



El Segundo y Tercer Año del Niño

MESES 25-26

Queridos padres: Los dos años son maravillosos y...

Los dos años son maravillosos, tiernos, difíciles, exigentes — y muy, muy emocionantes. Su hijo/a ha crecido mucho en estos dos cortos años y ustedes también.

Como padres de un niño de dos años, éstas son algunas cosas que necesitarán este año:

- ♥ **Paciencia** para ayudarles a responder con calma a los cambios de ánimo de su hijo/a — a veces muy cooperativo y otras veces completamente irracional.
- ♥ **Consciencia** para ayudarles a verificar que el entorno del niño sea seguro.
- ♥ **Firmeza cariñosa** para ayudarles a imponer los reglamentos de manera uniforme para que el niño pueda aprender responsabilidad y auto control.
- ♥ Un **buen sentido del humor** para ayudarles a reírse de sí mismos y con su hijo/a.
- ♥ **La capacidad de maravillarse** para ayudarles a ver a su hijo/a de 2 años como la persona creativa y especial que realmente es.
- ♥ **Entusiasmo** para disfrutar de los muchos éxitos que el niño pequeño tendrá durante este año y para celebrarlos.

La prevención de las heridas y rasguños

Los niños pequeños sufren heridas y rasguños a menudo. Estas lesiones suceden cuando los niños se caen, chocan con algo o pisan objetos afilados. Este es un buen momento para inspeccionar las áreas de juego del niño otra vez.

Estos son algunos consejos para que jueguen sin peligro:

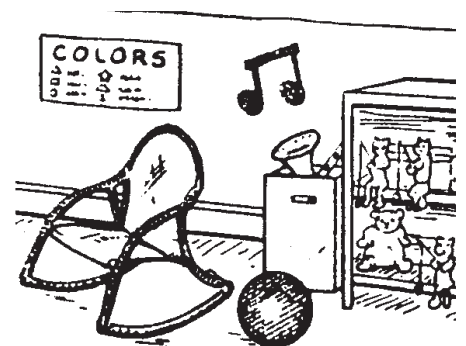
- ♥ **No le permita a su hijo/a que juegue** cerca de muebles con orillas afiladas.
- ♥ **Evite áreas de juego** donde el niño pueda trepar a lugares altos.
- ♥ **Cierre con llave todas las puertas** que dan a habitaciones peligrosas, al garaje, al sótano y al patio.
- ♥ **Póngale zapatos y pantalones largos** al niño cuando corra al aire libre.
- ♥ **Supervise cuidadosamente a su hijo/a** cuando esté jugando en el equipo del patio de recreo o cuando esté cerca de él.

Los padres que tienen éxito

Sabemos que lo que los padres hacen para y con sus niños pequeños influye su desarrollo. La doctora Alice Sterling Honig revisó los estudios dirigidos a la crianza y al desarrollo infantil para saber cómo criaron a sus hijos/as los padres de niños pequeños competentes.

Los niños pequeños *más competentes* tenían padres que:

- ♥ Organizaban cuidadosamente las rutinas de sus hijos/as.
- ♥ Animaban a sus hijos/as a que ayudaran en muchas de las tareas caseras.
- ♥ Les permitían a los niños que hicieran cosas como lavar los platos aunque resultara en derrames o en desorden.
- ♥ Les leían a diario a sus hijos/as.
- ♥ Limitaban estrictamente y supervisaban el tiempo que sus hijos/as miraban la televisión.
- ♥ Vigilaban a sus niños atentamente para mantenerlos seguros y para asegurarse de que sus actividades eran apropiadas para su nivel de desarrollo.
- ♥ Establecían reglamentos firmes y uniformes en la casa y les explicaban a los niños el por qué de esos reglamentos.
- ♥ Se consideraban los maestros de sus hijos/as y ayudaban activamente a sus hijos/a a aprender.
- ♥ Jugaban a menudo con sus niños, incluyendo los juegos de imaginar.





¿Cómo es un niño de 2 a 2½ años de edad?

