

DR. EDUARD ESTIVILL  
MONTSE DOMÈNECH

CUENTOS PARA  
ANTES DE IR  
A DORMIR

Historias para ayudar a crecer  
a los más pequeños

**Eduard Estivill** es licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona, con la especialidad de Neurofisiología Clínica y Pediatría. Desde marzo de 1989 dirige la Unidad de Alteraciones del Sueño y es jefe del Servicio de Neurofisiología del Institut Dexeus de Barcelona. También es coordinador de la Unidad de Sueño del Hospital General de Cataluña. Ha publicado, entre otros, el libro «Duérmete niño», del que ha vendido más de un millón de ejemplares en España y ha sido traducido a quince idiomas.

**Montse Domènech** es licenciada en Pedagogía y Psicología infantil por la Universidad de Barcelona. Trabaja en su centro privado, donde se ocupa principalmente de la atención psicopedagógica de niños, adolescentes y jóvenes con trastornos escolares, conductuales y emotivos. Es coautora, junto con el doctor Eduard Estivill, del libro «Vamos a la cama», que trata el tema del insomnio infantil en niños de entre cinco y trece años.

Dr. Eduard Estivill  
Montse Domènech

# Cuentos para antes de ir a dormir

Historias para ayudar a crecer  
a los más pequeños

Cuentos redactados por Marina Pino  
Ilustraciones de Emma Schmid

## Principios teóricos para aprender buenos hábitos

Cuando los padres se plantean tener un hijo, dan por supuesto que van a ayudarlo a crecer con todo el amor del mundo y a enseñarle a ser una persona feliz y responsable. Toda esta aportación de afecto, enseñanzas y normas proporcionan generalmente un resultado excelente si se imparten con sentido común y coherencia. Los hijos reciben todos estos estímulos y responden a ellos en función de dicha coherencia.

Cuando algunos padres se preguntan por qué su hijo no les ha salido como esperaban y por qué adopta formas de conducta tan insólitas, habrá que preguntarse en qué momento de su crecimiento empezaron a surgir incoherencias y cuándo se malinterpretó el sentido común. No es cuestión de sentirse culpable y lamentar las equivocaciones cometidas, sino de valorar lo que ha ocurrido y reflexionar sobre cómo recuperar el buen camino.

Todo lo que los padres enseñan y dan a sus hijos con afecto es positivo, aun con equivocaciones, ya que de los errores se aprende mucho y permiten mostrar las cualidades y defectos propios de cada persona.

Así pues, nadie nace enseñado y de todo se aprende si hay una buena predisposición. Cuando los padres reconocen que no saben cómo inculcar determinados hábitos a sus hijos, no hay nada mejor que buscar los medios para aprender a hacerlo, sin correr el riesgo de improvisar estrategias que podrían empeorar las cosas. Ya habréis oído muchas veces frases como «ya lo hemos probado todo», «no hay manera». Por supuesto que hay manera, y es mucho más sencillo de lo que parece.

### ¿Cómo se adquiere un hábito?

El dormir a unas horas determinadas y en condiciones estimadas deseables es un hábito y, como tal, se aprende. Vamos a utilizar el ejemplo de la comida para entender cómo se enseña un hábito a un niño:

**1. Asociando unos elementos externos a dicho hábito.** Cuando llega la hora de comer, los padres siempre llevan a cabo las mismas acciones y preparativos, como si se tratase de un ritual. De forma natural, cogen al niño, lo sientan en la sillita, le ponen el babero, cogen un bol y una cuchara. Estos elementos (sillita, babero, bol y cuchara) permanecen siempre con el niño durante el tiempo en que está tomando la papilla, es decir, llevando a cabo un hábito asociado al comer. A nadie se le ocurre retirar uno de estos elementos antes de que acabe el hábito (a media papilla no se llevan la cuchara y le dicen al niño que termine de comerla con los dedos).

La repetición de esta asociación de elementos externos con el hábito (comer) infunde seguridad al niño. Al cabo de un tiempo el pequeño conoce tan bien todo el proceso que con sólo ver aparecer el bol empezará a agitar los bracitos alegremente porque sabe que ha llegado la hora de la papilla.

**2. Mostrando una actitud segura y confiada.** Hay que tener presente que los niños siempre captan lo que los adultos les transmiten. Un bebé nunca se traumatiza solo. Siempre hay algo o alguien que le provoca el trauma.

