiado a lo largo de los años. Algunas veces ayudan en el día a día con el cuidado, otras son los encargados de los paseos de fin de semana y muchas otras son referentes familiares de sus nietos y nietas. Esto los convierte en una gran red de sostén para las personas adultas que están criando.

El sostén que pueden brindar los abuelos y otros familiares cercanos a las mamás y los papás durante los primeros tiempos de crianza constituye una verdadera matriz de apoyo. La función de la matriz de apoyo es ofrecer ayuda y contención para que la mamá y/o el papá puedan ocuparse de atender a sus hijos/as de la mejor manera posible. La matriz de apoyo cumple un rol fundamental para los cuidadores durante los primeros años.



MUCHO MÁS QUE CUIDADORES

Pero los abuelos y las abuelas son mucho más que cuidadores. Cuando tienen un rol activo y presente en la vida de sus nietos y nietas se constituyen en agentes de subjetivación.

Esto quiere decir que:

- Contribuyen al desarrollo físico y emocional de sus nietos y nietas.
- La presencia física, la disponibilidad emocional,

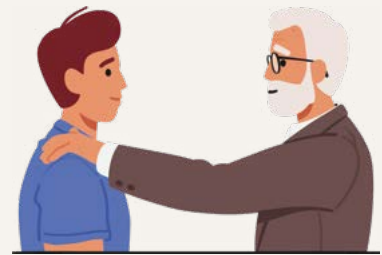
las comidas compartidas y muchas otras experiencias conjuntas a lo largo de la vida de ese niño o niña dejarán marcas impresas en la historia y en el recuerdo de los nietos y las nietas.

También es importante decir que ese rol de abuelar lo puede cumplir cualquier persona que no necesariamente sea familiar si cumple con las mismas funciones y tiene esa cercanía tan especial.

¿CUÁLES SON LAS FUNCIONES QUE TIENEN LOS ABUELOS Y LAS ABUELAS?

TRANSMITEN LA HISTORIA FAMILIAR

Tienen información y conocimiento sobre la historia de la familia y unen generaciones contando sobre los antepasados familiares y sus vidas. En general a los niños y las niñas les resulta muy interesante escuchar historias acerca cómo era su mamá o su papá cuando eran chiquitos o incluso de cuando el abuelo o la abuela eran chiquitos, por ejemplo.



COMPARTEN SUS VALORES

Transmiten valores familiares, aportan su experiencia y aprendizajes de vida. De este modo niños y niñas pueden conocer sus historias y, a su vez, van formando su propia identidad.

FUNCIONAN COMO UNA RED DE SOSTÉN

Brindan ayuda y contención a la mamá y/o el papá. Pueden facilitar cuidados de sus nietos o nietas, o bien contribuir en tareas como cocinar o ayudar con otras necesidades de la familia.



ENSEÑAN CON MÁS LIBERTAD

Los abuelos, en general, no cargan con la presión de educar que supone la crianza de un hijo o hija. Ya pasaron por eso. Esto les permite acompañar el crecimiento desde otro lugar.

Por ejemplo, ser cariñosos, tener un rol más cómplice y cercano con sus nietos, etc. Esta cercanía brinda la posibilidad de desarrollar un vínculo y una conexión muy especial entre abuelos y nietos.



ABUELOS Y ABUELAS COMO FIGURAS DE APEGO

Todos los seres humanos nacemos con la tendencia a establecer vínculos de apego. El vínculo de apego consiste en buscar la cercanía con aquellas personas que nos dan consuelo, cuidado y protección. Los vínculos de apego se construyen desde la infancia a partir de las experiencias compartidas, no solo de cuidado, sino también de juego y de conexión emocional.

En la infancia las figuras de apego principales suelen ser, en general, mamá y/o papá. Aunque a veces una abuela o un abuelo puede también constituirse como una figura de apego principal.

La figura de apego cumple una función doble:

- Es una base desde la cual el niño o la niña puede alejarse para explorar el mundo.
- Y es un refugio al cual volver en situaciones de peligro o estrés.

En general, niños y niñas suelen desarrollar vínculos hacia una o dos figuras de apego principales y otras auxiliares o subsidiarias.

Para el desarrollo emocional saludable es fundamental que las figuras de apego sean personas

que estén presentes, que sean confiables, que respondan cuando el niño o la niña lo necesita, que sean sensibles y que ofrezcan contacto en los momentos difíciles.

A medida que vamos creciendo logramos construir otros vínculos de apego con otras personas que suelen ser figuras de apego subsidiarias, como una abuela, un tío, un amigo de la familia, una niñera, una maestra u otras personas importantes en nuestras vidas.