Cómo crezco:

- ♥ Me gusta hacer las cosas de la misma manera todos los días.
- ♥ Puedo caminar hacia atrás por 10 pies aproximadamente.
- ♥ Puedo saltar con los dos pies al mismo tiempo.
- ♥ Puedo pararme en un pie por un segundo aproximadamente.
- ♥ A menudo tengo que mirarme los pies para no pisar cosas que están en el camino.
- ♥ Me meto donde no debo y lo desordeno todo.
- ♥ Puedo quitarles la tapa a los botes. Asegúrense de que las cosas que no quieran que abra estén fuera de mi alcance y que ¡tengan tapas de seguridad!
- ♥ Es posible que haya aprendido de los adultos a tenerles miedo a las serpientes, a los ratones y a las arañas.

Cómo hablo:

- ♥ Me gusta aprender palabras que describen las cosas como alto, grande, debajo o fuerte.
- ♥ Estoy aprendiendo lo que significan “frente,” “atrás,” “lado” y “debajo.”
- ♥ Todavía no puedo decir oraciones largas, pero las puedo entender.
- ♥ Me gustan los libros. Puedo señalar las ilustraciones de las cosas y las puedo nombrar.
- ♥ Todavía hablo en “oraciones” de dos o tres palabras como “Todo sucio,” “Va tienda” o “Eso mío.”
- ♥ Puedo usar plurales como perros, libros, tazas.
- ♥ Puedo cantar partes de canciones o canciones muy cortas completas.
- ♥ Puedo imitar las voces de mis padres.
- ♥ Hablo principalmente conmigo mismo o con los adultos, pero no hablo mucho con otros niños.

Lo que estoy aprendiendo:

- ♥ A veces puedo dibujar un círculo bastante bueno.
- ♥ Comprendo por qué suceden algunas cosas, como por ejemplo: el prender el interruptor hace que se prenda la luz.
- ♥ Puedo poner más atención.
- ♥ A veces comprendo “hoy” y “muy pronto.” Pero es posible que no comprenda “ayer” o “mañana.”
- ♥ Puedo separar la vajilla en un cajón — excepto los cuchillos para no hacerme daño.

Cómo me llevo con otras personas:

- ♥ Generalmente no comparto mis juguetes ni juego bien con otros niños de mi edad.
- ♥ Es posible que les pegue a otros niños, no porque no me caigan bien, sino porque no sé qué otra cosa puedo hacer.
- ♥ Es posible que llame a los otros niños “bebé,” a los hombres “papá,” y a las mujeres “mamá.”
- ♥ Si me piden que haga algo simple, generalmente lo puedo hacer.
- ♥ Ahora estoy más dispuesto a estar lejos de ustedes.

- ♥ Quiero hacer las cosas a mi manera y por mí mismo/a.
- ♥ Digo “no” muy a menudo. En muchas ocasiones hago lo que no quieren que haga, solamente para mostrarles lo independiente que soy.
- ♥ Me ayuda a sentirme importante cuando ustedes admiran lo que he aprendido a hacer.
- ♥ Me gustan nuestras rutinas, como el cuento y el abrazo a la hora de dormirme.

Lo que puedo hacer por mí mismo/a:

- ♥ Puedo usar la cuchara y el tenedor bastante bien. Todavía derramo un poco.
- ♥ Puedo avisar cuando tengo que usar el inodoro — a veces.
- ♥ Estoy listo/a para aprender a cepillarme los dientes. Pero ustedes deberán ayudarme hasta que sea mayor y tenga mejor coordinación.
- ♥ Todavía puedo desvestirme mejor que vestirme.
- ♥ Me gusta ayudarles a guardar las cosas y a limpiar.

Cuando tiene 2 años, la mayoría de los niños es capaz de:

- usar frases de 2 a 4 palabras
- seguir instrucciones simples
- empezar a interesarse en otros niños
- señalar un objeto o ilustración cuando alguien la nombra

Es posible que su hijo/a alcance estos hitos antes o después que otros niños. Si usted se preocupa por el progreso de su bebé, usted puede pedir consejos de:

- CDC National Center (Centro Nacional de los Centros para el Control de Enfermedades): 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636) o en línea en www.cdc.gov/actearly
- Wisconsin Birth to 3 Program (Programa del Nacimiento a los 3 Años): 1-800-642-7837

Es importante que el niño tenga exámenes médicos con regularidad.

Los niños pequeños crecen rápidamente. A medida que crecen, necesitan tener exámenes médicos con regularidad. El examen del niño le dará al médico la oportunidad de identificar cualquier problema a tiempo. De esta manera, se pueden tratar los problemas y prevenir efectos serios o efectos a largo plazo.

