

El amigo invisible, ¿motivo de preocupación o aliado en el desarrollo infantil?

Muchos niños [entre los 3 y los 5 años](#) tienen un amigo imaginario. Puede ser una persona, un animalito o un personaje de cuento. Algunos padres se sorprenden. Otros se preocupan y llegan a consultar a psicólogos o pediatras. Piensan que algo va mal en el desarrollo de sus hijos. A veces estos mismos profesionales les transmiten ideas negativas sobre este fenómeno que es completamente normal. Hasta puede servir para educar y comunicarse en la familia.

Los juegos simbólicos y la fantasía son algo normal en el desarrollo del niño: 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 la fantasía se mantiene en el tiempo? ¿Cómo podrían existir sin la fantasía los cuentos, los libros o las películas? ¿Temen los adultos que los pequeños no sepan diferenciar la realidad de la fantasía? ¿Hay que tener control sobre todo? ¿O porque se han olvidado de su propia infancia?

No hay un tipo especial de niñas o niños que tienen un amigo invisible. No es exclusivo de los hijos únicos. Tampoco 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 pasa como con todos los demás juegos: si te gusta... sigues jugando.

¿Existe algún riesgo de que nuestro hijo confunda fantasía con realidad?

Casi nunca. Los padres no deben tomar posturas extremas: intentar prohibirlo o tomarse al amigo invisible "demasiado en serio".

Para el niño es un hecho real y así lo siente el niño. No podemos negar ese sentimiento. Insistir en que no existe puede hacer que el niño se sienta solo, incomprendido e inseguro. Es mejor aceptarlo con un guiño al decir: "Te acepto tal y como eres", "Vamos a jugar juntos". "¡Tú puedes poner las normas" "¡Nos vamos a divertir!". Así podemos participar en el juego y aprovechar para conocer mejor al niño. Le ayudamos a comprender el mundo y transmitirle ideas, valores y normas.

Podemos decir, dentro del juego "Anda, explica a Rufo que los perros bien educados no ponen las patas en la mesa" o "Creo que tu amiguito no sabe que no se puede quitar los juguetes a otros niños, díselo tú, cariño". O podemos preguntar al personaje invisible por los posibles motivos de la rabieta del niño de carne y hueso "Oye, Rufo, ¿qué le habrá pasado a Andrés que se ha enfadado tanto?" ¡A veces se reciben respuestas sorprendentes!

El amigo invisible representa al propio niño. Es él mismo. Van aprendiendo a la vez. Y las normas o habilidades quedan para siempre.

Los niños tienen que crecer con la sensación de que pueden crear con su imaginación. No sólo hacen cosas materiales: jugar, trepar, pintar, construir...

Si al niño todo lo que le pasa viene del exterior se vuelve un niño dependiente, inseguro, con pocos recursos y poca imaginación.

Por ejemplo esta escena: un niño tropieza con una piedra y se cae. La madre o el padre dicen *“Tonta, piedra, que has hecho daño a mi niño”*. ¿Qué quiere decir esto? Que la causa del golpe está fuera. Que ni él ni los demás pueden hacer nada para cambiar el mundo. Pero en realidad la piedra no tiene la culpa. Lo que hay que decir es *“Aúpa, hijo mío, solo ha sido un golpecito. Nos puede pasar a todos. 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. Te puedes hacer daño. Se pueden soportar los golpes. Sobre todo cuando nos apoyan. Si somos fuertes podemos pensar en las soluciones, adquirir habilidades y ver más allá de la piedra. Se puede aprender a saltar por encima, tomar otro trayecto o ponerse espinilleras ... Las soluciones las hace uno mismo. No depende de que alguien te quite la piedra del camino.

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

- Desarrolla el pensamiento. El diálogo interior sale hacia fuera. Le permite formular ideas, desarrollarlas para ese otro personaje. Con ello madura su inteligencia.
- Permite ensayar situaciones de la vida cotidiana. Sin correr excesivos riesgos. Como con los juegos.
- Los padres lo tienen más fácil para enseñar las normas y los hábitos: *“Ven, vamos a enseñar al Pingüino como se lavan los dientes después de cenar”*.
- Se pueden corregir las conductas preservando la autoestima: *“Di al Pingüino que no se cogen cosas del bolso de mamá sin pedir permiso”*
- Es un símbolo que consuela y acompaña. Así el niño aprende a hacer cosas por sí solo.
- Se puede usar el amigo invisible para poner en él los aspectos negativos tanto propios como ajenos. Así se comprenden las emociones propias. No hay terceras personas que puedan sufrir las consecuencias.
- Si el padre habla con el amigo invisible puede ser de una forma diferente, divertida y creativa. Se pueden transmitir muchas ideas y entender lo que piensa o siente.
- Para los pediatras puede también servir como llave para entrar en el mundo interior del niño. Sirve para ver las situaciones conflictivas: los miedos, la ansiedad, el maltrato, etc.

No es posible inventar un amigo invisible para el niño. El niño lo encuentra solo. Lo tiene o no. Lo descubre o utiliza. Es algo suyo que podemos convertir en aliado. Es un instrumento para el crecimiento y la comunicación. Y por supuesto, [¡para jugar!](#)

Enlaces interesantes relacionados con este tema

- [Amigo imaginario](#). En la Web *Psicopedagogía en el Desarrollo y la Educación*.
- [Los amigos imaginarios](#). En la Web lamenteesmaravillosa.com (10-05-2015)
- [¿Es malo que un niño tenga un amigo imaginario?](#) En la Web depsicologia.com (15-09-2015)

Libros:

- **“Adiós, Josefina!”**. Autor: José María Sánchez Silva. Ed Anaya. 2002. *La fantasía de un niño le lleva a imaginar que tiene una ballena en casa: cambia de tamaño, habla con ella y fantasea con viajes. A través de esta relación conocemos su vida familiar, su crecimiento y sus primeras experiencias escolares. Al desaparecer el mundo infantil, desaparece con él la ballena.*
- **“Nube”**. Autora/Ilustradora: Glòria Falcón. Editorial Alba. *A partir de su amigo imaginario, Nube, una niña va pasando por los diferentes estados de ánimo acompañados de la ilustración colorista y emotiva que nos permiten empatizar más. Un homenaje a la amistad y a esos amigos imaginarios de la infancia.*

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



El amigo invisible

¿Motivo de preocupación o aliado en el desarrollo infantil?

Ana Martínez Rubio. Pediatra
Grupo PrevInfad (AEPap)



www.familiaysalud.es



Fecha de publicación: 15-10-2011

Última fecha de actualización: 26-09-2016

Autor/es:

- [Ana Martínez Rubio](#). Pediatra. Fallecida el 19 de agosto 2017. Camas (Sevilla)