Las personas que forman parte de la red de sostén familiar, como abuelos y abuelas, pueden convertirse en figuras de apego subsidiarias a medida que ese niño o niña va creciendo. Esto quiere decir que se convierten en personas a las que nietos y nietas consideran capaces de cuidarlos y regularlos emocionalmente, aún en ausencia de sus cuidadores principales.

La construcción de estos vínculos lleva tiempo y se da a partir de las experiencias agradables en el tiempo compartido. Por eso, para que la relación crezca, hay que alimentarla regularmente.

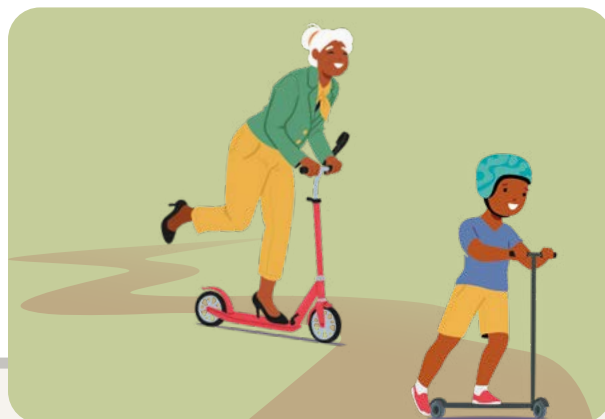
4

EL JUEGO COMPARTIDO

Los momentos de juego compartidos entre abuelos/as y nietos/as es una oportunidad privilegiada para conectar emocionalmente. Siempre que queramos relacionarnos con un niño o niña sin dudas esta será la mejor vía.

El tiempo de juego compartido produce experiencias de placer y de conexión emocional que van dando forma al vínculo de apego, a la vez que también será una gran herramienta a la hora de regular algún estallido emocional.

Cuanto más conectados estemos afectivamente con un niño o niña, mayores recursos tendremos a la hora de calmarlo frente a una frustración o desregulación emocional.



APRENDIZAJES PARA LA VIDA

En los vínculos de apego con las personas significativas se llevan a cabo aprendizajes para la vida y por eso es tan importante cómo nos relacionamos con los niños y las niñas. Les estamos enseñando cómo es la manera de vincularnos con otras personas.

Por ejemplo: si cuando Pedro llora en casa de su abuela, ella lo abraza y lo calma, él aprenderá que su abuela es una persona confiable, siempre disponible para cuando la necesita. A partir de esta experiencia cercana, Pedro esperará que todas las personas sean como su abuela. Si en la escuela

alguien se burla de su llanto, podrá defenderse: aprendió en casa que burlarse no es lo que hacemos cuando alguien llora.



ABUELOS, ABUELAS Y PAUTAS DE CRIANZA

Es frecuente escuchar que, cuando las familias comparten tiempo con abuelos y abuelas, aparecen conflictos en torno a la crianza. Conforme pasan los años las costumbres y las prácticas de crianza van cambiando.

¿Cómo conciliar con las generaciones anteriores las pautas de crianza elegidas para nuestra familia? ¿Qué sucede cuando nuestras elecciones de crianza no coinciden con las que decisiones que tomó nuestra familia de origen al criarnos?

- Siempre el camino es la comunicación y el diálogo.
- Las épocas han cambiado y las formas de criar también lo han hecho.
- Reflexionar juntos entre personas adultas, establecer acuerdos compartidos y ponernos de acuerdo es un gran regalo que podemos hacerles a las infancias.
- Es importante no perder de vista que quienes toman las decisiones sobre los hijos y las hijas son las madres y/o los padres.

CONVERSAR SOBRE LAS DIFERENCIAS

Solemos decir que las familias no necesitan consejos a menos que los pidan. La función de los abuelos y abuelas es acompañar sin interferir, respetando las elecciones que mamá o papá han tomado para criar a sus hijos e hijas. Aun así, cuando se presentan conflictos es importante

conversar sobre las diferencias y entender que no tiene nada de malo pensar diferente. Para que la vida familiar resulte armoniosa entre todas las generaciones y que los momentos en familia sean placenteros es necesario que padres, madres, abuelas y abuelos trabajen de manera conjunta.

Pero, muchas veces, esto no ocurre. No hay acuerdos. Seguramente dependerá del tema en cuestión. Si es un tema sensible quizá sea necesario que los cuidadores principales pidan a las demás personas adultas involucradas que sigan su criterio, por cuestiones de salud, de creencias, etc.

En otros casos, el tema en discusión se puede flexibilizar. Con frecuencia escuchamos decir, que tenemos que tener un único criterio frente a los niños y niñas, porque si no “los confundimos”. Esto no siempre va a ser así.

Por ejemplo, podemos decir: “en nuestra casa se puede estar sin zapatillas, pero en la casa de la abuela, no”. O pueden variar los alimentos permitidos en una casa y en otra, o los tiempos de pantalla.