Asegúrese de mantener un registro de salud del niño y guárdelo en un lugar seguro donde lo pueda encontrar fácilmente. El registro de exámenes médicos proporciona información sobre la salud del niño y de sus vacunas (inmunizaciones). Usted necesitará este registro cuando matricule al niño en el centro infantil, en la escuela parvularia o en el kindergarten. Si el niño necesita alimentos o medicamentos especiales cuando está fuera de la casa, el registro de salud les da a las personas que lo cuidan la información médica correcta.

Las American Academy of Pediatrics Standards for Child Care (Normas para el Cuidado Infantil de la Academia de Pediatría de los Estados Unidos) recomiendan que el examen médico de un niño sano incluya lo siguiente:

- ♥ El historial
- ♥ Las medidas
- ♥ Un examen de la visión y el oído
- ♥ Una evaluación del desarrollo y de la conducta
- ♥ Un examen físico
- ♥ Las inmunizaciones
- ♥ Información para los padres sobre la nutrición y la seguridad
- ♥ Una evaluación dental y o un referido a un dentista

La American Academy of Pediatrics (Academia de Pediatría de los Estados Unidos) recomienda exámenes médicos para el niño pequeño a los 12, 15, 18, 24, 30 y 36 meses aproximadamente. Por supuesto, si los padres o los médicos tienen preocupaciones especiales sobre el niño, se necesitarán exámenes más frecuentes.

Si no tienen un médico para su hijo/a, pregunten en el departamento de salud local (se encuentra en la sección del gobierno de la ciudad o del condado en la guía de teléfonos), al especialista o a la clínica tribal para el cuidado del niño y de la madre. Ellos les pueden dar el nombre de un médico o de una clínica donde su hijo/a puede obtener un examen completo.



¿Por qué se pone el dedo en la boca mi hijo/a todavía?

P. Mi hijo/a todavía se chupa el dedo. ¿Es esto normal?

R. Sí, el chuparse el dedo es una conducta muy común en los niños de menos de 6 años. Es una manera en que los niños pequeños se calman.

Hay muchos médicos que creen que si usted le impide al niño que se chupe el dedo, desarrollará problemas con el sueño. La costumbre de chuparse el dedo generalmente desaparece por sí sola, especialmente si no se le presiona al niño a dejar de hacerlo.

A veces los padres les sacan el dedo de la boca a sus niños pequeños por que se preocupan de que tendrán problemas dentales. Los problemas dentales generalmente no ocurren hasta que le salen al niño sus dientes permanentes a los 5 ó 6 años aproximadamente. Incluso a esa edad, es posible que el chuparse el dedo de vez en cuando no le haga ningún daño.

Si están preocupados porque su hijo/a se chupa el dedo, anoten la frecuencia con que se chupa el dedo y por cuánto tiempo lo hace. Hagan estas anotaciones por varios días.

Este registro les ayudará a ustedes y al médico o al dentista a hablar de la situación y a decidir qué se debe hacer o si es necesario hacer algo.



El aprendizaje de palabras nuevas

Ustedes pueden ayudarme a aprender palabras nuevas.

Cuando vamos a caminar, llevemos una bolsa para juntar tesoros como hojas, piedras, flores o pedazos de madera. Podemos mirar estos tesoros y nombrarlos cuando volvamos a casa.

Repitan los nombres de las cosas una y otra vez, usando palabras simples y oraciones cortas. Háblenme de lo que estoy haciendo y de lo que ustedes están haciendo. No usen lenguaje de bebé.

Déjenme que busque cosas para ustedes. Digan el nombre del objeto que desean y hasta iré a otras habitaciones para encontrarlo.

La lectura en voz alta con los niños pequeños

A estas alturas a su niño pequeño le encanta acurrucarse en su falda mientras usted le lee su libro de ilustraciones favorito. Es posible que a su hijo/a le gusten los libros sobre animales o sobre niños que hacen las mismas actividades diarias que hace él/ella.

A los niños pequeños les encanta oír sus cuentos favoritos una y otra vez. Esto los hace sentirse bien y los ayuda a aprender el lenguaje. Lean libros sobre cosas nuevas también, como por ejemplo, sobre un viaje en avión o una visita al zoológico.

Aumente la colección de libros de su hijo/a comprando libros en ventas de garajes o pidiéndoles a los parientes y a los amigos que le den libros como regalos. Visiten la biblioteca a menudo. Se sorprenderán al descubrir lo divertido que es seleccionar libros para llevarse a casa.

