

## **Ya sé decir que no**

La fase de negativismo es una etapa normal por la cual pasan la mayoría de los niños **entre los 18 meses y los 3 años de edad** y que puede durar hasta los cinco años. Durante este tiempo, los niños responden negativamente a muchas peticiones, aunque éstas sean agradables. En general, son más obstinados que cooperadores. Disfrutan rechazando una sugerencia, si se trata de ponerse la ropa o desvestirse, entrar o salir en la bañera, acostarse o levantarse de la cama. Por un lado se sienten más competentes y autónomos a nivel motor capaces de resolver muchas situaciones por sí mismo, y por el otro, adquieren la capacidad de comunicación que les permite protestar más y tratar de probar límites a cada minuto.

Algunas de las características psicológicas de la etapa serían :

El egocentrismo.

El individualismo.

La autoafirmación.

La oposición.

El niño/a también no responde simplemente porque damos varias ordenes al mismo tiempo, llamar la atención, no se produjo la comunicación correctamente y no nos escucho o se distrae, o está habituado a un comportamiento y obtiene ciertos beneficios,.....

Aunque a veces nuestro hijo se vuelve desafiante y es algo obstinado, tenemos que entender que la época del "No" es una etapa pasajera, aunque necesaria. Es importante para el DESARROLLO de su identidad y su capacidad de autodeterminación y el establecimiento de una personalidad sana.

## **¿Cómo tratar a un niño durante esta etapa? :**

- No tome demasiado en serio esta fase normal. Esta respuesta no debe ser confundida con una falta de respeto. Procure verla con sentido del humor y, tal vez, dure sólo de 6 a 12 meses.

- Huir de las amenazas, de gritar, o de ponerse al nivel del niño. Tómelo con calma y cuando sus no sean muy insistentes deja que pase un rato o distrae su atención hacia otra cosa, acabará cediendo sin recordar que previamente había dicho no.

- No debe castigar a su hijo por decir "No": castíguelo, en todo caso, por lo que haga; no por lo que diga.

- Como usted no puede eliminar el "No", páselo por alto, obvie la situación y evite la confrontación directa. Explique la norma, la conducta o el límite de manera positiva. Utilice un tono positivo. Evite mantener la confrontación continua.

- Sea paciente, son niños muy pequeños y tienen que ir aprendiendo poco a poco. Repita la orden o la norma varias veces y acompañelo en la ejecución. Poco a poco retirar la ayuda y dejarlo que lo consiga de manera autónoma.
- Razonar con él según la edad, pero enseñarle que sus si o no tienen consecuencias, evitando las amenazas, sino haciendo hincapié en las consecuencias de sus acciones y sus decisiones.
- Dar sólo una orden, concreta y sencilla. Evitar dar varias ordenes al tiempo, sino seguidas y por partes. Haciendo preguntas en medio de las acciones sobre lo que cree que hay que hacer. Reforzar los logros.
- Generar auto confianza en el niño, trasmitiéndole confianza en sus capacidades y en su buen comportamiento, de esa manera reforzamos sus expectativas y su buen comportamiento.
- Déle a su hijo/a otras opciones sobre todo que tenga la capacidad para elegir. Esta es la mejor manera de hacer que el niño sienta que tiene más libertad y control. Esto a su vez hará que él esté más dispuesto a colaborar.
- Por otro lado, no le dé a su hijo una opción cuando no hay opción. Es decir, aunque se le puede explicar en algunos casos la razón, no hay, en algunos casos, ningún tipo de negociación. No debe hacerle una pregunta a su hijo cuando sólo hay una respuesta aceptable, pero intente guiarlo de una manera tan positiva como sea posible ("Hagamos esto" porque....).
- Proporcione un tiempo de transición para el cambio de actividades.

Ir avisando y recordando la acción o el límite, esto le ayudará a autorregularse y a irse preparando emocionalmente para la frustración o la acción.

- Elimine las reglas excesivas, porque cuantas más reglas tenga, tanto menos probable es que el niño esté conforme en cumplirlas todas.
- Evite responder a su hijo con demasiadas negativas. No sea un modelo incorrecto.

Si bien el afecto, la ternura y la comunicación tiene que ser la base de la relación en esta etapa, no debemos dejar de poner unos límites claros y coherentes, que aunque a veces resulte algo tedioso, es más que necesario en esta fase.

PSICÓLOGA. YOLANDA CÁRDENES QUINTANA