



# Handy Handouts®

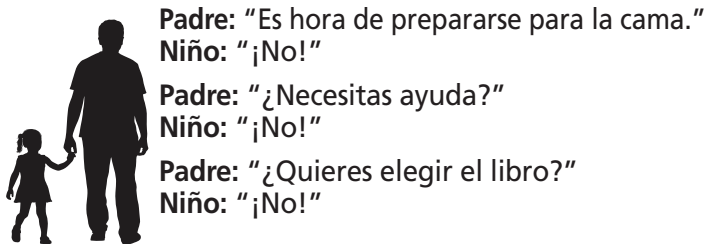
Folletos educativos gratuitos para maestros y padres

## Diga "Sí" a la Fase "No"

por Abby Sakovich, M.S., CCC-SLP



Entre las edades de 18 y 36 meses, se produce un fenómeno extraño. Los niños pequeños dulces y obedientes pueden comenzar a satisfacer cada solicitud con un fuerte y seguro "¡No!" y las conversaciones pueden sonar un poco así:





A menudo llamada "Los Dos Terribles", esta etapa de independencia desafiante es importante para todos los niños. Según los expertos, los cerebros de los niños se están desarrollando a un ritmo extremadamente rápido. Este desarrollo comienza el proceso de que los niños se conviertan en su propia gente, con pensamientos, sentimientos y opiniones independientes.


Los expertos también creen que los niños están probando a los padres durante esta etapa. ¿Los padres les dejarán dirigir el espectáculo, o establecerán límites y los apoyarán? Establecer límites ayuda a los niños a aprender qué comportamiento es apropiado o inapropiado. Aprenden reglas que les ayudan a descifrar el mundo social que sucede a su alrededor.


Además de descubrir las reglas y los límites del mundo social, esta fase "¡No!" es una forma en que los niños establecen sus propios límites. La capacidad de decir "No" está en la piedra angular de toda relación saludable. Es imperativo que los niños aprendan que decir "No" es el primer paso para establecer sus límites personales con otras personas.

¿Qué pueden hacer los padres para sobrevivir a los "Dos Terribles" y completar las tareas diarias, como vestirse con la cordura intacta?

- 

**1. Deje de discutir** – Discutir con un niño pequeño es como tratar de clavar gelatina a la pared. No se puede hacer, y tampoco se puede "ganar" una discusión con un niño pequeño.
- 

**2. Suelte el control** – Dar dos, y sólo dos opciones. Preguntar: "¿Quieres usar la camisa blanca o la camisa azul?" pone a los niños pequeños en el asiento del conductor y da la ilusión de control. Cuando los niños pequeños se sienten incontrolados, son menos propensos a decir "¡No!"
- 

**3. Mantenga la calma** – Por difícil que sea, no reaccionar puede ser una herramienta poderosa al intentar difundir un berrinche templado. Por ejemplo, si un niño pequeño exige cereales para el desayuno y rápidamente tira el cereal en el suelo, reconoce con calma que el niño no quería el cereal.
- 

**4. Pedir ayuda** – Sentirse importante puede ayudar mucho en la prevención de un berrinche temperamental. Si el objetivo es salir de la casa, pedirle a un niño pequeño que le ayude a encontrar sus zapatos o juguete para traer consigo puede proporcionar una sensación de independencia y orgullo.



# Handy Handouts®

Folletos educativos gratuitos para maestros y padres  
(cont.)



**5. Ignorar con propósito** – Tan simple como suena, ignorar el comportamiento negativo y elogiar el comportamiento positivo comunica lo que se espera. Busque oportunidades para decirle a su niño que le gusta lo que están haciendo o cómo se comportan.



**6. Ponte tonto** – Bailar, irrumpir en la canción, o poner en un acto tonto puede distraer a un niño pequeño el tiempo suficiente para cumplir con lo que necesita lograr. Un niño riendo es mucho más propenso a subir al coche para ir a la tienda que un niño pequeño en medio de una discusión.



**7. 7. Saber cuándo decir "sí"** – Hacer cumplir grandes reglas y negarse a aceptar comportamientos peligrosos debe ser consistente día tras día, no importa cuán fuerte proteste un niño pequeño. Si el "no" de su hijo está en respuesta a algo insignificante como negarse a usar zapatos regulares y optar por botas de lluvia en un día soleado, ¿qué daño hay al dejar que el "no" prevalezca?

Aunque los "Dos Terribles" hacen que los padres quieran arrancarse el pelo en la frustración, es importante que recuerden que es sólo una fase. Eventualmente, los niños pequeños dulces y obedientes regresarán, un poco más independientes, y un poco más confiados en sus habilidades para abogar por sus gustos y aversiones.



Recursos:

*Why Your Toddler's "No!" Phase is so Important (And How to Survive It)*, accessed February 12, 2019 from "The No Stage", accessed February 12, 2019 from <https://www.motherforlife.com/baby/13-36-months/psychology/1392-the-no-stage.html>

Más Handy Handouts® GRATIS, visite [www.handyhandouts.com](http://www.handyhandouts.com)