Recuerde: El leerle a su hijo/a ahora creará en él o ella sentimientos positivos hacia los libros y hacia la lectura en el futuro.

Los juegos para crecer

¿CÓMO TE LLAMAS?

Dele a su hijo/a la oportunidad de practicar diciendo sus nombres de pila y sus apellidos y ayúdelo/a a sentirse bien consigo mismo/a.

Cómo jugar

Dígale su nombre al niño en canciones y en cuentos — usando su apellido también. Invente juegos en que él/ella dice su propio nombre. Muéstrelle fotografías de sí mismo/a y pídale que diga el nombre de la persona en la fotografía. Muéstrelle lo contenta/o que está usted cuando él/ella dice su propio nombre al mirar las fotografías.

LOS COLORES DE LAS CARAS FELICES

Ayúdele a su hijo/a a aprender a resolver problemas y a reconocer los colores.

Los materiales

- ♥ Una hoja de cartulina de 16 por 11 pulgadas aproximadamente o una carpeta de tamaño corriente
- ♥ Diez hojas de papel de diferentes colores o diez lápices de cera para colorear el papel blanco con colores diferentes
- ♥ Un lápiz
- ♥ Un vaso
- ♥ Un marcador no tóxico para dibujar las caras felices
- ♥ Tijeras
- ♥ Goma de pegar — Asegúrese de que la etiqueta diga **no tóxica o segura para niños**.
- ♥ Un sobre

Cómo hacer el juego

- ♥ Use un vaso para dibujar las caras felices. Necesitará dos círculos de cada color. Dibújelos en el papel de color o dibújelos en el papel blanco y coloréelos.
- ♥ Tendrá diez pares de círculos, cada par de un color diferente. En uno de los círculos de cada par,

dibuje una cara feliz con **los ojos abiertos**. En el otro círculo del mismo color, dibuje una cara feliz con **los ojos cerrados**.

- ♥ Corte todos los círculos y sepárelos en dos grupos: uno de caras felices con los ojos abiertos y el otro de caras felices con los ojos cerrados.
- ♥ Pegue todas las caras felices con **los ojos abiertos** en la cartulina o en la carpeta. Ponga las caras felices con **los ojos cerrados** en un sobre.

Cómo jugar

Ponga la cartulina con las caras felices enfrente de su hijo/a en el suelo o en una mesa.

Déle a su hijo/a, uno por uno, los círculos con caras felices de diferentes colores. Anime al niño a poner cada uno sobre la cara feliz del mismo color que está pegada en la cartulina. Diga el nombre del color cuando el niño ponga cada cara feliz sobre el color apropiado.

Cuando el niño haya puesto todas las caras sobre sus respectivos colores, pídale que recoja las caras felices, una por una, y se las devuelva a usted. Diga el color de cada círculo cuando el niño se lo entregue a usted.

TAMBORES PARA DIVERTIRSE

Ayúdele a su hijo/a a aprender sobre **los diferentes sonidos y ritmos** y a desarrollar su **coordinación**.

Cómo jugar

Muéstrele al niño cómo hacer diferentes sonidos de percusión golpeando diferentes objetos con una cuchara. El niño puede golpear una olla, una silla, el suelo, un zapato, una botella que no se quiebre, etc. Tomen turnos para dirigir el juego. Cada uno de ustedes golpea una cosa después de otra en el mismo orden. También pueden golpear al ritmo de una canción o de otra música o pueden mezclar sonidos de percusión rápidos y lentos.

El aprendizaje para usar el inodoro

Durante el segundo año de vida, la mayoría de los niños comienza a interesarse en aprender a usar el inodoro por sí mismos. Una buena manera de comenzar es poner un asiento inodoro infantil en el suelo que el niño pueda usar por sí mismo.

No apure a su niño a que use el asiento inodoro infantil. Pero **observe las señales de que está listo** para aprender esta nueva habilidad:

- ♥ ¿Tiene el niño el suficiente control de los músculos finos para recoger una pasa entre el pulgar y el dedo índice? El control muscular de la mano es una señal de que se han desarrollado también el control muscular de los intestinos y de la vejiga necesarios para que el niño pueda aprender a usar el inodoro.
- ♥ ¿Puede su hijo/a pasar por lo menos 2 horas sin mojar el pañal? La mayoría de los niños dejarán de defecar en el pañal antes de dejar de orinar.
- ♥ ¿Puede su hijo/a desvestirse solo? Esto facilita mucho el aprendizaje para usar el inodoro.
- ♥ ¿Muestra su hijo/a interés en el inodoro?

