

Pregunta: Mi niño de dos años siempre me dice “¡No!” ¿Cómo hago para que a veces diga “Sí”?

Todos los niños colaboran poco en ocasiones. Si bien puede ser frustrante, este tipo de conducta es normal en los niños y en realidad representa un hito positivo en el desarrollo. Tú puedes apoyar la independencia temprana del niño y, al mismo tiempo, animarlo de maneras útiles para ambos al fomentar la habilidad para la vida de la Comunicación.

La Comunicación es mucho más que comprender el lenguaje, hablar, leer y escribir; es la habilidad para determinar lo que queremos comunicar y darnos cuenta de cómo los demás comprenderán nuestras comunicaciones. Es la habilidad que los maestros y los empleadores consideran que más falta en la actualidad.

1

Piensa en cómo estás respondiendo.

Tu niño te mira para que le des señales para responder en todo tipo de situaciones, en especial aquellas en que se siente fuera de control, como cuando no puede hacer algo que quiere. Tu tono de voz, el lenguaje corporal y las expresiones faciales envían mensajes al niño.

- Sé un modelo a seguir de la forma en que quieres que se comporte tu niño, incluso cuando dice “No” todo el tiempo. Los niños aprenden más de tu comportamiento que de tus palabras.
- Si necesitas calmarte porque estás enojado, aléjate si es posible. De esta manera, le demuestras a tu niño la importancia de usar el autocontrol para comunicarse correctamente y te da tiempo para pensar las cosas con claridad.
- También es importante considerar qué otra cosa podría ocurrir. ¿Es más probable que tu hija diga “No” cuando está cansada o tiene hambre? En ocasiones, un bocado en el momento adecuado puede ser útil.

Lo más importante es que le hagas saber a tu niña que estás allí y la amas, incluso cuando dice “No” a todo.

Conocer esta negatividad es un hito del desarrollo positivo que resultará ser útil. En lugar de pensar si tu niña es mala o desobediente, piensa en estos años como una gran oportunidad para ayudarla a aprender a comunicarse de formas más productivas.

2

Fija límites de manera intencional: lo que dices y cómo lo dices.

- Tú eres la que fija los límites y ella necesita responder, pero la forma en que fijas

los límites puede conducir a una mayor o menor cooperación. En lugar de preguntar: “¿Estás lista para vestirte?” (no es realmente una pregunta, ella necesita vestirte); dile: “Es momento de vestirte”. Recuerda usar un tono alentador y positivo.

- Explícale los motivos de tus pedidos. De esta manera, la ayudarás a comprender por qué le pides hacer algo. “Vamos a ordenar tus juguetes para saber dónde encontrarlos la próxima vez”.
- Celebra las estrategias de tu niña en la Comunicación y cooperación. Sé específico con el comportamiento que quieres reforzar: “Gracias por decirme que no quieres usar ese suéter porque tienes calor. Lo llevaremos por si refresca”.

3

Sé un modelo de rol de comunicación con “conversación extra”.

Una parte importante de la Comunicación es determinar lo que quieres decir y cómo hacerlo para que te comprendan. Ser un ejemplo de la buena comunicación te ayudará a mejorar estas habilidades:

- **Muéstrale a tu niña lo que sus palabras te dicen.** En ocasiones, los niños pequeños dicen la palabra “No” incluso si significan otra cosa. Acláralo con tu niña para que se pueda dar cuenta del mensaje que comunica: “Dijiste que no quieres comer más. ¿Estás llena?”
- **Haz preguntas abiertas en lugar de aquellas donde debe responder sí/no.** Son las preguntas que comienzan con “quién”, “qué”, “dónde”, “cuándo” y “por qué”. Incluso si tu niña no te puede brindar respuestas completas a estas preguntas, la incentivarás a que piense más allá de una respuesta inmediata.

4

Anima a la niña a expresarse de diferentes formas.

Apóyala a explorar cómo vestirse con y sin palabras. Las actividades como pintar, música y movimiento son grandes formas de expresar los pensamientos y los sentimientos.

- Pídele que te cuente sobre sus dibujos y escribe sus propias palabras. A los niños les encanta ser los autores de sus historias.
- Pídele que pinte un dibujo sobre cómo se siente cuando tiene que hacer algo que no quiere. Habla sobre las cosas específicas que observas en la creación de tu niña en lugar de solo felicitarla.
- Escuchen diferentes tipos de música y anima a tu niña a pintar lo que escucha. Es una gran forma de saber cómo interpreta tu niña lo que escucha.

5

Ten actividades y conversaciones recíprocas con tu niña.

Los investigadores han comparado la buena comunicación con un baile, juego de ping pong o “Hablar por Turnos”. Este ida y vuelta donde desarrollas y amplías lo que dice y hace es la base de las relaciones y la comunicación.

- Cuando tu niña dice “No”, ayúdala a enfocarse en otra cosa que verdaderamente le interese.
- Juega con tu niña a las escondidas o con una pelota para fomentar la idea de esperar su turno y responder a los demás.
- Durante el día, repite las palabras y los sonidos de tu niña y luego agrégalos.

6

Realicen juegos de simulación.

Tu niña lo utiliza para “reproducir” y controlar los eventos de su vida. La simulación es una gran forma para que la niña practique el uso de las habilidades de comunicación en un entorno alentador y seguro.

- **Únete a tu niña y déjala comenzar.** En lugar de hacerte cargo o decirle a tu niña qué hacer, actúa como guía. Permítele estar a cargo del juego. Modela el lenguaje apropiado y amplía sus ideas.
- **Brinda ocasiones lúdicas para decir “¡No!”** Si simulan vestirse, coloca los calcetines en tus manos y dile: “¿Aquí usamos calcetines? ¡No!” Túrnate con tu niña para presentarle situaciones graciosas donde pueda decir “No!” las veces que desea.