



Jugar en *familia*



Fundación

Creceer jugando

La Fundación Creceer Jugando tiene como fin trabajar en la defensa y promoción de uno de los derechos fundamentales del niño: *el derecho al juego*. El juego es una de las actividades más valiosas e importantes para el desarrollo global del niño en todas sus facetas: física, psíquica, social e intelectual.

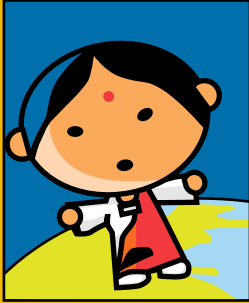
La Convención de los Derechos del Niño, adoptada por las Naciones Unidas en 1989, proclama "*el derecho del niño al descanso y al esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas apropiadas para su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes*" (Art. 31.1)

El compromiso de la Fundación Creceer Jugando por defender el derecho al descanso, al esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas se concreta en la promoción de la actividad lúdica en sí misma y a través del juguete, así como en la celebración de mesas redondas, conferencias, coloquios y difusión de trabajos de investigación.

Los principios fundacionales de la Fundación Creceer Jugando, promovida por la AEFJ, manifiestan un firme compromiso por trabajar en estrecha colaboración con otras entidades y organismos, dedicados a defender una vida digna para los más pequeños.

La Fundación Creceer Jugando también desarrolla su labor social a través de campañas para la donación de juguetes para el tercer mundo, siendo la de mayor importancia la que efectúa en colaboración con Radio Nacional de España, que ha popularizado "Un juguete una ilusión", para que miles y miles de niños de países con grandes carencias, sientan la solidaridad española para su aprendizaje y diversión en sus propias casas, pero también en hospitales, escuelas, misiones, donde puedan disponer de juguetes variados en espacios adecuados para el juego.





Gracias a la estrecha y desinteresada colaboración de las empresas del sector, la Fundación trabaja y coopera con ONG's, asociaciones, instituciones públicas –comunidades autónomas, ayuntamientos, etc.- y privadas, para que los niños crezcan jugando y, de este modo, nuestra sociedad futura sea más feliz. Sin duda, un elemento clave en la felicidad del niño es la familia. La familia es el primer y más importante referente de la persona. En España, al igual que en el resto de los países desarrollados, se está sufriendo una profunda modificación. El papel de los padres y las madres se enfrenta a nuevos retos. Modelos y formas de educar, hasta ahora indiscutidas, se adivinan como necesarias pero pendientes de revisión. Las obligaciones laborales y sociales por parte de los progenitores, así como la falta de tiempo libre o el no disponer del tiempo suficiente deseado para compartir con sus hijos hace que, cada vez más, muchas familias se sientan preocupadas y sensibles al papel de la educación en el marco familiar.

Éste es uno de los motivos por los que la Fundación Crecer Jugando presenta, este año el tema **Jugar en familia**.

Esta publicación pretende exponer la importancia del juego en el marco familiar, lo que sin duda supone un reto, no sólo desde la perspectiva de la educación de los niños, sino también desde una perspectiva en la que el juego se convierta en una actividad enriquecedora para la vida familiar.

Los adultos cada vez estamos más sensibilizados acerca de la importancia del juego y del juguete como una de las herramientas fundamentales para el juego. Sabemos que el juguete permite al niño desarrollar la inteligencia, creatividad, sociabilidad, afectividad, habilidad manual, lenguaje, motricidad y aprendizaje de las reglas de convivencia. Pero, en cambio, queda mucho por reflexionar sobre la importancia del juego juntos, de compartir y crecer jugando.

La Fundación Crecer Jugando confía en que la información aportada sirva para que, mayores y pequeños, sigamos creciendo juntos jugando y, de este modo, construyamos un mundo más solidario, más libre, más justo, más afectivo... y en definitiva, más feliz.



jugar no es sólo cosa de niños

Para el hombre jugar es una buena manera de no olvidar su identidad. Una actividad placentera a lo largo de su vida

Hablando del juego o de ese gusanillo que en ocasiones nos recorre el cuerpo.

Desde hace años, los profesionales y las instituciones dedicadas al juego y al juguete defienden que jugar es una actividad fundamental para el desarrollo de la infancia.

Diariamente gran número de educadores y padres sensibilizados – de los que afortunadamente cada vez encontramos más – aportan su grano de arena, para que el juego sea reconocido como uno de los factores que contribuyen positivamente en el desarrollo bio-sico-social de la persona.

Los métodos utilizados son muchos. Desde su aplicación como herramienta para enseñar materias o favorecer la recuperación de ciertas deficiencias, hasta la celebración de seminarios entre padres, profesores, pedagogos y psicólogos en los que el análisis del juego y sus beneficios son los protagonistas.

Cuando nos hacemos adultos, entendemos el juego infantil como una actividad natural de esta etapa sin tener que justificarla, pero cuando crecemos necesitamos encontrar algún tipo de “beneficio productivo” para jugar o para dejar que los demás jueguen. Pero...

¿Podríamos jugar sólo por el placer de jugar, de disfrutar de un modo libre, voluntario, placentero y gratuito?

Hay sensaciones que el juego aporta y que la persona desea mantener. Pero a medida que crece, cada vez son menos las oportunidades que tiene de poder experimentarlas. Por otro lado, no debemos olvidar que nuestra sociedad productiva no nos permite “andar jugando”.

Jugar es para el hombre una buena manera de no olvidar su identidad. Al volver a jugar, recuperamos funciones que la seriedad y las responsabilidades de la edad nos han robado.

Retomar el concepto de juego como un acto voluntario, placentero, gratuito y aplicable a todas las edades, es una labor que únicamente necesita tiempo y la dedicación de todos los profesionales e instituciones del juego, que afortunadamente no se resignan a creer que jugar sea sólo cosa de niños.





familias

de ayer. Familias de hoy



Una evolución histórica con nuevos estilos de convivencia han obligado a “redefinir” el término de familia

Érase una vez...



La familia en España, al igual que en el resto de países desarrollados, ha sufrido y está sufriendo una profunda modificación paralela a los cambios económicos, políticos y religiosos que se vienen sucediendo a lo largo de los últimos años de su historia.

Antes, jugar era una actividad desprovista del valor educativo y didáctico que tiene hoy, pero cuántos quisiéramos poder dar a nuestros hijos esos amplios espacios, esas calles llenas de niños, esas interminables tardes de juego... Sería perfecto, los juguetes actuales y el valor del juego de hoy, pero con los espacios y la libertad para jugar de antes.

Actualmente, nos encontramos ante una época de gran variedad de modelos de relación y con unas nuevas tipologías de familia, pudiéndose observar en todas ellas, la liberalización progresiva de las costumbres y de las normas sociales. Rice (1996)

Esta aparición de nuevas tipologías familiares, no significa que se hayan perdido los valores familiares. Significa que en pocos años, han aflorado nuevos estilos de convivencia y unión entre las personas que han obligado a “redefinir” el término de familia, tal y como se ha entendido hasta hace escasas décadas.

