

La importancia de salirse de la rutina

Los profesionales de la educación insistimos mucho en la importancia de las rutinas, especialmente en la etapa de 0 a 3 años. Pero, en ocasiones, también hay que saber ser flexibles

Efectivamente, las rutinas son fundamentales para proporcionar a los niños esquemas de orden y, sobre todo, proporcionarles seguridad y autonomía. Para que adquieran estas rutinas debemos trabajarlas con persistencia y constancia. No se puede adquirir una rutina si un día se hace y otro no. Esto hace que, en ocasiones, tengamos que ser muy estrictos e, incluso, tengamos que adaptar los planes familiares a sus rutinas para no desorientarles ni salirnos de ellas. Tanto es así que podemos llegar a perder la espontaneidad o flexibilidad natural del ser humano. La clave está en lograr un cierto equilibrio sin que el proceso evolutivo del niño corra riesgos.

En la primera etapa de infantil (0-3 años) lo recomendable es salirse de la rutina lo menos posible porque los niños están adquiriendo esos hábitos. Al estar inmersos en el proceso de aprendizaje no resulta beneficioso que existan muchos momentos en los que no se les exija dicha rutina porque les podemos confundir. No obstante, una vez que ya tienen el hábito afianzado el tener momentos de desconexión de las rutinas y exigencias diarias puede ser muy recomendable y les aporta aspectos importantes como los siguientes:

- Aprender a **valorar** de un modo más intenso lo que no hacen de forma diaria.
- **Disfrutar de lo imprevisto** de la vida como algo bonito y placentero.
- Tener **flexibilidad** y capacidad de adaptación a las circunstancias que puedan surgir. Hay niños tan encasillados en sus rutinas, que salirse de

ellas les puede generar un problema de estrés o frustración. Convertirlos en niños tan rígidos no es positivo para su personalidad ya que la vida está llena de imprevistos.

- Vivenciar **experiencias relajadas** sin la presión de tener que “cumplir” un comportamiento determinado.
- Una vez que se vuelve a **la rutina se valora mucho** y todo lo que aporta: orden, serenidad y seguridad.

Todos estos aspectos son tan positivos para los niños como para los padres. Generalmente, los momentos de salirse de la rutina provocan en las familias situaciones de relax y disfrute familiar que, a su vez, generan relaciones más positivas entre los diferentes miembros de la familia. En definitiva, la mayor ventaja se produce a nivel familiar y esto es lo que debemos tener en cuenta.

Por lo tanto, es aconsejable favorecer este tipo de momentos pero, para no caer en cierto caos o desorden, prevenir y preparar estas situaciones y no dejarlas al azar. Por ejemplo, si un día sabemos que puede hacerse más tarde en la calle y que no van a acostarse a su hora habitual, sería bueno tenerlo en cuenta con antelación para que pudieran hacer una siesta de mayor duración con el fin de que aguanten mejor por la noche. De este modo, los niños estarán bien y, como consecuencia, el plan resultará positivo para todos. Si no tenemos en cuenta estos detalles, podemos provocar el efecto contrario al que se buscaba con el hecho de salirnos de la rutina.

Redacción: María Campo Martínez. NClie-Kimba