



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

Necesidades psicológicas básicas del niño

Autor/es: Mercedes Fernández Méndez. María Rosa Pavo García. Pediatras
[Volumen 7. N°2. Septiembre 2014](#) [1]

Palabras clave: [familia](#) [2], [amor](#) [3], [autoestima](#) [4], [normas](#) [5], [límites](#) [6], [psicología](#) [7], [parentalidad](#) [8]

Para crecer y desarrollarse adecuadamente, el ser humano necesita satisfacer ciertas necesidades. Las más elementales y básicas son las fisiológicas: comer, dormir, protegerse del frío y del calor. El siguiente paso para un crecimiento y desarrollo adecuados es satisfacer las necesidades psicológicas básicas. Si estas necesidades no se satisfacen adecuadamente, el niño no va a poder alcanzar la autoestima, el autocontrol y el conocimiento del mundo que le permitan llegar a ser un adulto equilibrado emocionalmente, capaz de tomar decisiones y responsable de sus acciones.

1. Primera necesidad: amar, sentirse amado y crear un apego seguro.

Es la necesidad de pertenecer a un grupo, de asociarnos con los demás y de ser aceptados y queridos. El primer grupo de referencia del niño es su familia. En ella encuentra alimento, acogida y amor. Esa es una de las funciones de la familia y, cuando esta función falla, da lugar a graves trastornos.

La primera manifestación de amor del niño es el **apego**, que es el vínculo que se establece entre el niño y sus padres durante los primeros años de vida. El apego le proporciona al niño seguridad. Es la necesidad más importante después de las fisiológicas.

¿Qué hacer para establecer un vínculo afectivo seguro?

- Atienda todas sus necesidades de manera efectiva.
- Protéjale del peligro, pero sin ser alarmista.
- Exprese su afecto abiertamente, con gestos y palabras, besos y abrazos.

- Dedique tiempo para jugar con él.
- Si el bebé llora mucho y se irrita con facilidad, responda con calidez, acarícelo e intente calmarle con suavidad.
- Muestre interés por sus preocupaciones e intereses a lo largo de su desarrollo.

2. Segunda necesidad: ser y sentirse útil.

Cuando la persona pertenece a un grupo (la familia, la escuela, los amigos), quiere que se le reconozca la validez de sus actos. Tiene la necesidad de saberse y sentirse útil, capaz de hacer algo que tenga un valor. Los seres humanos aprendemos a valorarnos a nosotros mismos como consecuencia de la valoración y la imagen positiva que nos transmiten las personas importantes de nuestro entorno (padres y educadores).

¿Qué hacer para que el niño se sienta útil?

- Valore a su hijo, para que él pueda valorarse a sí mismo.
- Ayúdele a desarrollar la confianza en sus posibilidades.
- Ayúdele a enfrentarse a sus sentimientos de inseguridad.
- Confíe en él, para que, a su vez, él pueda confiar en sí mismo.
- No aumente las inferioridades que manifiesta. No utilice nunca sus defectos como armas, ni en “plan gracioso”: “Siempre tan patoso”, “Eres un desastre”.
- Evite hacerle ver sus limitaciones como estímulo para que se esfuerce o supere: “¡No seas tan tímido!”.
- Evite frases como “eres un inútil”, “qué torpe eres”, por otras como “esto no lo has hecho bien”, “esto no te ha salido bien”...
- No le compare con los demás. Esto crea una autoimagen negativa que puede llegar a crear complejos que perduran mucho tiempo.

3. Tercera necesidad: realización personal, comprender la vida

Es la necesidad que todos tenemos de saber que nosotros, el mundo y la vida tienen un sentido y que nuestra vida está en la línea de ese sentido. Es la necesidad de poder interpretar los acontecimientos externos y lo que nos rodea.

Los niños deben tener claro desde muy pequeños qué deben o no deben hacer. Las normas claras y el orden ayudan al crecimiento personal, a crear su propio orden interior y a descubrir el sentido de las cosas.

¿Cómo ayudar al niño a que vaya comprendiendo el mundo?

Necesidades psicológicas básicas del niño

- Desde pequeño, el niño debe empezar a encontrar sentido a las cosas que debe hacer. Por eso, se les debe explicar el porqué de las normas y límites establecidos por los padres. Con afecto y paciencia.
- Hay que ayudarle a descubrir valores y vivir de acuerdo con ellos. Los padres deben ser ejemplo de los valores que quieren transmitir.
- Responder de forma clara a sus “¿por qué?”

En el proceso de la crianza de los niños es fundamental la atención a la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas. Ellas son el camino directo para el logro y el crecimiento personal del ser humano consigo mismo, con las personas que le rodean y con el mundo en general.

Nota: Este artículo es resumen de una sesión del Taller de Padres “El Niño Feliz”. Puede acceder al documento completo a través de este enlace <http://pediatriagarcianoblejas.wordpress.com/especial-taller-de-padres/> [9]