Este tema ha suscitado ya largos debates y ha dado pie a numerosas reflexiones. Gran número de sociólogos, pensadores y eclesiásticos expresan sus teorías, a favor y en contra de la aparición o desaparición de unos estilos familiares u otros.

¿Nos encontramos ante una crisis de la familia?

A pesar de estas transformaciones, la familia seguirá siendo el primer referente de cada persona. El núcleo desde el cual se refuerza y se da confianza a cada uno de sus miembros. Donde el niño, mediante sus juegos, se identifica primero con él mismo, después con su familia y más tarde con el mundo. La familia es uno de los pilares del desarrollo de la personalidad de cada uno de nosotros.





*“...lunes antes de almorzar,
una niña fue a jugar,
pero no pudo jugar,
porque tenía que planchar
así planchaba, así, así..”.*

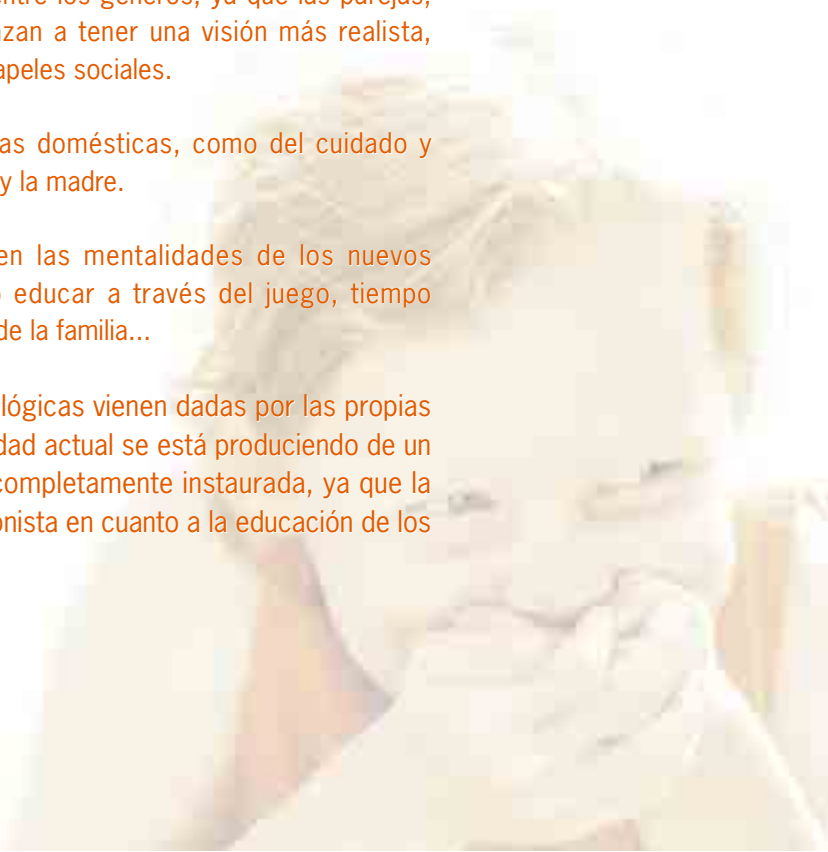


La incorporación masiva de la mujer al mercado laboral, replantea una nueva organización en las familias.

El acceso de la mujer al sistema educativo, así como su incorporación al mercado laboral ha hecho replantearse la organización interna de las familias, dando lugar a unos lentos cambios de comportamiento, prácticamente imparables:

- Está sobradamente comprobado el descenso de la natalidad en las familias, ya que la función de la mujer no se basa exclusivamente en la crianza de los hijos.
Las parejas actuales tienen como media uno o dos hijos. Una familia de tres hijos, en nuestros días, es considerada numerosa.
- Existe una relación más igualitaria entre los géneros, ya que las parejas, principalmente las jóvenes, comienzan a tener una visión más realista, objetiva y menos tradicional de los papeles sociales.
- Se da el reparto tanto de las tareas domésticas, como del cuidado y educación de los hijos entre el padre y la madre.
- Empiezan a irrumpir con fuerza en las mentalidades de los nuevos padres y madres conceptos como educar a través del juego, tiempo de calidad junto a los hijos, disfrutar de la familia...

A pesar de que estas consecuencias lógicas vienen dadas por las propias circunstancias, su arraigo en la sociedad actual se está produciendo de un modo muy lento y aún hoy, no está completamente instaurada, ya que la mujer sigue teniendo un papel protagonista en cuanto a la educación de los hijos y la organización de la familia.





Un tiempo para descubrirse y disfrutar en familia. Un momento para cada uno

“Tener hijos no lo convierte a uno en padre, del mismo modo que tener un piano no lo vuelve a uno pianista”
Michael Levine

Si hace años, la calle y *los niños del barrio* eran las claves fundamentales del juego, en el sistema en el que hoy vivimos, hace que los miembros de la familia sean, en ocasiones, los principales compañeros de juego que tienen los niños al salir de la escuela o de las actividades extraescolares.

Por otro lado, al encontrarnos con familias en las que el padre y la madre trabajan, el escaso tiempo libre que les queda propicia la búsqueda de tiempos de ocio destinados al disfrute conjunto de la familia.

Cada familia necesita *descubrirse, disfrutarse* y ello, requiere tiempo. A su vez, cada miembro de la familia precisa de un momento *para si mismo*, “*para sus cosas*” y también para ello es necesario el tiempo. Encontrar un tiempo para cada cosa y cada cosa a su tiempo, es uno de los grandes retos de los padres de hoy en día.

Ser padre implica tener unas grandes dosis de paciencia, coherencia, comprensión, firmeza y, lo que es más importante en estos días tan ajetreados: encontrar nuestro tiempo

Los abuelos, los mejores aliados en el cuidado y educación de sus nietos

Al igual que se ha producido un cambio en el papel del padre y de la madre, se produce también un cambio de rol en los abuelos.

Actualmente, nos encontramos con numerosos casos de familias en las que ambos padres trabajan y son los abuelos los que asumen el papel de los principales cuidadores de sus nietos. Ellos proporcionan a los padres un alivio económico y emocional, ya que los dejan en buenas manos.

El binomio abuelo-nieto beneficia a las dos figuras. Por un lado, el niño además de estar bien cuidado se siente más acompañado y, por otro, el abuelo además de sentirse útil, tampoco se encuentra solo.

Los abuelos ¿un bastón o unas zapatillas de deporte?

Además, los abuelos suelen adoptar una postura más juguetona y relajada que la de los padres, a quienes les toca jugar el papel de educadores más disciplinarios.