Si usted cree que el niño está listo, hágalo practicar sentándose en el asiento inodoro infantil y deje que vea a los adultos usando el inodoro. Permítale que tire de la cadena del inodoro para que practique.



Se necesita tiempo para que los niños aprendan. Y una vez que empiece, anticipe muchos accidentes. No regañe a su hijo/a por los accidentes. En vez de eso, **ánimelo/a** cada vez que tenga éxito. Por supuesto, usted está impaciente por librarse de todos esos pañales. Pero si no apura el aprendizaje y mantiene la calma, habrá menos tensión y es posible que el proceso sea más rápido.

Si usted nota que usted o el niño se siente estresado, espere unas semanas y empiece otra vez. El estrés causa tensión en los músculos lo que impide la defecación.

A veces parece que los niños **han aprendido** a usar el inodoro y luego empiezan a tener accidentes otra vez. La mayoría de las veces, esto ocurre cuando se sienten presionados, excitados o molestos debido a un cambio en el hogar como, por ejemplo, un bebé nuevo. Como dijimos anteriormente, tenga paciencia, sea cariñosa/o y **ánimelo/a** siempre que tenga éxito. ¡Muy pronto el niño abandonará permanentemente los pañales!

El usar alimentos como premios puede tener resultados negativos.

“Si te portas bien en la zapatería, te daré un dulce.”

Es tentador usar alimentos para controlar la conducta del niño, pero premiar al niño con alimentos puede tener resultados negativos.

Los padres generalmente tienen buenas intenciones cuando dicen: “No puedes comer postre hasta que te hayas comido todas las verduras.” Creen que están haciendo algo bueno porque están consiguiendo que el niño coma verduras.

Pero el mensaje que oye el niño es muy diferente. Él/ella oye: “Tienes que comerte las verduras ‘malas’ para poder comer el postre ‘bueno.’” No queremos que el niño crea que ningún alimento es “malo.”

A medida que su hijo/a crezca, tendrá más control sobre lo que come. Si decide comer alimentos de “premio” con mucha azúcar y mucha grasa, no comerá los alimentos que son mejores para su salud.

Entonces, ¿qué pueden hacer los padres? No use ningún alimento — ni siquiera alimentos nutritivos — para forzar o para premiar. Ofrezcale a su hijo/a una variedad de alimentos y déjelo/a que decida cuánto quiere comer. Si la familia se sirve postre, ofrezcale al niño una porción de tamaño infantil sin importar cuánto haya comido del resto de la comida. Usted puede ofrecer un postre sano como fruta o un helado de jugo de fruta.

Premie a su hijo/a con abrazos, besos y palabras para animarlo/a.

Trate de decir algo así: “Te portaste bien en la zapatería. ¡Eso me hizo sentir tan feliz!” Este es un premio mejor que los dulces. Este premio le ayuda al niño a sentirse bien consigo mismo.



Cómo aprender la diferencia entre el bien y el mal

¿Qué es bueno y qué es malo para un niño pequeño? Cary A. Buzzelli, un profesor de educación de la niñez, revisó las investigaciones sobre cómo aprenden los niños la diferencia entre el bien y el mal. El profesor Buzzelli observa que, en los niños pequeños, hay dos áreas de aprendizaje que conducen a un desarrollo moral sano.

Para el segundo año de vida, los niños empiezan a:

1. **Comprender algunos reglamentos y normas** de su mundo social — lo que comúnmente se llama la conducta “correcta.”
2. **Aprender que otras personas tienen sentimientos, también.** A la temprana edad de 2 años, los niños tratan de consolar a otro niño que está descontento.

Cómo ayudarles a los niños a aprender la diferencia entre el bien y el mal:

- ♥ **Observe, anime y desarrolle...**
 - su preocupación natural por la angustia de otras personas y
 - su comprensión gradual de los reglamentos sociales.
- ♥ **Establezca normas claras para la conducta apropiada.** Dígale al niño cómo espera usted que se porte. Los reglamentos no deben ser ni demasiado estrictos ni deben darle demasiada libertad.
- ♥ **Explíquelo al niño...**
 - cómo se sienten otras personas como resultado de sus acciones. Por ejemplo: “Cuando le tiras el pelo, le duele. Por eso llora.”
 - cómo puede el niño ayudar con acciones buenas. Por ejemplo: “Cuando le tomas la mano, tiene menos miedo. Eso lo ayuda.”

