



## FAMIPED

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

# El amigo invisible. ¿Motivo de preocupación o aliado en el desarrollo infantil?

**Autor/es:** Ana Martínez Rubio. Centro de Salud de Camas. Distrito Aljarafe (Sevilla). Francisco Javier Navarro Quesada. Centro de Salud Lucano (Córdoba). Amparo Gracia Alfonso. Centro de Salud La Carlota. Distrito Guadalquivir (Córdoba)

[Volumen 4. Nº 2. Junio 2011](#) <sup>[1]</sup>

***Cuando mi hija tenía 3 años, un día de primavera, al salir de la guardería, me dijo: “Mamá, dale la mano” “¿A quién?” Pregunté un poco sobresaltada, pues no había nadie a nuestro alrededor. “Al pingüino” “¡Ah claro!” respondí, cerrando mi otra mano en el aire. Y así llegé a casa al primer amigo invisible de mi hija. “Pingüi” era bastante juguetón y divertido. Había que columpiarle cuando íbamos al parque, ponerle plato en la mesa o prestarle juguetes. Si salíamos de viaje se quedaba tan a gusto en la nevera, pero a veces reaparecía en nuestro lugar de destino. De vez en cuando hacía una trastada y le explicábamos que algunas cosas no se deben hacer, mientras la niña escuchaba con atención. Dos años después “Pingüi” se fue de casa, seguramente con sus amigos del Polo sur, de forma natural. Participar en este juego de la fantasía de mi hija me abrió posibilidades para mi comunicación con ella y para jugar juntas y también transmitirle ideas, normas ...***

Entre los tres y los cinco años, muchos niños tienen un amigo imaginario. Algunos padres se sorprenden, otros incluso se preocupan y llegan a consultar a psicólogos o pediatras, pensando que algo va mal en el desarrollo de sus hijos. A veces, estos mismos profesionales les transmiten ideas negativas acerca de este fenómeno, que es completamente normal y que, además, puede convertirse en un instrumento excelente para educar y comunicarse en familia.

A los dos años, una de las manifestaciones esperadas del desarrollo infantil es la posibilidad de desarrollar juego simbólico, es decir, la fantasía: jugar a las comiditas sin comida real, a las casitas en un parque sin paredes, a llamar por teléfono con un juguete... ¿Por qué asustarse cuando el desarrollo de la fantasía se mantiene en el tiempo? ¿Cómo podrían existir los cuentos, los libros, las películas? ¿Quizá porque las personas adultas temen que los pequeños no sean capaces de diferenciar la realidad de la fantasía? ¿O porque desean controlarlo todo? ¿O porque han olvidado su propia infancia?

No hay un perfil especial de niñas o niños que tienen un amigo invisible. No es algo exclusivo de hijos únicos, ni indicador de que pasen mucho tiempo en soledad. Es un descubrimiento que hacen de forma más o menos casual. Un juego más, único, específico, diseñado por ellos mismos a su medida. Y ocurre como con todos los demás juegos: si te gusta... sigues jugando.

¿Existe algún riesgo de que nuestro hijo confunda fantasía con realidad? Es poco probable, a menos que nosotros le demos al amigo invisible excesiva importancia y lo llevemos a uno de los dos extremos: intentar eliminarlo por completo, o sea, negar que existe o, por el contrario, tomarlo demasiado en serio.

Negar que existe es como intentar negar un sentimiento que para la otra persona es una realidad. Insistir en que es irreal puede hacer que el niño se sienta solo, incomprendido, inseguro. En cambio, aceptarlo con un guiño es decir: "Vamos a jugar juntos. Tú puedes poner las normas. Nos vamos a divertir".

Una de las fortalezas del amigo invisible es que representa al propio niño, es él mismo. Sus valores, los del niño. Van aprendiendo a la vez. Y las normas o habilidades quedan para siempre dentro del pequeño.

Es importante que nuestros hijos crezcan con la sensación de que tienen capacidad para hacer cosas y que lo que ellos hacen tiene una repercusión fuera.

Lo contrario, que todo lo que ocurre procede del exterior, contribuye a generar personalidades dependientes, inseguras, poco productivas y a empobrecerles. Imaginemos que un niño se da un golpe. Algunas veces la madre o el padre dicen: **"Tonta, piedra, que has hecho tropezar a mi niño, que le has hecho daño"**. ¿Qué significa esto? Que la causa de la caída está fuera. Que ni él ni nosotros podemos hacer nada para cambiar el mundo. Pero, en realidad, la piedra no tiene la culpa. Lo que hay que decir es: **"¡Aúpa, hijo mío. Has tropezado;, nos puede pasar a cualquiera. Es normal que duela un poco. Te voy a dar masajito para que te duela menos"**. Esta respuesta enseña al niño a ver que en el mundo hay cosas duras, que están fuera, sí, y que nos pueden causar daño, pero que es posible soportar los golpes, sobre todo cuando alguien nos apoya. Y al sentirse fuerte entonces, son capaces de imaginar soluciones, adquirir habilidades y ver más allá de la piedra: pueden aprender a saltar por encima, tomar otro trayecto o ponerse espinilleras ... Soluciones que pueden emprender por sí mismos, sin depender de que alguien quite la piedra de su trayecto

### **¿Qué aspectos positivos puede tener ese amigo invisible de nuestro hijo?**

Su pensamiento, ese diálogo interior se exterioriza, y permite formular ideas, desarrollarlas para ese otro personaje. Con ello madura su capacidad intelectual.

Permite ensayar situaciones que ocurren en la vida cotidiana, pero sin correr excesivos riesgos, como todo lo imaginario y todos los juegos.

Facilita a los padres enseñar normas y modelar hábitos a través del compañero invisible de sus juegos. Por ejemplo: **"Ven; vamos a enseñar a Pingüi cómo hay que lavarse los dientes después de cenar"**.

Permite corregir las conductas preservando la autoestima: **"Di a Pingüi que no se cogen cosas del bolso de mamá sin pedir permiso"**

Consuela y acompaña de forma simbólica, con lo que el pequeño aprende a hacer cosas por sí solo.

Permite poner en él los aspectos negativos propios y ajenos, y esto facilita comprender las emociones propias, y no hay terceras personas que puedan sufrir las consecuencias.

Hablando con el amigo invisible del hijo es posible una forma de comunicación diferente, divertida y creativa. Se pueden transmitir muchas ideas y entender lo que piensa o siente.

Para los profesionales de la pediatría, puede también servir como llave para acceder al mundo interior del niño y poder explorar situaciones conflictivas en su vida: miedos, ansiedad, situaciones de maltrato, etc.

No es posible inventar un amigo invisible para nuestro hijo. Él o ella lo encuentra, lo tiene o no, lo descubre o utiliza. Es algo suyo que podemos convertir en aliado, en instrumento para el crecimiento y la comunicación.