En estos casos, los abuelos se convierten en cuidadores y acompañan en los juegos a sus nietos y éstos, les ven en numerosas ocasiones como esa figura casi mágica, de edad avanzada que conoce los orígenes y las costumbres de su familia. Actúan como consejeros, guías, asesores y transmisores morales y, en numerosas ocasiones, son el puente entre los padres y los hijos reduciendo tensiones o acortando distancias.





Concepto actual de juego y educación en la familia

Antes tenía seis teorías y ningún hijo, ahora tengo seis hijos y ninguna teoría



Hoy en día, asistimos a una clara revalorización de la infancia y nos encontramos con padres preocupados por la educación de sus hijos, instituciones que velan por los derechos de los niños, administraciones que contemplan y facilitan programas a favor de infancia, espacios “ad hoc” para utilización de los más pequeños y de sus familias, así como programas de familia cuyo objetivo es obtener estrategias educativas adecuadas.

En numerosas ocasiones, los padres no tienen una “técnica” para educar a sus hijos. Su propio saber, su sentido común, su intuición, sus costumbres, sus creencias y sus valores son la base fundamental de la educación de sus hijos. Cada vez es mayor la insistencia con la que los padres demandan a las instituciones métodos de enseñanza, que les permitan educar a sus hijos de un modo “técnicamente adecuado”.

Los padres se esfuerzan por educarles dentro de la familia y luchan por poner a su alcance, los recursos y medios necesarios para que gocen de unas buenas salidas profesionales.

Nos encontramos frente a la postura de criar menos hijos, pero invirtiendo más en su cuidado y educación. La educación de los hijos se convierte en deber prioritario para los padres. Lipovetsky (1994)

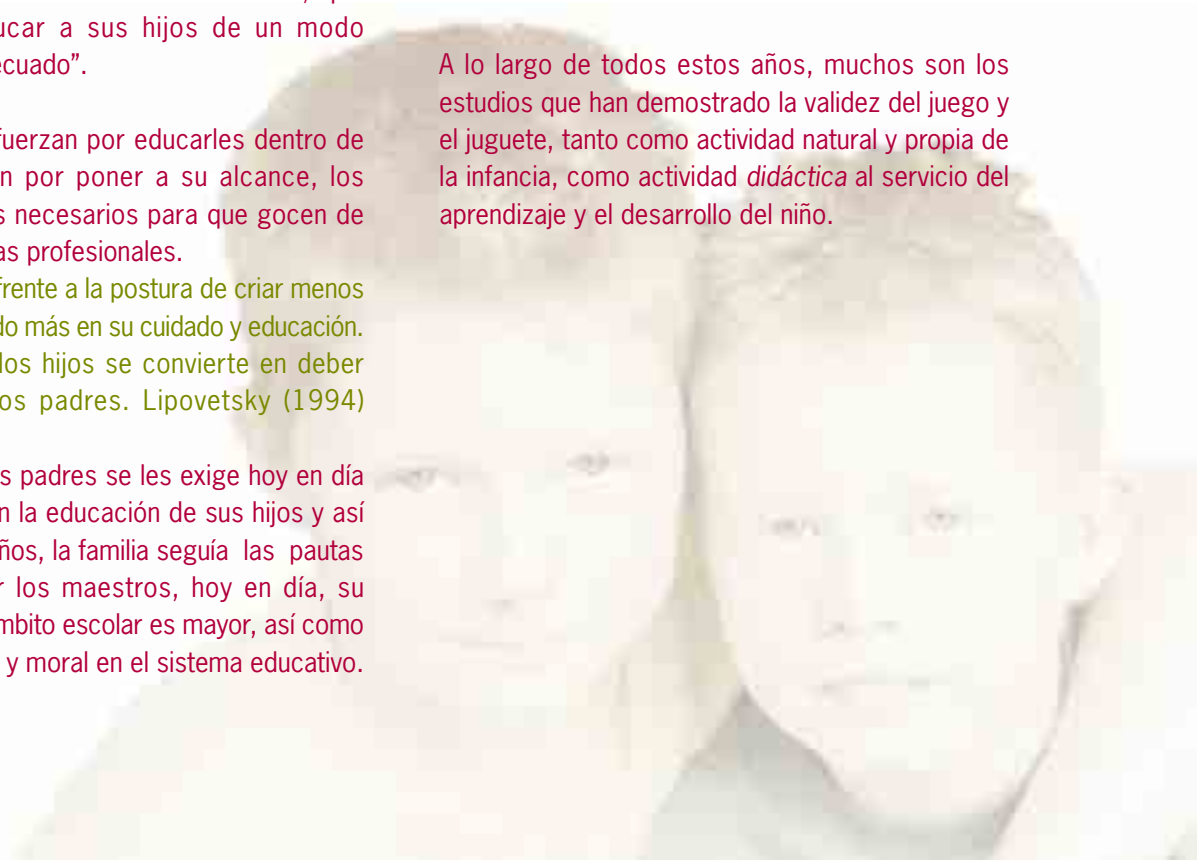
Por otro lado, a los padres se les exige hoy en día más implicación en la educación de sus hijos y así como hace unos años, la familia seguía las pautas determinadas por los maestros, hoy en día, su implicación en el ámbito escolar es mayor, así como su presencia física y moral en el sistema educativo.

Los padres y madres de hoy son conscientes de que no pueden educar a sus hijos, en la medida en que ellos fueron educados. Pero tampoco olvidan el rol que a cada uno le toca desempeñar. Son los educadores de sus hijos en primera persona. Es una relación más horizontal y menos jerárquica, pero en la que por sabiduría y experiencia, los padres son quienes deben *guiar* los pasos familiares.

La demostración del afecto, del cariño, del malestar; en definitiva, la demostración de las emociones dentro de la familia mediante una buena comunicación, es síntoma de un buen clima familiar.

El juego y el juguete se han revelado como unos excelentes aliados de los padres para mantener esta comunicación.

A lo largo de todos estos años, muchos son los estudios que han demostrado la validez del juego y el juguete, tanto como actividad natural y propia de la infancia, como actividad *didáctica* al servicio del aprendizaje y el desarrollo del niño.





jugando y creciendo juntos

Jugar en familia.

El juego, una actividad destacada en el tiempo de ocio familiar



*“El tiempo libre es un tiempo de libertad para la libertad.”
Frederic Munné, 1980*

El tiempo libre es aquel que destinamos a la relajación y a la liberación de tensiones, bien sea sólo o en compañía. Actualmente se impone la necesidad de encontrar tiempo para uno mismo y tiempo para destinarse los unos a los otros. El tiempo de trabajo y de estudio, el invertido en las actividades extraescolares y el destinado a otras obligaciones, hacen que en la familia cada vez se disponga de menos tiempo libre.

El tiempo es uno de los bienes más escasos, pero además de ser escaso, no es acumulable. Es fugaz e inmediato.

Cuidar la distribución y la organización del uso del tiempo se convierte en una tarea complicada e importante, puesto que la utilización que padres e hijos hagan de su tiempo libre va a recaer directamente sobre la educación, el desarrollo y la formación de la personalidad de los más pequeños.