Desde sus primeros días de vida, un niño entiende lo que los adultos le comunican mediante el tono que emplean al hablarle. No necesita comprender el significado de las palabras para saber si sus padres están enfadados o alegres.

En este sentido, no le importará que lo llamen «gordito» o «mocososo» si la voz que lo hace suena dulce, mientras que se asustará al oír un «¡Qué guapo eres, amor mio!», si la garganta pronuncia la frase como un grito.

Del mismo modo, el niño también es capaz de percibir si sus padres se sienten o no seguros al llevar a cabo un acto. Si los adultos que lo cuidan se muestran dubitativos, él también dudará y se sentirá inseguro cuando le toque desempeñarlo a él.

Al enseñar a comer a sus hijos sus primeras papillas, los padres se muestran confiados y tranquilos. Y los niños así lo entienden. Ven que sus papás no tienen ninguna duda acerca del modo en que los bebés deben tomar las papillas en esta parte del planeta. No manifiestan ni un amago de inseguridad al respecto. Siempre lo hacen de la misma manera porque están convencidos de que es la correcta. Tanto es así, que incluso discreparían del más prestigioso de los pediatras si éste apareciese en la televisión explicando una revolucionaria teoría sobre las ventajas de que los niños tomen los potitos con pajita y tumbados en el suelo.

Los papás no dejan que sus hijos coman de una manera diferente a la que ellos le enseñan. Si el niño mete la mano dentro del plato o espurrea el zumo de naranja, los adultos le explican que está actuando incorrectamente. Y a continuación le indicarán el modo de hacer lo correcto igual que le explican que la cuchara se emplea para tomar la sopa y los yogures.

Y, ¿verdad que a nadie se le ocurriría pensar que un niño se va a traumatizar porque lo «obliguen» a comerse el yogur con cuchara? No, porque cuando se lo explican, los adultos lo hacen de manera pausada y natural, no como si se tratase de un castigo. Nadie le va a decir «Y ahora te voy a castigar a comerte la sopa con cuchara». Y, como no le vamos a transmitir sensación de castigo, el niño nunca va a vivir traumáticamente este hecho.

En cambio, con el dormir no sucede lo mismo. Tal vez vosotros también habéis pronunciado en alguna ocasión una frase similar a «Si te portas mal, te irás a la cama». Y es que a menudo los padres castigan a sus hijos con irse a la cama o a dormir. Al hacerlo, provocan que el niño asocie la «cama» con castigo, con algo negativo y hasta traumático.

### ¿Qué sucedería si dudáramos?

Pensemos por un momento en que los padres no tienen tan claro que para que un niño coma correctamente hay que sentarlo en una sillita, ponerle un babero y ayudarse de un bol y una cuchara. Imaginemos que un día cambian el babero por un mantón de Manila y el bol por un casco de moto, y que en vez de sentar al niño en su sillita optan por «instalarlo» en la canasta de baloncesto del jardín mientras prueban a encestar las cucharadas de papilla desde la ventana del comedor. Absurdo, ¿verdad? ¿Y qué va a pensar la pobre criatura? Probablemente, estará deseando crecer y aprender a hablar y decir: «A ver hoy dónde me darán de comer estos ineptos.» Ahora, en serio, con tanta duda e improvisación, los padres están transmitiendo inseguridad a su hijo. El niño capta que los adultos se sienten desbordados, que no saben qué hacer y que van improvisando. Además, al cabo de un rato, estarán malhumorados y frustrados. De este modo, resulta totalmente imposible que el chiquillo se sienta seguro y que aprenda los hábitos apropiados para un buen comer. No lo conseguirá hasta que sus progenitores le transmitan la seguridad necesaria para entender que aprender a comer con su cuchara es algo sencillísimo y no un número circense.

### ¿Cómo se comunica un niño?

Un niño es un ser inteligente, listísimo. Desde el momento en que nace observa detenidamente a sus padres y sabe cómo actuar para conseguir que ellos respondan a sus deseos y demandas. Es decir, sabe perfectamente que toda acción suya provoca una reacción en sus padres. A medida que el bebé crece también aumenta su capacidad de comunicarse con los adultos.