Todas las personas tenemos opiniones diferentes y niños y niñas aprenden desde muy temprano que no siempre las cosas funcionan de la misma manera en todas partes. Lo más importante será pensar cuál es la prioridad. ¿Es realmente un tema tan importante? A veces, ceder y aceptar otros modos de pensar puede traer más armonía, aprendizajes y una mejor convivencia.



LAS NUEVAS GENERACIONES TAMBIÉN EDUCAN

Por supuesto, la relación entre abuelos/as y nietos/as puede ser enormemente enriquecedora para ambas partes. Hablamos de lo importante que son los abuelos y las abuelas y lo mucho que aportan al crecimiento de los niños y las niñas, pero no es menos importante el caso contrario.

LOS NIETOS Y NIETAS PARA SUS ABUELOS Y ABUELAS SON UN PUENTE HACIA UNA GENERACIÓN MUY DIFERENTE A LAS ANTERIORES.

Por ejemplo:

- Les ayudan a relacionarse con la tecnología, algo importante y necesario en la actualidad.
- Son fuente de actividad, energía y motivación.
- Pueden despertar en sus abuelos y abuelas ganas de ser más activos, salir, compartir experiencias, aprender nuevas habilidades.

La presencia de nietos y nietas pueden ser una gran compañía en la vida de las personas mayores que ya no tienen actividades diarias rutinarias. Pueden ser un puente para la integración social de sus abuelos y abuelas y prevenir sentimientos de soledad o de carencia de atención.

Una relación estrecha entre generaciones repercute en el bienestar emocional de todas las personas involucradas. Los vínculos cercanos entre nietos/as y abuelos/as son un regalo para toda la vida.

CONVERSAMOS CON ABUELOS Y ABUELAS



¿QUÉ SIGNIFICAN LOS NIETOS/AS EN TU VIDA?

“Momentos de alegría y respeto mutuo.”

“Uno ve en el nieto el hijo que tuvo el hijo y eso es algo muy particular que se siente de una manera muy especial.”

“Me sorprenden las ocurrencias. Aprendo de ellos a cada paso.”

“Se los quiere así como son, respetando la educación y la crianza de sus padres.”

“Los nietos son una continuación de los hijos.”

“Verlos crecer a ellos es también agrandar un poco la mente porque, evidentemente, ellos entran en una generación muy diferente y eso te ayuda a pensar de otra forma.”

“Nos enseñan que el mundo va cambiando y evolucionando.”

“Un abrazo de un nieto es una caricia al alma muy grande”.

¿QUÉ ES SER ABUELO O ABUELA?

“Es la posibilidad que te da la vida de reparar algunas cosas que no hiciste bien con tus propios hijos.”

“El abuelazgo es un mimo al alma.”

“Es un vínculo que fluye en ambas direcciones, lleno de cariño, comprensión, picardía, curiosidad, y todas las demás sensaciones que componen el “AMOR” a mi familia.”

“Permite hacer cosas de manera diferente, hacer cosas nuevas, cambiar aquello que no fue bueno o estaba equivocado. De esta manera uno intenta reparar.”

“Reparar es como sanar, mejorar, enmendar aquellas cosas que quisieras que hubieran sido distintas. Uno trata de que algo mejore en esa posibilidad de conectarse con el nieto”.

“Es una de las maravillas más lindas el ser abuelo. Te da una alegría y una energía enormes.”

PD: Agradecemos mucho a las abuelas y abuelos que nos regalaron sus testimonios y enriquecieron este material con sus experiencias.



Los vínculos de apego nos acompañan a lo largo de toda la vida, no son exclusivos de la infancia. Todas las personas a lo largo de nuestra existencia buscamos estar cerca de una o más personas preferidas, sobre todo en situaciones de estrés, miedo, cansancio o enfermedad.

BIBLIOGRAFÍA

Nativ, A., Raschkovan, I. y Schulz, N. (2020). No tan terribles. Límites y autonomía en la primera infancia. Una mirada desde la crianza respetuosa. Buenos Aires: Editorial Planeta.

Raschkovan, I. (2019). Infancias respetadas. Crianza y vínculos tempranos. Buenos Aires: Aique Grupo Editor.

Stern, D. (1994). La constelación maternal. Barcelona: Paidós.

Cuesta, C. (UNICEF). “Hoy, si hablamos de educación, hablamos de los abuelos” disponible en <https://www.unicef.es/educa/blog/coronavirus-educacion-abuelos>



Crianza en familia es una iniciativa de la Fundación Navarro Viola desarrollada en el marco del programa Primera Infancia. Su objetivo es compartir buenas prácticas de crianza con las familias de niños y niñas durante la primera infancia. Este material es de uso libre y gratuito.