Sea bueno/a consigo mismo/a: Cuando siente mucha tensión

El estrés causa incomodidad. A largo plazo, el estrés puede causar daño físico. A corto plazo, usted puede tener dolores de cabeza, tensión muscular, dolor de espalda o rigidez del cuello. A veces el estrés impide respirar bien y el cuerpo no recibe suficiente oxígeno.

Estos son algunos ejercicios que usted puede hacer para aliviar los efectos físicos del estrés:

- ♥ **La respiración profunda** puede ayudarlo/a a sentirse mejor y puede darle una especie de “descanso” para que pueda enfrentarse con lo que está causando el estrés. Cierre los ojos y siéntese derecho/a. Respire lenta y profundamente. Cuente mentalmente hasta dos. Contenga el aire mientras cuenta hasta tres y exhale lentamente. Repita esta respiración lenta y profunda por 5 a 10 minutos. Para hacerlo más agradable, tómese una breve vacación mental a su lugar favorito.
- ♥ **El alzar los hombros.** Trate de alzar los hombros hasta las orejas. Manténgalos así por unos segundos y luego bájelos. Repita.
- ♥ **Círculos con los hombros.** Haga rotar los hombros hacia delante y hacia atrás, uno a la vez, y luego al mismo tiempo.
- ♥ **El hacer girar la cabeza.** Relaje los hombros. Haga girar la cabeza lentamente hacia la derecha, mirando sobre el hombro derecho. Manténgase así por unos segundos. Luego haga girar la cabeza lentamente hacia la izquierda, mirando sobre el hombro izquierdo. Manténgase así por unos segundos. Repita unas pocas veces.

Cuando sus músculos están adoloridos, pero no tiene tiempo para ir a nadar o a caminar, pruebe estos ejercicios donde esté. Asegúrese de **seguir respirando profundamente** durante el ejercicio.

Dele alternativas a su niño pequeño

Los niños pequeños tienen un impulso natural hacia la independencia. Por lo tanto es posible que emerjan conflictos cuando usted les pida que hagan algo o que dejen de hacer algo. ¿Qué puede hacer usted? ¡Darles alternativas!

El darle alternativas a su hijo/a le da la oportunidad de participar en lo que está pasando y por lo tanto, él se siente más independiente. También es posible que prevenga los conflictos. Por ejemplo, si usted quiere que su hijo/a se ponga un suéter porque hace frío afuera, usted podría decir: “¿Quieres ponerte el suéter rojo o el azul?”

Ofrezca alternativas que se parezcan a lo que está haciendo el niño. Por ejemplo, si está trepándose en la mesa de centro, usted podría decir, “La mesa de centro no es para trepar. Te podrías hacer daño. Te gustaría trepar en el sofá o en tu tobogán? El darle dos alternativas al niño le hace saber lo que se le permite hacer. Esto es más eficaz que decir: “Anda a buscar otra cosa que hacer.”

Cuando dé alternativas, recuerde de expresarse claramente. Si usted pregunta: “¿Quieres tomar una siesta?” el niño probablemente dirá que no. Si esto es algo que el niño necesita hacer, no le dé una alternativa. En cambio diga algo como, “¿Te gustaría llevar tu osito de peluche o tu perrito de peluche a dormir contigo?”

La ayuda positiva desarrolla la autoestima.

Todos queremos que nuestros niños crezcan sabiendo que son capaces y que merecen amor. Una de las habilidades más difíciles y más importantes que tienen que aprender los padres es cómo enseñarles a sus niños usando métodos que controlen la conducta inapropiada, pero que los hagan sentirse bien consigo mismos.

Esto es difícil si usted está enojado/a o molesto/a porque el niño está causando un problema. En estas ocasiones, se necesita práctica y mucha paciencia para no criticar ni acusar. El niño pequeño que es constantemente criticado puede llegar a sentirse desesperanzado y puede dejar de tratar de cooperar.

Cuando su hijo/a se porta mal, necesita ayuda positiva en vez de críticas. La **ayuda positiva** lo/a hace sentir que usted lo/a ama y le hace saber que puede aprender a mejorar. Las críticas tienen el efecto contrario.