Hablar de tiempo de ocio tanto familiar como individual, no supone hablar del sistema de ocio que se nos impone. No se trata de consumir ocio. Se trata de acceder a un ocio

creativo y generador de riqueza para la persona. No es, hacer por hacer algo, es “hacer porque quiero hacerlo”. Además, para no caer en un ocio consumista es necesario desarrollar en la persona unas cualidades críticas y maduras, que permitan a los individuos ser capaces de programar y gestionar su propio tiempo de ocio, de un modo crítico, libre y voluntario.

Por ello, se hace necesario convertir el momento dedicado a los hijos en un tiempo compartido, de ocio y de disfrute para todos. Un tiempo en el que los padres además de acompañar al niño, también disfruten de la actividad que se esté desarrollando.

En la dedicación destinada a los niños se necesita ciertas dosis de técnica, para así poder realizar actividades adecuadas a los gustos, intereses y necesidades de todos.

Jugar despunta como una de las mejores acciones a realizar en familia, ya que el juego está presente en la vida de todas las personas. Niños y adultos juegan siguiendo sus gustos y las exigencias de su edad. Mientras que los niños juegan de manera natural y espontánea, el adulto programa y vive el juego como un momento de evasión, de relax.



Estos dos factores son perfectamente combinables a la hora de plantear un juego en familia y además conllevan:

- La integración familiar de cada uno de los miembros, respetando la exclusividad de cada uno.
- La participación y la implicación de cada uno en la vida familiar.

Jugar es una excelente posibilidad, una excelente “técnica” al servicio de los padres, para fomentar en los niños las actitudes necesarias y para que administren su tiempo de ocio de un modo positivo. Además de ser un juego en sí, es una perfecta acción familiar:

- Jugar es una acción divertida y placentera que favorece el desarrollo de actitudes lúdicas ante la vida.
- Jugar es la puerta de entrada y salida de la realidad. Permite a la persona ser libre, decidir ante situaciones ficticias sin que pase nada. (Grunner)
- Jugar es hacer un ensayo de la realidad siendo consciente de lo ficticio de la situación, aunque la situación se viva de un modo muy real. Permite voluntariamente ser otro o ser uno mismo actuando de un modo diferente o en otras circunstancias. (Huizinga)

- Jugar supone estar activo, tomar decisiones, implicarse y estar motivado.
- Jugar es mostrarse cada uno tal y como es, desde el interior de cada persona, desde su propio origen.
- Jugar facilita el encuentro con los otros y con el entorno. Es uno de los actos sociales y socializadores por excelencia. (Vigotski)
- Jugar refuerza la capacidad empática de ponerse en el lugar del otro. Capacidad que por excelencia tiene la madre al percibir las necesidades y sentimientos de los hijos, y la capacidad de los hijos de percibir las preocupaciones, alegrías o inquietudes de sus padres.
- Jugar evita momentos de aburrimiento, renueva energía, repone del cansancio y proporciona momentos de distensión y relajación.

Si los padres deben de poner al servicio de los hijos los recursos necesarios para su correcto crecimiento, procurarles tiempo de juego es una de sus obligaciones, ya que la acción de jugar es fundamental para el niño.

Si por otra parte, el tiempo que los padres destinen a los niños en actitud abierta y sincera, positiviza en gran medida su correcto desarrollo, el hecho de “compartir tiempos de juego” es la perfecta combinación para hacer de estos tiempos, una excelente base para una relación familiar sólida.



Dispongamos de un momento para jugar El juego como actividad que refuerza las relaciones familiares.

Papá, papá... ¿hoy no jugamos?

Uno de los requisitos fundamentales para una sólida relación familiar es la comunicación. Por otro lado, es una de las carencias más importantes que sufre la sociedad actual. Una buena comunicación estrecha los lazos familiares y por consiguiente sociales, ya que cada familia es una de las células que componen la sociedad.

La teoría es fácil: La capacidad de comunicación es vital para cualquier tipo de actividad humana. Pero ¿cuál es el método?, ¿cómo comunicarnos?

No hay recetas para una buena comunicación, ya que cada persona es única y cada familia es exclusiva. Por el contrario, existen ingredientes que bien condimentados pueden dar lugar a una buena comunicación. El juego es una excelente materia prima, siempre y cuando esté bien aderezado y sea sincero, espontáneo, auténtico y respetuoso.

La acción de jugar favorece y facilita la comunicación. Mediante ella, transmitimos, exteriorizamos lo que somos, lo que pensamos, en lo que creemos... El juego entre padres e hijos, entre abuelos y nietos, entre diferentes generaciones; en definitiva, el juego familiar, puede ser una de las herramientas más favorables, para que los miembros de una misma familia mantengan una buena relación afectiva.

El juego ayuda a fortalecer la complicidad entre los miembros de la familia, abre vías de comunicación, permite exteriorizar las expresiones de afecto, deja aflorar las emociones de una forma natural y espontánea. Jugar en familia ayuda a construir una relación familiar sólida y duradera.

Jugar en familia supone la necesidad de organizarse, y adquirir conciencia de aprender a construir juntos un clima de respeto y cooperación.

A medida que los hijos crecen, adquieren sus propias ideas, gustos, preferencias y formas de entender la vida, que no tienen por que coincidir con las de sus padres. Aún así, deben convivir. La comunicación es la pieza fundamental para que se dé una buena convivencia.

Combinar el diálogo, la autoridad, el razonamiento y el afecto son elementos fundamentales para que se dé una buena comunicación.



Comunicación no significa únicamente *hablar*, en ocasiones no es necesaria la palabra, igual que en el acto de jugar. Las miradas, los gestos, las señales, las acciones son comprendidas y recibidas perfectamente por los demás.

Comunicarse es comprender perfectamente lo que los otros quieren decir, así como hacer comprender a los demás lo que queremos decir. Comunicar significa entenderse, ser cómplice, conocer en profundidad a cada uno de los miembros que componen la unidad familiar. Y esta comunicación no es una labor exclusiva de los padres, sino también de los hijos.

Tanto los padres como los hijos sienten, sufren, se alegran y en una óptima comunicación florecen las emociones, tanto de los unos como de los otros.

Cuando la familia comparte *tiempos de juego*, tanto padres como hijos, establecen un intercambio comunicativo en el que el niño y el adulto se muestran en actitud:

- Lúdica (Separada de las obligaciones y las tensiones)
- Creativa (Explorando nuevas conductas y abierta a nuevas experiencias)
- Plástica (Adaptable, sincera, espontánea y natural)
- Transformadora de la realidad (Abierta a encontrar y considerar nuevos significados ante situaciones y actitudes)
- Liberada (Buscando la evasión, la relajación y el relax)
- Divertida y de disfrute (Permitiendo desarrollar la capacidad de disfrute ante la vida)
- Libre y voluntaria



Todo espacio es adecuado para improvisar y provocar el acto de jugar. Toda ocasión es idónea, para disfrutar jugando.