De los 6 a los 18 meses (cuando todavía no sabe hablar): su manera de comunicarse durante este período consiste en realizar una acción que provoque una reacción en el adulto. En este sentido, puede:

– Sonreír, decir bubú, dar palmaditas: con esas monerías consigue que sus padres se emocionen y se hinchen como orgullosos sapos. Sin embargo, al vigésimo bubú, los padres parecen no escucharlo.

– Llorar, gritar, vomitar y darse golpes: con este eficaz repertorio obtiene toda la atención de sus padres, que corren a hacerle compañía y mimos. En realidad, no le pasa nada, sólo quiere llamar la atención y no estar solo.

Por eso, cuando el niño no sabe conciliar el sueño por sí mismo y se siente inseguro, intentará que sus padres corran en su busca. Pero como ha comprobado que diciendo bubú nadie lo atiende, probará con una acción más contundente pero no por eso debéis asustaros. Para un niño vomitar es algo muy sencillo y aunque se dé golpes –algo que en principio os puede alarmar, y con razón–, no llegará a hacerse daño y abandonará esta práctica en cuanto entienda que vosotros no le dais ninguna importancia.

De los 18 meses a los 5 años: a esa edad los niños adquieren una nueva arma: el lenguaje. Sin embargo, lo utilizan de un modo distinto al que lo hacemos los adultos. Para un niño de tres años la palabra es una acción más. Saben que al pronunciar determinados vocablos sus padres reaccionan inmediatamente. Después de mucho experimentar saben que:

– A un «mamá-coca-cola» a las dos de la mañana no se le hace ningún caso.

– Un «papá-sed» repetido veinte veces a las dos de la mañana logra que el padre se levante de la cama a la que hace veintiuna. Y, aunque sea imposible que el niño tenga sed, cuando le den el vaso de agua se lo beberá. Lo hará sólo para que piensen «pues era verdad, pobrecito». De ese modo, piensa el niño, también le harán caso la próxima vez que utilice dicho recurso.

– Un «mamá-pupa-barriga» es infalible. Consigue que cualquier madre se abalance sobre su pequeño para comprobar que se encuentra bien.

Conclusión: ¿Qué hará un niño cuando quiera que sus padres corran a hacerle compañía? Está claro, utilizará las palabras más alarmantes y eficaces aunque no tengan ningún fundamento y, en ocasiones, ni siquiera sepa qué significan exactamente.

### **Cuanto antes, mejor**

Los berrinches, comedias e intenciones desesperadas de llamar la atención son formas de «conducta inadecuada» de vuestro hijo. Ante un comportamiento de este tipo caben dos posibilidades:

- 1.** No hacer caso al niño.
- 2.** Atender a su llamada de atención.

¿En qué consisten estas dos posibilidades? Pongamos un ejemplo sencillo: vuestro hijo quiere que le deis un objeto que está en la habitación. Su manera de pedirlo es señalarlo y empezar a berrear. Dar berridos es una conducta inadecuada. Ante ella, podéis reaccionar:

- No haciendo caso de sus chillidos. Es decir, no le dais el objeto y simuláis que ni siquiera lo oís. De ese modo, el pequeño aprende que las cosas no se piden poniéndose como un basilisco y tendrá que encontrar otro modo, el que vosotros le enseñaréis que es el adecuado.

- Dándole el objeto porque sus agudos gritos están a punto de destrozar vuestros nervios y hasta la vitrina del comedor. Si respondéis a su demanda, el niño creerá que es la normal y siempre pedirá las cosas de la misma manera. Es decir, estaréis reforzando su conducta inadecuada.

La conducta puede ser innata o aprendida. El llorar o patear para conseguir un objeto constituyen formas de conducta innatas, que cualquier bebé realiza de manera espontánea sin que nadie se las explique. Pero no por innatas tales actitudes dejan de ser inadecuadas.

Según cómo actúen los padres ante estas primeras reacciones, el niño aprenderá a repetir las o a desecharlas. A partir de ese momento –de esa interacción–, el llorar será una conducta aprendida. Cuantas más veces la reforcéis, más difícil os resultará modificarla. Y si el niño cumple diez años comportándose de ese modo probablemente será insoportable durante toda su vida.

Por tanto, lo mejor y lo más fácil es empezar a modificar las formas de conducta inadecuadas cuanto antes. La manera de hacerlo será siempre la misma, tanto para un niño de ocho meses como para otro de cuatro años: nunca se hará caso de ellas.