Ponga atención a lo que usted dice. Trate de usar la ayuda positiva en vez de la crítica.

Evite estas críticas destructivas:

- ✗ Yo sabía lo que iba a pasar si te dejaba hacerlo solo/a.
- ✗ ¿No puedes hacer nada correctamente?
- ✗ Te estás portando como un niño malcriado.
- ✗ ¿Nunca vas a aprender?
- ✗ ¿Por qué se te caen las cosas todo el tiempo?
- ✗ Nunca recoges tu ropa.
- ✗ ¿No te das cuenta que eso es peligroso?

En cambio, use la ayuda positiva:

- ♥ Aquí está la esponja. Te ayudaré a limpiarlo.
- ♥ Eso es difícil de hacer. Déjame hacerlo contigo.
- ♥ Estoy orgulloso de que trates de hacer eso. La próxima vez sujétalo con las dos manos y quizás no se caerá.
- ♥ A veces es difícil esperar. Coloreemos hasta que esté lista la cena.
- ♥ La próxima vez acuérdate de sujetar firmemente el vaso. Ahora, cambiemos tu ropa.
- ♥ Yo sujeto el canasto y tú pones la ropa sucia adentro.
- ♥ Eso es peligroso. Te podrías caer. Deja que te tome de la mano.



Derechos de autor © 2013 Consejo de Regentes del Sistema de la Universidad de Wisconsin en nombre de la División de Extensión Cooperativa de la Universidad de Wisconsin-Extensión. Todos los derechos reservados.

Autores: Jill Steinberg, especialista instruccional, University of Wisconsin-Madison (Universidad de Wisconsin-Madison); David Riley, profesor, Human Development and Family Studies (Estudios del Desarrollo Humano y la Familia), UW-Madison, y especialista en desarrollo infantil, UW-Extension; Dorian Schatell, escritor técnico, Madison, WI; Susan Nitzke, profesora, Nutritional Sciences (Ciencias de la Nutrición), UW-Madison y UW-Extension; y Carol Ostergren, especialista de alcance, UW-Madison y UW-Extension. Ilustraciones de Nancy Lynch. Las publicaciones de la Extensión Cooperativa están sujetas a evaluación externa por sus pares.

Algunos artículos han sido adaptados con el permiso de otras publicaciones de Cooperative Extension.

Consejo asesor: Mary Bradley, especialista sobre la madre y el niño, Public Health Office, Madison, WI; Stan Englander, pediatra, All-Saints-Kurten Medical Group; Mary Roach, psicóloga infantil, UW-Madison; Susan Uttech, especialista certificada en educación sobre la salud, Maternal and Child Health Section, Wisconsin Department of Health and Family Services Bureau of Public Health; y Family Living Programs Parenting Education Team, UW-Extension.

Extensión Cooperativa de la Universidad de Wisconsin-Extensión, en cooperación con el Departamento de Agricultura de EE.UU. y los condados de Wisconsin, publica esta información para avanzar el propósito de las leyes del Congreso del 8 de mayo y del 30 de junio de 1914. La Universidad de Wisconsin-Extensión, un empleador con igualdad de oportunidades y acción afirmativa (EEO/AA), proporciona igualdad de oportunidades en empleo y programas, incluyendo los requisitos del Título IX y de la ley para Americanos con Discapacidades (ADA). Si usted necesita esta información en un formato alternativo, o si tiene preguntas sobre los derechos de autor, comuníquese con Cooperative Extension Publishing a 432 N. Lake St., Rm. 227, Madison, WI 53706; pubs@uwex.edu; o (608) 263-2770, TTY (Teléfono de texto): 711 Wisconsin Relay. Financiado en parte por federal Title V MCH Block Grant (una subvención global federal para salud materna e infantil del Título V) de Wisconsin Department of Health and Family Services Maternal and Child Health (MCH) Section (la Sección de Salud Materna e Infantil del Departamento de Salud y Servicios para la Familia de Wisconsin).

Esta publicación está disponible en inglés o en español en la oficina de la Extensión en el condado donde usted vive (www.uwex.edu/ces/cty) o en Cooperative Extension Publishing. Para hacer un pedido, llame gratis al 1-877-947-7827 o visite nuestro sitio web en learningstore.uwex.edu.