*“El juego es uno de los modos de expresión más bello, que permite el movimiento libre en un mundo atado.”
Eduardo Luis Ribo Bastian*

Jugar es necesario a cualquier edad. Por eso, si desde que son niños, padres e hijos jugamos juntos y, a medida que crecen, no abandonamos el hábito de jugar, ellos lo seguirán viendo como algo normal, cotidiano y natural. Verán el juego como una actividad más dentro de sus vidas. Contemplan el juego como una actividad que les hace pasar un buen rato con sus padres, que les hace reír, retarse, emocionarse, ponerse serios, defender argumentos, divertirse...

En toda familia debe existir un espacio y un tiempo para compartir con los demás los sentimientos, los miedos, los problemas y las inquietudes de un modo abierto y espontáneo. El juego es el perfecto escenario para que de manera natural, cada uno exteriorice sus emociones. El juego puede ser para la familia el mejor enemigo del “me aburro”.

Para que jugar en familia sea un acto natural y espontáneo debe estar contemplado dentro de las actividades familiares, como una actividad más de todos los miembros familiares, no sólo de los hijos. Si para el niño, la práctica del juego es necesaria, para el padre a medida que se abandone al acto de invertir un tiempo con el hijo, lo irá asumiendo también como un acto necesario. Serán “sus momentos” propios, que les permitirán estar juntos.

Para ello, es fundamental la práctica habitual del juego desde los primeros años de vida del niño

y ejercitarlo de manera continuada durante su crecimiento.

Jugar desarrolla la capacidad de disfrutar, de “sacarle juego” a las cosas más cotidianas de la vida y hacer especiales momentos, que tal vez por sí mismos no dejarían de ser una actividad normal.

Hablar de jugar juntos no significa necesariamente jugar en un espacio predeterminado. El juego puede nacer de cualquier momento, de cualquier circunstancia y en cualquier espacio.

Un viaje, el camino hacia el colegio, una sala de espera, la cola del supermercado, una salida al campo o un paseo por la ciudad pueden ser un buen escenario para unos juegos de palabras o de ingenio, unas carreras, unos juegos de memoria etc.

En definitiva, todo espacio es adecuado para improvisar y provocar el acto de jugar. Toda ocasión es idónea para disfrutar jugando.

Planificar juntos las actividades desde que son pequeños ayudará a encontrar el equilibrio entre el tiempo para todos y el tiempo de uno mismo. Además, permitirá a los padres descubrir qué actividades les gustan, les interesa o les aburren.

Por otro lado, planificar *lo que vamos a hacer juntos*, les hará sentir partícipes de las acciones familiares y se sentirán parte implicada de la familia.





Jugar nos muestra a los demás sin máscaras



*¿Estamos enseñando, estamos educando?....
¡Estamos disfrutando!*

Cada vez hay más padres que juegan. Juegan porque es bueno para el niño, porque desde la familia es desde donde el niño se inicia en los juegos y en el aprendizaje. Pero si jugar es la actividad de la infancia por excelencia y es una actividad beneficiosa para los adultos, **¿por qué no al igual que hace el niño, nos entregamos por entero al juego siendo completamente sinceros en el acto de jugar y hacemos de ese momento, un paréntesis en nuestra ajetreada actividad diaria? ¿Por qué no nos relajamos y sencillamente... disfrutamos?**

Cuando el niño nos pide jugar, es frecuente estar jugando únicamente de un modo físico, mientras que nuestra atención está en otro sitio, en algo que nos preocupa, en la televisión, en una conversación con otro adulto... Es lo que podríamos denominar, "jugar en off". Sin embargo, jugar implica participación y acción. El niño no requiere únicamente nuestra presencia física, requiere de nosotros "jugar en on". Requiere toda nuestra atención, todo nuestro interés.

Cuando el niño es más mayor, la intencionalidad del juego cambia para el adulto. Ya no es tan prioritario *enseñarle un concepto u otro*, como invertir un tiempo para hacer algo juntos en algo que a los dos les agrada (unas damas, un parchís, una partida de videoconsola, etc). La relación que se produce al jugar es más horizontal. Ya no es el padre que enseña a jugar; es el padre que juega con su hijo, que se relaja, que se abandona al juego, que se olvida de las tensiones y de las preocupaciones. Es el padre que *desconecta* de su papel de adulto y se *permite* aflorar su parte más espontánea y relajada.

Cuando el hijo es mayor tiene un desarrollo madurativo, cognitivo, motor emocional y social más cercano al del padre. Esto les permite poder jugar a juegos más complejos, más al nivel de los dos, mientras que cuando el niño es pequeño, lógicamente, el juego debe estar adaptado a las necesidades del pequeño.

Cuando el niño es pequeño, el padre principalmente disfruta *del hijo que juega*. Cuando crece, disfruta del propio juego junto al hijo.

El acto de jugar desarrolla en el adulto una capacidad lúdica ante la vida, que le permite improvisar *el juego* en diferentes situaciones y hacerlas especiales. Un cumpleaños puede ser una simple entrega de regalos o *una aventura para encontrar tesoros*. En esos momentos de preparación del juego, el adulto disfruta de lo que está haciendo y, además, el propio juego se convierte en un regalo.

Hay quien dijo que *el fin justifica los medios*, pero el juego en sí mismo, la acción de jugar, es un medio que no tiene porqué ser justificado. En el juego, el medio y el proceso, es lo más interesante.

El proceso del juego nos permite invertir tiempo juntos. Además de recuperar la energía, relajar las tensiones, provocar la risa y desinhibirnos, favorece la aparición de emociones que no nos permitimos exteriorizar en otros marcos de nuestra vida.

El acto de jugar es la mejor oportunidad que tenemos *para mostrarnos a los demás sin máscaras*. El acto de jugar es la mejor oportunidad que tenemos para *ser nosotros mismos*.



Jugar en familia sí, pero... ¿hasta cuándo?

Cuando son pequeños es fácil jugar con nuestros hijos.
Cuando crecen las relaciones son diferentes.



No me cuentes cuentos que ya no soy un niño...

El apoyo emocional es algo imprescindible para cualquier miembro de una familia, sea cual sea la etapa evolutiva en la que se encuentre. Unas cosquillas, la lectura de un cuento, el canto de una nana... Todo aquel juego o actividad que al niño le haga sentir querido y protegido, será una perfecta herramienta para que su desarrollo sea óptimo.

Cuando los niños son pequeños, la relación es relativamente fácil ya que el niño asume, se deja guiar, aún no tiene capacidad para desafiar o poner en tela de juicio, de una manera lógica, las decisiones de sus padres.

El padre y la madre se muestran, en estas edades, como figuras que ayudan en el juego y enseñan a jugar.

