

HOJA INFORMATIVA N°36

COLECHO EN JAPÓN

Nobuko H. Sasaki, Desarrollo psicológico de los niños, vol 43.

Desde la antigüedad en la familia japonesa es normal que cuando nazca un niño duerma con sus padres. Mientras que en Europa y América se prepara la habitación para los niños antes de que nazca. Y el bebé debe acostumbrarse a dormir solo.

Las costumbres en Japón son diferentes a las de Europa y América. Por ejemplo las condiciones de las viviendas son distintas, en Japón se suele dormir en un colchón en el suelo y en Europa y América se duerme en camas. ¿Qué costumbre es mejor? Hay dos corrientes diferentes. Pero últimamente los países occidentales empiezan a considerar el dormir en familia como lo hacen en Japón. Es posible que haya muchos beneficios al dormir en familia y es natural dormir así. Realmente hay que superar muchos procesos para que los niños pequeños puedan dormir solos. Por ejemplo cuando los padres hacen dormir a los niños solos lloran de pena o preocupación, pero ellos tienen que acostumbrarse. Cuando se es niño la mayoría del tiempo se pasa con los padres. Entonces cuando se duerme durante más de 10 horas, separar a los niños de sus padres no es natural. Por la noche los adultos están más preocupados y tienen más miedo que en pleno día, a los niños les pasa lo mismo. Por esta razón durante ese tiempo ¿cómo se puede tranquilizar mejor a los niños? ¿Con sus padres? ¿O sin sus padres? Y cuando los niños tienen fiebre y se sienten mal por la noche, si duermen juntos, los padres pueden darse cuenta rápidamente de estos cambios y del estado de los niños.

Entonces ¿hasta cuando estaría bien que durmieran los niños con sus padres? Muchas personas lo deciden según los años de los niños, por ejemplo hasta los 3 años, hasta que entre en las guarderías, hasta que entre en la escuela primaria. En los libros y revistas las personas deciden lo que los niños harán cuando tengan "x" años, otras personas lo deciden comparando un niño con otro. Cada niño es diferente en su crecimiento y carácter. Por eso es imposible decidir el momento en que los niños van a dormir solos comparando la edad con otros niños (inclusive sus hermanos). Esperar con paciencia (sin impacientarse) el momento en que los niños decidan dormir solos es lo más natural. Si eso sucede cuando ellos van a la guardería o cursos más avanzados, muy bien. Pero lo más rápido no es necesariamente lo mejor. Los hijos pueden decir que desean dormir solos pero no siempre continúan. En algunos casos pueden decir que desean dormir con sus padres otra vez. Se puede considerar que eso es natural, los hijos avanzan y a la vez retroceden. Cuando los padres se tranquilizan transmiten esta tranquilidad a los hijos y les ayuda a auto independizarse.

Texto correspondiente a la Web <http://www.kidslab.net/magazine/>