### **Despacio y buena letra: es el momento de los cuentos**

Está comprobado que el cerebro de un niño concilia el sueño con mayor facilidad si le enseñamos a dormir en la franja horaria que va entre las ocho y las nueve de la noche en invierno y las nueve y las diez en verano. Por eso es fundamental que nos guíemos por este horario para fijar el nuestro propio y que, una vez establecido, lo respetemos siempre.

Teniendo en cuenta este horario determinaremos cuándo vamos a realizar las demás rutinas y concluiremos que la mejor hora para darle de cenar será a las ocho de la noche (recordad que la comida nos ayuda a poner en marcha el reloj).

En cualquier caso, en cuanto el niño acabe de comer, retiraréis todos los elementos externos asociados al hábito de comer, incluidos el vaso de leche, los zumos... Así el niño entenderá que la comida tiene sus tiempos y que no deberá recurrir a las

excusas de «tengo hambre» y «tengo sed» cuando se encuentre solo e inseguro en su habitación. Cada cosa tiene su momento.

### **El hábito del afecto como paso previo para enseñar a dormir a un niño**

Los nuevos descubrimientos científicos sobre cómo aprende a dormir un niño nos indican que el estado de relajación previo al sueño es básico y necesario. Nadie se duerme moviéndose, hablando, gritando o riendo, y menos los niños. Es necesario un estado de calma y tranquilidad para iniciar el paso que va de estar despierto a estar dormido.

Hoy en día sabemos que el niño aprende a dormir correctamente mediante asociaciones. El hábito se adquiere porque el niño aprende a asociar elementos externos como son el ruido y la luz con vigilia y el silencio, la oscuridad, su muñeco y sus chupetes, si los usa, con el sueño.

Estos elementos deben permanecer con el niño todo el tiempo que dura el hábito, ya que si se despierta a medianoche y no los encuentra el niño los reclamará llorando. Es conveniente utilizar elementos externos que puedan estar **toda** la noche con el niño y nunca darle «cosas» que después vayan a desaparecer (agua, la manita, los brazos de mamá, la luz, canciones, cuentos, etcétera).

Para que el niño pueda iniciar el aprendizaje del hábito del dormir es primordial que exista previamente un espacio de tiempo, que puede ser de diez a veinte minutos, durante el cual los padres proporcionarán un estado placentero, afectuoso y de relajación al niño, para que éste entre lo más calmado posible en su cama o cuna y así concilie el sueño **solo**.

Es en este espacio de tiempo «de relajación» cuando explicar o leer cuentos juega un papel importante, ya que proporciona al niño ese estado de tranquilidad que lo preparará para iniciar el sueño solo. No obstante, debemos evitar que el niño se duerma mientras escucha nuestro relato, ya que si vuelve a despertarse, el niño reclamará el cuento para volver a dormirse. Es decir, debemos evitar que el niño relacione los cuentos como un elemento externo de su sueño.

El momento más adecuado para leer los cuentos es justamente después de cenar. Es el instante que nosotros conocemos como «hábito de la afectividad». Debe buscarse un lugar tranquilo, como puede ser el sofá de casa, sin televisor ni ruido alrededor, para explicarle que empezaremos a estar con él. Es un espacio de tiempo tranquilo y relajado que los padres regalan al niño. Él debe asociarlo precisamente a ese afecto que los padres le dan. El niño debe estar bien despierto, con luz alrededor y tiene que tener claro que son los padres los que deciden explicar un cuento. Siempre será uno cada noche, y cuidado porque el niño siempre os pedirá más, pero es básico que vosotros impongáis vuestras condiciones. Un cuento cada día es suficiente para

proporcionar al niño afecto y tranquilidad. Si siempre lo hacéis así el niño asociará este momento agradable con la antesala del sueño.

Llegará el momento en que el niño, feliz, os pedirá que le leáis un cuento para después irse a la cama de forma voluntaria y sin llanto.

**Recordad: cuentos para comunicar afecto, seguridad y relajación, no para que los niños se duerman.**

Cuando hace ocho años publicamos nuestro primer libro con una serie de normas para enseñar a dormir a los niños, nunca pensamos en la gran aceptación que tendrían nuestros métodos. No obstante, después de ver traducidas nuestras ideas a más de quince idiomas, pensamos que los padres tienen en ellas una herramienta útil para inculcar unos buenos hábitos de conciliación del sueño en sus hijos.