Sin embargo, a medida que crecen los niños, muchos son los padres que viven angustiados por la responsabilidad educativa que les toca vivir y ejercen un abusivo control, para descubrir los comportamientos de sus hijos, los amigos de los que se rodea o los lugares a los que suele ir.

La diferencia generacional entre padres e hijos, los rápidos cambios sociales y la diferencia en las

expectativas que los padres y los hijos tienen, hacen que la comunicación y la relación entre los miembros de la familia, en ocasiones, se debilite.

La adolescencia y la juventud, por ejemplo, constituyen periodos de grandes cambios físicos, síquicos, emocionales y sociales que se caracterizan por la búsqueda de la propia identidad de uno mismo.

Son etapas en las que el individuo se distancia de los padres. Este hecho es una

característica de la etapa evolutiva que les toca vivir y no se produce en casos aislados, sino que es común a la gran mayoría de adolescentes y jóvenes. La crítica, la ruptura de las normas, el esfuerzo por ser únicos y diferentes, la provocación ante unos padres que “no entienden” a sus hijos, son características propias de estas etapas. La paciencia, la comprensión, la firmeza y la coherencia de los padres cobran en esta edad un gran protagonismo. La labor educativa necesita confianza en el hijo al que se está educando.

Al igual que invertimos tiempo jugando juntos cuando son pequeños, es beneficioso para el establecimiento de una adecuada relación familiar, mantener la acción de jugar a medida que crecen. De esta forma conseguiremos que la comunicación se mantenga y la buena relación familiar se consolide.

Cuando los niños son pequeños juegan porque es una actividad propia de la infancia, pero al crecer la frase jugar es cosa de niños, se extiende por los colectivos adolescentes y juveniles a no ser que jugar tenga que ver con el deporte, con las nuevas tecnologías, con el coleccionismo o con el rol.

Depende de los padres prolongar el juego en el tiempo, que les invitemos e incitemos a jugar solos, con sus amigos y con la propia familia. Para ello, los juegos, los juguetes y las maneras de jugar deberán ir acomodándose a las nuevas necesidades e intereses de los miembros de la familia. Los padres deberán buscar, escuchar las sugerencias de los hijos y dejarse llevar por nuevos juegos y nuevas actividades que, sin infantilizar a los niños, les permita seguir jugando juntos y seguir compartiendo experiencias y emociones.





¿A qué podemos jugar?

Juegos y juguetes para jugar en familia
Distribución por edades de tipos de juguetes
más recomendados



“Jugando, jugando, de pequeños, aprendemos a hacernos mayores. Jugando, jugando, hacemos crecer nuestro espíritu, ampliamos el campo de nuestra visión, de nuestros conocimientos. Jugando, jugando, decimos y escuchamos cosas, despertamos a aquel que se ha dormido, ayudamos a ver a aquel que no sabe o a aquel a quien han tapado la vista”
Antoni Tàpies

Del ayudar al compartir, pasando por el disfrutar

Los roles de los adultos en la familia, en relación al juego compartido con los hijos, van cambiando a lo largo del crecimiento.

A lo largo de toda la vida el papel de los padres es ayudar en el desarrollo de sus hijos. Respecto al juego, durante la primera infancia, la ayuda es la función más importante.

En la edad temprana ayudaremos a que vaya acercándose al mundo a través de sus sentidos, a que extraiga todas las posibilidades lúdicas de un juguete, en definitiva; a que descubra nuevas experiencias. Nuestro papel de ayuda se referirá más a motivar y a favorecer un tipo de juego determinado.

A partir de los 3-4 años aproximadamente, acompañaremos más en el juego. Seguiremos guiando y motivando, pero jugaremos compartiendo, no sólo ayudando.

A partir de los 6-7 años, el compartir se convierte en algo más. Es colaborar, es competir, es favorecer un juego en el que permitamos a nuestros hijos que se sientan más iguales en el juego, donde respetemos las



normas y ayudemos a que se respeten. Donde ellos puedan mostrarse tal como son.

A partir de los 9 años aproximadamente, nos convertiremos en auténticos compañeros de juego. Ya no es tan importante el que motivemos, sino el que nos perciban como jugadores entregados, tanto a la competición como a la cooperación.

No olvidemos que sin disfrute no hay auténtico juego y además de ayudar, motivar, favorecer, acompañar y compartir deberemos pasárnoslo bien como adultos que somos, disfrutando de la compañía de nuestros hijos y de la del resto de los miembros de la familia.

Para poder jugar a lo largo de toda la vida, deberemos disfrutar juntos jugando.

Nuestros hijos nos perciben, lo mismo que nosotros a ellos y nos sentirán disfrutando a su lado. La capacidad de disfrute que nosotros tengamos, también favorecerá a que en ellos se desarrolle una capacidad lúdica y de disfrute ante la vida, lo que sin duda ayudará a que sean más felices.

	A esta edad....	Tipos de juguetes	
De 0 a 6 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Siguen con la mirada el movimiento de personas. • Descubren la funcionalidad de su propio cuerpo. • Responden con risas y gorjeos. • Distinguen formas y colores. • Ya pueden mantenerse sentados. • Son capaces de agarrar objetos, sin necesidad de utilizar los pulgares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Móviles de cuna. • Sonajeros de colores. • Muñecos de goma. • Elementos con sonido. • Mordedores para los dientes. • Alfombras de tela con actividades para el niño. • Juguetes con gran contraste de colores y diferentes texturas. 	
De 7 a 12 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos más voluntarios. • Capacidad para conocer voces y decir algunas palabra, tales como negaciones, afirmaciones, o "papá y mamá". • Exploran y golpean objetos. • Buscan objetos escondidos. • Arrastran y agarran varios objetos. • Se sientan solos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Móviles. • Objetos que ruedan: pelotas, juegos de encaje sencillos... • Juguetes sonoros. • Juguetes con contraste de colores. • Juguetes con diferentes texturas. • Tentetiesos. • Muñecos de trapo. • Juguetes para el agua. • Andadores y balancines. • Centros de actividades con elementos para manipular con sonidos y texturas. 	
De 13 a 18 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Saben andar y saltar. • Usan y entienden palabras. • Arrojan y recogen objetos. • Reconocen la propiedad de los objetos. • Aparecen los primeros amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Muñecas/os de trapo, de goma o de felpa. • Juguetes con diferentes texturas y contrastes de colores. • Construcciones y cubos para encajar y apilar. • Bicicletas de tres o cuatros ruedas y cochecitos. • Centros de actividades. 	
De 19 a 24 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Consiguen equilibrio. • Hablan y comprenden. • Sienten alegría ante sus logros. • Descubren el entorno y la naturaleza. • Juegan con compañeros. • Primeros juegos simbólicos. 	 <ul style="list-style-type: none"> • Juegos de movimientos: coches y otros vehículos, columpios, bicicletas. • De expresión: pizarras, pinturas, musicales. • Muñecos, animalitos. 	


