

Nivel Medio

LA EDAD DEL 'NO'

Alrededor de los dos años y hasta los cuatro, o incluso los cinco, los niños y niñas viven una etapa típica de negación, también conocida como la Edad del NO. Muchas veces, esta fase de negación pone a prueba la paciencia de los padres y madres más comprensivos. Si lo que antes el niño o niña hacía de buena gana y con una sonrisa en la cara, ahora supone berrinches y peleas.



Es esencial tener claro aquí que las negativas constantes son una fase fundamental de su maduración y desarrollo evolutivo; y que, con esta actitud, su objetivo no es molestar a los padres o madres; sino que **afirmar su propia identidad**. En efecto, su negativa se debe a que ha comenzado a tener **conciencia de sí mismo como ser individual**; está aprendiendo a ser “independiente” y cree que, para reafirmarse, debe oponerse a todo lo que se le diga.

Dicho de otro modo, los niños y niñas descubren que tienen voluntad y su conducta será ejercerla cuanto sea posible; esto, unido al hecho que aún tienen poca conciencia de cómo sus decisiones afectan a los demás y les cuesta mucho ceder.

Para que esta etapa del “no” siga su curso natural y desaparezca con el tiempo, es importante tener en cuenta las siguientes sugerencias:

- **Tener normas claras y estables respecto del funcionamiento y convivencia en el hogar**

El niño y niña necesitan desenvolverse en un marco de estabilidad, conociendo las rutinas y expectativas de comportamiento que se tienen sobre él o ella, y para esto es necesario que los padres y madres conversen con sus hijos e hijas respecto de las normas básicas a respetar en la familia, que hayan sido creadas y consensuadas de manera conjunta. Junto con marcar estos límites esenciales, será necesario generar en todo momento oportunidades para que los niños y niñas puedan avanzar en su autonomía, promoviendo que sean protagonistas de elecciones, decisiones y acciones. Es recomendable que las indicaciones y solicitudes que se planteen a los niños y niñas sean cortas, claras y directas, evitando dar varias instrucciones al mismo tiempo, como, por ejemplo: “ponte las zapatillas, lávate las manos y luego tómate el jugo”.



Nivel Medio

- **Permitir al niño y niña la expresión del “no”**

Los niños y niñas no sólo tienen derecho a decir no; es bueno y necesario que aprendan a hacerlo, para fortalecer progresivamente su autoconfianza y seguridad en sí mismos. Por lo tanto, es importante permitirles expresar su resistencia, y luego evaluar si es posible y aconsejable ceder a su deseo. En la medida en que el niño y niña se sientan escuchados y respetados en sus necesidades y deseos, aprenderán a escuchar y respetar.

En este sentido es importante revisar qué tantos “no” estamos planteando a los niños y niñas, ya que muchas veces se tiende a utilizar el “no” casi automáticamente, como un acto reflejo, sin pensar realmente si es razonable lo que el niño o niña está pidiendo. Además, es necesario recordar que lo que puede ser negativo o peligroso para el niño o niña a una edad, ya no lo es cuando es más grande. Es bueno que aprenda y quiera hacer cosas él solo, por lo que quizá ese “no” puede ser cambiado por un “sí, pero papá irá contigo para ayudarte si lo necesitas”.

- **Ofrecerles la posibilidad de elegir entre opciones**

Es relevante ofrecer al niño y niña opciones de conducta frente a una situación, en vez de plantearle una sola posibilidad. Con dos elecciones a esta edad será suficiente y eso evitará potenciales conflictos. Por ejemplo: “¿Qué prefieres ponerte, el abrigo rojo o el azul con capucha?” De esta manera, se deja claro de una manera asertiva que no existe la posibilidad de ir sin abrigo, pero, a la vez, se le muestra que sí puede elegir dentro de un cierto rango. También es positivo dejarle tiempo para reflexionar cuando diga que no a algo que uno sabe que en el fondo sí le gustaría hacer. Por ejemplo: “Si no vamos al parque, no podrás subirte al columpio”.

- **Ampliarles su vocabulario**

Un motivo que puede contribuir a que el niño o niña diga con mucha frecuencia No es que su vocabulario sea limitado y conozca pocas palabras. Aquí será recomendable ayudarle a ampliar y enriquecer su vocabulario, modelándole el uso de palabras que están entre el no y el sí: “puede ser, quizás, a lo mejor”. Los niños y niñas hacen lo que ven y el adulto es un importante modelo.

- **Plantearles las solicitudes en positivo**



Nivel Medio

Muchas veces será más útil solicitar al niño o niña la conducta que uno desea que manifieste, en vez de señalarle lo que está “haciendo mal”. Por ejemplo: en vez de decirle “No veas tan de cerca la televisión”, puede plantearsele “¿Por qué no te vienes a sentar aquí conmigo?”. Lo primero es una instrucción, y el niño o niña puede que reaccione tratando de autoafirmarse. Lo segundo, al ser una instrucción “disfrazada” de sugerencia, no tendrá una connotación negativa que pueda generar resistencia al niño o niña.

- **No perder la calma ante rabietas del niño o niña**

Habrán momentos en que el niño o niña no logre lo que desea y reaccionará con rabia, llanto, etc. Frente a esto es importante mantenerse firmes, tranquilos y no ceder a sus deseos, porque esa será la mejor forma de ayudarlo a superar su rabieta. Lo indicado será esperar a que se le pase y luego dialogar con él/ella, tratándole con cariño.

Pequeños niveles de frustración son recomendables porque consiguen que el niño y niña aprendan a diferenciar entre el deseo y la realidad, algo fundamental para enfrentarse al mundo el día de mañana.

Hacer siempre lo que quiere no ayuda al niño o niña a crecer; al contrario, ello afectará su capacidad de autorregulación emocional y empatía; y le generará inseguridad y ansiedad.

- **Darle atención a sus “Sí”**

Es muy importante centrarse en las conductas positivas que hace el niño o niña, felicitándolo/a o elogiándolo/a, en vez de retarlo por las conductas negativas. Por ejemplo: “¡Qué bueno que hiciste esto, muchas gracias!”, “Me encanta que hayas querido salir conmigo”. El reconocimiento de una conducta hará que se mantenga en otras ocasiones.

Relacionado con este tema de la Edad del NO, recomendamos:

- [Cuento ¡Si quiero! \(Claudia Bielinski\)](#)

<https://www.youtube.com › watch>

- [Manejo respetuoso de las pataletas | Chile Crece Contigo](#)

www.crececontigo.gob.cl › tema › manejo-respetuoso-de-las-pataletas