Nuestro método se basa, sencillamente, en seguir una serie de rutinas y transmitir afecto mientras las aplicamos. Tan fácil y tan difícil a la vez.

Estas rutinas son básicamente tres: hábito de comer correctamente (cena), hábito de la comunicación afectiva (estado de relajación previo al sueño) y unas pautas de conducta adecuadas para enseñar a dormir correctamente a nuestro hijo.

En el segundo punto, el de la comunicación afectiva, es donde cumple su función el libro que ahora os presentamos. Tal como explicamos más arriba, es necesario un estado previo de relajación para que el niño se duerma y eso se logra con lo que denominamos «hábito de la afectividad». Y los cuentos resultan una herramienta utilísima como elemento externo de expresión del afecto.

«Cuentos para antes de ir a dormir» es un compendio de cuentos a los que recurrir precisamente en ese momento, y a los que hemos querido aportar algo nuevo. Están especialmente pensados para que contengan un plus educativo, no sólo para que tengáis un material para leer o explicar antes de inculcar a los niños el hábito del sueño, sino para daros algunas normas a la hora de tratar sobre determinados problemas, dudas e interrogantes concretos que vuestros hijos os pueden plantear.

El libro que tenéis en vuestras manos ha sido concebido con un propósito determinado. Hay muchos libros de cuentos para entretener a vuestros hijos y para enseñarles algo, pero «Cuentos para antes de ir a dormir» se ha escrito en su totalidad con una idea determinada: servir a los padres para tratar en forma de relato aquellos problemas, dudas, angustias y malos hábitos que con frecuencia aquejan a nuestros hijos.

Ellos están en fase de crecimiento y por tanto de «construcción», por así decir, de su personalidad. Nuestra ayuda como padres en esa construcción es esencial. Los hemos traído al mundo, los queremos, pasamos muchas horas con ellos y tenemos toda una experiencia que transmitirles. Los hijos pasan de unos maestros y profesores a otros,

de unos amigos a otros, pero nunca cambian de padres. Así que los padres siempre estamos «de guardia». A nosotros nos han contado cuentos de pequeños y siempre los hemos solicitado. «¡Cuéntame un cuento!» ha sido nuestro estribillo. Nos ha gustado que nuestros padres nos contasen un cuento. Se nos han grabado en la mente. Y a menudo han cambiado nuestra conducta y nuestras ideas sobre el mundo. Una orden o recomendación son algo explícito que conviene obedecer. Pero un cuento es un verdadero paseo por mundos en los que las peripecias de los protagonistas nos muestran una serie de valores y experiencias que nos costaría más aprender con sólo una simple orden. Y además disfrutamos con la historia. Recuerdo que mi madre me contaba cuentos. Había nacido una hermanita y estaba celosa, pero mi madre supo dedicar un tiempo, mientras cocinaba, a contarme una historia fabulosa, llena de personajes apasionantes, de la que hoy todavía me acuerdo. Creo que los padres no sólo deben comprarles cuentos a los niños, también deben contárselos. La hora de contar cuentos es una hora de afecto que ningún libro impreso, ni la televisión, ni Internet, ni las películas por sí mismos pueden sustituir.

Los niños son personas en desarrollo. No han llegado todavía al grado de madurez de un adulto y necesitan saber, comprender, informarse sobre un montón de cosas, por eso preguntan y experimentan tanto. Los cuentos son para ellos una parábola de la vida. Como su mente es todavía tan versátil y orientada hacia lo fantástico, saben captar estupendamente la fantasía de los cuentos como algo que tiene que ver con la vida. Si a un niño le decimos «no seas atrevido, es peligroso», puede que lo comprenda pero no «vive» la posibilidad de tal peligro. Pero si le contamos un cuento como el titulado «Un gran aventurero», en que un niño huye de casa para correr grandes aventuras que tienen un final comprometido, entonces sabrá mejor a qué nos referimos porque vivirá la peripecia con el protagonista.

Las diversas historias contadas se ajustan a nuestro mundo moderno pero contienen una buena dosis de elementos maravillosos o fantásticos, que es el sello de un buen cuento. Aquí encontraréis brujas buenas, urracas que dejan de robar, princesas que vienen de otro planeta, niñas que se convierten en reinas en su imaginación, huchas mágicas, encantamientos y hasta objetos que brillan en la oscuridad... Todo ello perfectamente engarzado en situaciones de lo más actuales.