Juego y familia

- Teniendo en cuenta que en estos primeros meses las experiencias sensoriales, motrices y perceptivas son las más importantes, nuestro papel será estimular sus movimientos y favorecer las primeras manipulaciones y presiones de objetos.
- Le ayudaremos a descubrir sensaciones que producen los juguetes, desde el ruido de un sonajero, hasta los diferentes tactos de una alfombra de tela.
- El contacto físico, sobre todo con la madre, es fundamental en esta etapa, puesto que comienza a establecerse el vínculo emocional. Juegos de miradas, de regazo, canciones de cuna,... nos proporcionarán momentos de intenso placer.

- A partir de los seis meses empieza “la conquista del espacio”: comienza a desplazarse, reconoce nuevas personas y comienza a tener conciencia del Yo y del Otro. Nuestro papel será favorecer esta conquista. Los andadores, en un principio en nuestra compañía, serán unos magníficos aliados.
- Además de continuar ayudándole a descubrir las sensaciones que producen los juguetes, le invitaremos a probar nuevas experiencias: “qué sucede al apretar este botón, qué blandito es este muñeco, ¿dónde está el osito?, que divertido es balancearse...”
- El agua es una gran fuente de disfrute. El momento del baño acompañado de juguetes para el agua, se convertirá en una experiencia divertida. Mojar en la playa y jugar juntos será todo un descubrimiento para adultos y pequeños.

- En esta etapa se van produciendo las primeras señales de autoafirmación y van adquiriendo sus primeros hábitos. Nuestro papel será ayudarle: valoraremos sus logros y nos alegraremos ante el triunfo de sus acciones.
- Los juguetes nos proporcionarán un mundo de experiencias de juego. Éstos canalizarán su energía a raudales. Todo es un juego para ellos. Compartiremos los juegos de las primeras construcciones de apilar para crear una gran torre, podremos comprobar cómo la primera muñeca de trapo se convierte en una compañera inseparable. El descubrimiento del triciclo nos hará tener que acompañarle andando. Disfrutemos de esta etapa y “carguemos nuestras pilas” jugando con ellos.
- Arrojar y recoger es un gran juego a esta edad. Lanzar y retener la pelota será un juego muy atractivo, que los padres y madres podremos compartir con él .

- Teniendo en cuenta que ya hay un dominio de la coordinación entre los ojos y las manos y del equilibrio de su cuerpo, favoreceremos el desarrollo de nuevos juegos corporales y juegos de movimiento.
- Unos sencillos musicales serán la perfecta disculpa para compartir un tiempo maravilloso, “¿cómo suena al golpear el tambor? ¿y el xilófono, es diferente?”
- Las excursiones a la naturaleza, el contacto con animales y los juegos al aire libre comienzan a ser importantes. Motivar por ejemplo un juego con unas figuritas de animales tras la visita a una granja, donde vayamos reconstruyendo la experiencia hará que se refuercen las sensaciones vividas.

		Tipos de juguetes	
De 2 a 3 años	<ul style="list-style-type: none"> • Aprehensión a nuevas habilidades. • Corren, saltan. • Sentido del peligro. • Mayor destreza. • Curiosidad por los nombres e imitación de escenas familiares. 	<ul style="list-style-type: none"> • Triciclos, coches, palas, cubos, construcciones, puzzles. • Instrumentos musicales, pinturas. • Muñecas, vestidos, cunas, cochecitos, sillas, teléfonos de juguete. 	
De 3 a 5 años	<ul style="list-style-type: none"> • Descubren el entorno familiar. • Hablan y preguntan. • Mayor habilidad física y precisión de sus gestos. • Revelan sentimientos en los juegos, aprenden canciones. • Comparten y juegan con sus amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Patines, triciclos, bicicletas, camiones • Puzzles, mecanos. • Pizarras, plastilina, magnetófonos, cuentos marionetas. • Muñecos con accesorios o articulados, disfraces, casa de muñecas. • Primeros juegos de mesa 	
De 6 a 8 años	<ul style="list-style-type: none"> • Aumenta su curiosidad. • Pueden leer, dibujar, escribir. • Suman y restan. • Crean mundos imaginarios. • Realizan actividades en grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pelotas, balones, carretillas, bicicletas, juguetes deportivos, patines, monopatin, cometas. • Mosaicos, juegos manuales. • Trenes, coches teledirigidos. • Juegos de preguntas y respuestas, de memoria, juegos de cartas, futbolines, billares, etc. • Juegos de experimentos, microscopios, cromos. 	
De 9 a 11 años	<ul style="list-style-type: none"> • Comienzan a realizar planes propios. • Individualismo. • Leen y ven la televisión. • Juegos al aire libre. • Les atraen las nuevas tecnologías. • Interés por los amigos, los clubes y las colecciones. • Actividades complicadas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Complementos deportivos, bicicletas, monopatines. • Mecanos de metal, construcciones complejas, maquetas. • Juegos manuales. • Juegos de estrategia y reflexión, juegos de sociedad. • Juegos audiovisuales, electrónicos y de experimentos más complicados 	
A partir de 12 años	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de planes propios. • La vida en grupo cobra un especial protagonismo. • El deporte y la competición. • Valores de justicia social. • Las nuevas tecnologías. • Descubrimiento del mundo adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construcciones complejas y maquetas. • Juegos de estrategia, rol y simulación. • Material deportivos: balones, patines, bicicletas, monopatines, patinetes... • Colecciones. • Juegos de mesa y sociedad. 	

Juego y familia

- La aparición del lenguaje hablado es una gran conquista para hacerse entender. El descubrimiento de las normas y de su autonomía son las bases de su desarrollo emocional en esta etapa. Por un lado fomentaremos el uso de juguetes que favorezcan el uso del lenguaje (por ejemplo, juguetes que emiten sencillas palabras para ir repitiendo), y por otro iremos observando sus juegos motrices, viendo de cerca su evolución, pero dejando que descubra las posibilidades de sus movimientos.
- Los juegos de imitación de la vida de los adultos aparecen en esta edad, como algo básico para su desarrollo. Compartir el juego de muñecas, jugar a ser otra persona, jugar a hacer como si fuera un bombero o una doctora, ...
- Las pinturas de cera proporcionarán ratos inolvidables. Dibujar juntos y hacer figuritas imitando la vida familiar o recrear diferentes acciones familiares ayudarán a ir interiorizando los distintos roles y su propia identificación.

- Partiendo de que a partir de los 3 años el jugar con compañeros de juego, compitiendo y comenzando a colaborar, toman una importancia hasta entonces no vivida, favoreceremos el encuentro con otros compañeros de juego, entre ellos nosotros mismos. Los juegos serán muy ricos en experiencias y los juguetes de movimiento serán los perfectos aliados para potenciar esas experiencias.
- Los juegos de imitación son más elaborados. Podremos jugar juntos y montar verdaderas historias: jugaremos con disfraces a ser personajes diferentes, jugaremos a ser otros a través de los muñecos y accesorios, recrearemos mundos de fantasía con las marionetas, los cuentos, ... Así ayudaremos a que exprese sus sentimientos y al desarrollo del lenguaje.
- El tiempo de las conversaciones ha comenzado. Hablar, preguntar, responder, explicar, serán acciones que ayuden a una comunicación con nuestros hijos a través del lenguaje hablado. Jugando podremos explicar y responder a muchas cuestiones, pues será un lenguaje muy cercano para ellos.