Los cuentos son tan importantes en la vida de los niños que debemos ser cuidadosos al seleccionar los que vamos a contarles. Si un niño tartamudea, es mejor que no se sienta censurado ni acosado para hablar bien. Nuestro cuento «Viaje al planeta Tartax» ha sido ideado contando con que la princesa que tartamudea no lo hace por un defecto de habla, sino porque procede de un planeta en el que se habla de ese modo. Pero como la princesita debe vivir en el planeta Tierra, ha de aprender a hablar en el «idioma terrestre». De este modo no se culpa ni ridiculiza al niño tartamudo, sino que

se le hace ver que debe cambiar su modo de hablar por medio de ciertas técnicas para adaptarse al mundo en que vive.

Ese respeto al niño que debe vencer dificultades y problemas ha sido nuestra norma. Todos los niños tienen problemas y dificultades para hacerse adultos, de modo que hemos ideado una colección de cuentos adecuados para cada una de las dificultades, al menos las más actuales y habituales, por las que pasan nuestros hijos. Teniendo en cuenta además que éstos no padecen uno solo de esos problemas sino que pueden ir padeciendo varios de ellos a lo largo de su infancia, si no todos (¡aunque esperemos que no!), podremos utilizar muchos de los cuentos de la colección para un solo niño. El niño que hoy teme a los monstruos mañana sufrirá el conocido shock a causa del nacimiento de un hermanito; y el que vive muchos años como hijo único tal vez necesite de una buena inmersión –a través del cuento– en una familia numerosa para aprender ciertas cosas; el que es desobediente puede que más tarde obedezca pero sea un chico solitario; y el que temió que la Tierra chocase con un aerolito, es probable que en otra etapa de su crecimiento sea un niño inapetente, sin que unos problemas tengan que ver con otros: se trata más bien de distintas etapas de crecimiento.

Un cuento para cada día, sí, pero también un cuento para cada temporada. Si además tenemos varios hijos, es obvio que a cada hijo le convendrá un cuento distinto.

Los cuentos en sí mismos son sólo un material a vuestra disposición. Si el lenguaje o el significado de cada uno de ellos suscita dudas y preguntas en vuestro hijo, a vosotros os cabe aclararle esas dudas. Si os parece que el niño es demasiado pequeño, a vosotros os cabe traducirlo a palabras más sencillas en el momento de leerlo. Si por el contrario es demasiado mayor, el cuento os dará ocasión de enriquecerlo o de bromear sobre él, todo ello según el carácter y la formación de vuestro hijo. Contamos también con la vida que le daréis al relato y a los diálogos de los personajes al leer el cuento en voz alta. Podemos variar el tono según el efecto que queramos producir en el niño: emoción, risa, ternura, exageración. Basta con mirar su carita para saber qué es lo que siente nuestro niño. Si está aburrido, nos apañaremos para darle emoción al cuento añadiendo, si es necesario, detalles de nuestra cosecha; y si está asustado, nada mejor que quitarle importancia a la historia dándole un aire de comedia exagerada hasta verlo sonreír. Nuestros cuentos son un material vivo.

Los cuentos son sencillos, pero si encontráis palabras que el niño no pueda entender, será buen momento para que las comentéis. Recordad que las palabras que son comunes en un país, pueden ser poco corrientes en otro y viceversa. Ello resulta también útil para que los padres y abuelos puedan ilustrar a los niños sobre palabras de su tierra natal o su infancia que el niño no conoce porque no suele oír las.

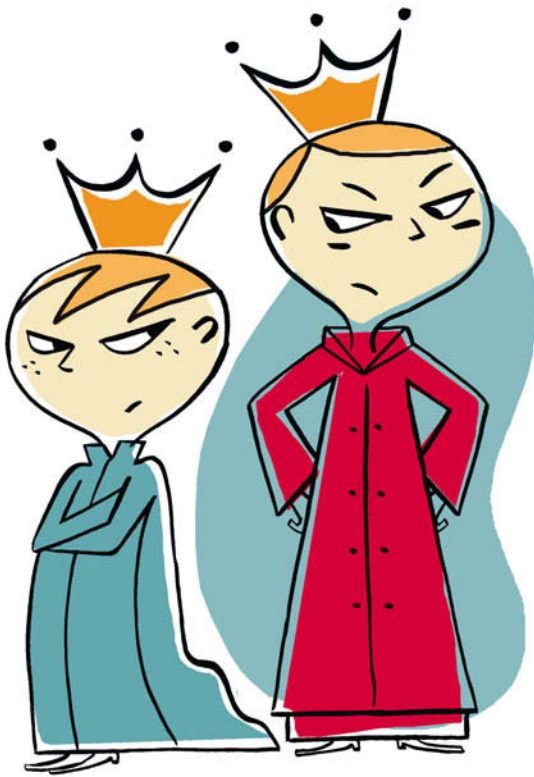
Y, finalmente, el libro os puede ser útil porque comprende veintisiete cuentos adaptados a otros tantos problemas o inquietudes de los niños, y un comentario al final

de la obra que os aclarará por qué aparece cada problema y cómo hay que tratarlo, con algunos comentarios orientativos sobre el significado y la intención de cada cuento. Un índice con la agrupación de cada cuento o cuentos bajo un determinado epígrafe (el niño que no quiere comer, el que tiene miedo, etcétera) os acabará de facilitar el trabajo de búsqueda.

Los cuentos tienen distintos enfoques según sea el problema a tratar. Los hay pedagógicos, que sirven para enseñar hábitos saludables; terapéuticos, si llegan a ser capaces de «curar» sentimientos negativos o penas interiores, como la separación de los padres o el nacimiento de un hermanito; consoladores, que son útiles para dar consuelo ante lo irremediable, como la muerte de un ser querido, un animal, un amiguito; desmitificadores, que sirven para reírse de los «cocos» que aparecen en la vida del niño; de ánimos y realización personal como en el caso de los niños superdotados o solitarios; el niño que todo lo consigue a golpes, o el que se niega a dormir en ausencia de mamá y tiene que tomar la saludable «medicina» que le administra su padre...

Nuestra idea es que uséis tanto nuestro libro de cuentos para antes de ir a dormir que, al final, acabe roto y gastado. Esperamos que os sea muy útil.

# Cuentos



## Los dos príncipes

En el reino de los guibichungos había una vez dos príncipes que vivían con su viejo padre el rey Guibich.

Alidor y Polidor eran altos y rubios. No tenían madre y habían sido criados por el rey en persona, a quien adoraban. Todo habría ido bien en palacio si no hubiera sido por lo mal que se llevaban los dos hermanos.

Alidor era el mayor de los dos y quería mandar siempre. Algún día sería rey. Tenía un caballo mejor y montaba muy bien. Pero Polidor era más valiente. Los dos querían ser el preferido de su padre. Durante los torneos, cada uno se esforzaba por ser el



caballero ganador y recibir así el premio de manos del rey.

Un día Polidor acusó a su hermano de haberle puesto un palo entre las patas del caballo para que se cayese y Alidor se enfadó y le dio una paliza en el patio de palacio. Hubo un gran escándalo en aquel tranquilo reino.

Entonces el rey Guibich, harto de las peleas continuas de los dos príncipes, los reunió y les ordenó que se fueran a conocer mundo. Les dio dinero, ropas, dos caballos magníficos y armas para defenderse. Luego hizo que salieran en direcciones distintas y que volvieran al cabo de tres años. Y así lo hicieron.

Nada más salir del reino, cada uno de ellos fue asaltado

por bandoleros. Alidor lo perdió todo pero Polidor se defendió y pudo conservar su dinero. Al cabo de dos días encontró a Alidor trabajando en una granja.

—¡Oh, Alidor, me alegro de que hayas encontrado trabajo tan pronto! —le dijo Polidor en tono de burla.

Y se fue tranquilamente dejando a su hermano en la miseria.

Meses más tarde la casualidad hizo que Alidor pasara por una aldea y se enterase de que había llegado a la posada un príncipe extranjero y que estaba muy enfermo. Subió a saludar a aquel príncipe y descubrió que era Polidor.

—¡Parece que las cosas no te van bien!, ¿verdad, hermanito? —exclamó Alidor muy alegre.

Y continuó su camino en busca de algún ejército en el que poder servir, sin hacer caso de su hermano.

Pasaron varios años sin que volvieran a verse.