- Teniendo en cuenta que en esta etapa, su pensamiento es más reflexivo y se inicia la vida en grupo, el compartir y aprender de los otros será algo muy importante. Favoreceremos tiempos de juego donde pueda colaborar y realizar acciones conjuntas, donde nosotros vayamos guiando, pero también ayudemos para que piense y reflexione. Los juegos motrices en grupo nos proporcionan momentos muy divertidos.
- Los juguetes que tienen reglas para poder jugar son una extraordinaria oportunidad. Partidas de juegos de mesa, donde pueda competir con el adulto, sentirse una persona con capacidad para ganar o perder, ayudarán a su desarrollo social.
- La precisión manual es toda una conquista. Los juguetes que favorecen las actividades manuales nos harán pasar muy buenos ratos. Pintando con ellos o jugando a los experimentos aprenderemos mucho de nuestros hijos.

- Partiendo de que ya dominan a esta edad su motricidad, tienen una capacidad intelectual mayor y gran interés por los grupos de amigos, nos convertiremos en un compañero de juegos. Partiremos de su necesidad de autonomía y favoreceremos actitudes no sólo competitivas, sino también cooperativas. Con la participación y aportación de cada uno en los juegos lograremos un objetivo común.
- Compartir el tiempo de juego es la base para una buena comunicación. Disfrutar juntos resolviendo enigmas en un complejo juego de estrategia, construyendo una maqueta o experimentando actividades desconocidas para ambos, nos hará ponernos en una situación más cercana a él.
- Toda la familia podemos pasar un día muy divertido jugando en una excursión a la naturaleza, haciendo carreras de bicicletas o aprendiendo de nuestros hijos el dominio del monopatín.

- A partir de los 12 años se produce un momento crucial para el desarrollo de nuestros hijos. Es un tiempo para seguir jugando juntos, colaborar, competir, ... Ya no son unos niños y el grupo se convierte en su principal referente. Aún así siguen necesitando compartir tiempo con su familia.
- Aprovechar una partida para disfrutar juntos o que nos enseñe a manejar un juego de ordenador, pueden ser perfectas excusas para comunicarnos.
- El juego y la comunicación se convertirán durante toda la vida en perfectos aliados y nutrirán las relaciones familiares.



Conclusiones

- La familia es el primer referente de cada persona. El núcleo desde el cual se refuerza y se da confianza a cada uno de sus miembros. Donde el niño, mediante sus juegos, se identifica primero con él mismo, después con su familia y más tarde con el mundo. La familia es uno de los pilares del desarrollo de la personalidad de cada uno de nosotros.
- En las tres últimas décadas la familia ha sufrido profundos cambios económicos, políticos y religiosos. Entre ellos, uno de los más significativos ha sido la transformación dentro de los papeles desempeñados por los padres, madres e incluso abuelos.
- Ser padres implica tener unas grandes dosis de paciencia, coherencia, comprensión, firmeza y, lo que es más importante en estos días tan ajetreados: encontrar nuestro propio tiempo.
- Cada familia necesita descubrirse, disfrutarse y ello, requiere tiempo. A su vez, cada miembro de la familia precisa de un momento para sí mismo, "para sus cosas" y también para ello es necesario el tiempo. Encontrar un tiempo para cada cosa y cada cosa a su tiempo, es uno de los grandes retos de los padres de hoy en día.
- Jugar es una excelente posibilidad, una excelente "técnica" al servicio de los padres para fomentar en los niños las actitudes necesarias y para que administren su tiempo de ocio de un modo positivo. Además de ser un juego en sí, jugar es una perfecta acción familiar.
- La acción de jugar favorece y facilita la comunicación. Mediante ella, transmitimos, exteriorizamos lo que somos, lo que pensamos y en lo que creemos.
- El juego ayuda a fortalecer la complicidad entre los miembros de la familia, abre vías de comunicación, permite exteriorizar las expresiones de afecto, deja aflorar las emociones de una forma natural y espontánea. Jugar en familia ayuda a construir una relación familiar sólida y duradera.



- Jugar es necesario a cualquier edad. Por eso, si desde que son niños, padres e hijos jugamos juntos y a medida que crecen no abandonamos el hábito de jugar, ellos lo seguirán viendo como algo normal, cotidiano y natural. Verán el juego como una actividad más dentro de sus vidas. Contemplan el juego como una actividad que les hace pasar un buen rato con sus padres, que les hace reír, retarse, emocionarse, ponerse serios, defender argumentos, divertirse...
- Hay sensaciones que la persona desea mantener. Pero a medida que crece, cada vez son menos las oportunidades que tiene de poder experimentarlas. Por otro lado, no debemos olvidar que nuestra sociedad productiva no nos permite "andar jugando".
- Jugar es para el hombre una buena manera de no olvidar su identidad. Al volver a jugar, recuperamos funciones que la seriedad y las responsabilidades de la edad nos han robado.
- El proceso del juego nos permite invertir tiempo junto a nuestros hijos. Además de recuperar la energía, relajar las tensiones, provocar la risa, desinhibirnos, favorece la aparición de emociones que no nos permitimos exteriorizar en otros marcos de nuestra vida. El acto de jugar es la mejor oportunidad que tenemos para mostrarnos a los demás sin máscaras. El acto de jugar es la mejor oportunidad que tenemos para ser nosotros mismos.
- Al igual que invertimos tiempo jugando juntos cuando son pequeños, es beneficioso para el establecimiento de una adecuada relación familiar, mantener la acción de jugar a medida que los hijos crecen. De esta forma, conseguiremos que la comunicación se mantenga y la buena relación familiar se consolide.
- Jugar en familia es importante, tanto para el propio desarrollo personal como para la comunicación y el enriquecimiento de la vida familiar.



EDITADO POR:



FUNDACIÓN
CRECER
JUGANDO

Marqués de Urquijo, 6-8, 1º A
Tel. +34 915 411 305 Fax. +34 915 413 543
fundacion@crecerjugando.org

CON LA COLABORACIÓN DE:



Asociación Española de
Fabricantes de Juguetes

Cómo elegir el juguete:

www.Ludomecum.com



además

EDITADO POR:



FUNDACIÓN
CRECER
JUGANDO

Marqués de Urquijo, 6-8, 1º A
Tel. +34 915 411 305 Fax. +34 915 413 543
fundacion@crecerjugando.org

CON LA COLABORACIÓN DE:



Asociación Española de
Fabricantes de Juguetes