

## Enfóquese en “haz” en lugar de “no hagas”

Los niños desean y necesitan conocer sus límites. Cuando le da a los niños límites claros, ellos aprenden rápidamente "las reglas del juego". Los límites claros les indican a los niños exactamente lo que se espera de ellos. Esto los ayuda a tomar responsabilidad por sus propias decisiones y reduce la probabilidad de que se porten mal.

Como padre, es importante explicar claramente sus expectativas. Un límite debe decirle a su niño lo *que se espera, cuándo, y qué tan bien tiene que hacerlo*. Decida exactamente lo que usted quiere que su niño de edad preescolar haga antes de darle instrucciones. Dígale a su niño en palabras sencillas lo que usted quiere. Tenga presente que los niños pequeños no pueden recordar una lista larga de instrucciones.

Si una madre le dice su niño de edad preescolar, "Cada noche, después que terminamos de cenar, debes llevar tu plato, vaso y cubiertos al fregadero", el niño sabe exactamente lo que debe hacer. Por lo contrario, "Limpia todo después de la cena", es muy amplio. El niño no sabe realmente lo que se espera.

### Acentúe lo Positivo

Los niños tienden a aprender mejor los límites si los padres acentúan lo positivo. Un padre debe decirle a un niño lo que *sí* debe hacer en lugar de lo que *no* debe hacer. Una niña que oye decir a su padre, "¡Elsa, juega en el jardín, no en la calle!" tiene una comprensión de sus límites y oportunidades. Si él sólo le dice, "¡No vayas a la calle!" la niña no tiene una idea tan clara de lo que debe hacer. O un padre quizás diga, "Hay muchas cosas que se quiebran en esta tienda así que por favor camina con cuidado manteniendo las manos cerca de ti misma". Esto es más agradable y más útil que, "No rompas nada".

### Evite lo negativo

Si lo que decimos está cargado con palabras negativas (no, no hagas, detente, deja de hacer eso, para, cállate), nuestros niños pueden decidir que no es muy divertido escucharnos y nos pueden ignorar.

Cuando los niños oyen muchas palabras negativas, el significado de esas palabras se debilita. Por ejemplo, suponga que un niño de edad preescolar oye: "No toques la taza. No toques la mesa de la sala. No juegues con la radio. No vayas cerca de la estufa". El niño quizás decida que es peligroso tocarlo todo y puede comportarse pasivamente y dejar de interesarse por explorar y aprender. O el niño puede decidir que los adultos sólo dicen que no y que la manera de tratar con ellos es tocar cuantas cosas puedan antes de que realmente se enojen. El niño no puede saber que el "no toques" refiriéndose a la taza de café humeante es más importante que el "no toques" refiriéndose a tocar la mesa de la sala. Si usted limita el uso de palabras negativas fuertes a situaciones de gran importancia, es más probable que su niño de edad preescolar las escuche y obedezca.

### Cómo manejar las emociones

El imponer límites positivos es de especial importancia para ayudar a los niños a manejar sus emociones. Cuando los niños se enojan y actúan destructivamente, los padres probablemente piensan primero en los límites negativos: "¡No golpees a tu hermano!" "¡No me hables de esa forma!" "¡No tires las cosas!" En lugar de hacer eso, dígale a su niño lo que espera que él *haga* y cómo manejar la ira. En lugar de decirle "No hagas", un padre quizás pueda decirle, "¡Cuando te enojas, *dime* cómo te sientes - dime que estás enojado!" Este límite le ofrece claramente al niño una forma de manejar la ira.

### Use más “haz” que “no hagas”

Dígale a su niño lo que debe hacer en lugar de lo que no debe hacer. Usar “Haz” en lugar de “No hagas” puede ser difícil si usted no tiene ese hábito. Requiere de pensamiento y práctica. Sin embargo, la mejora en su relación con su niño hará que el esfuerzo valga la pena.

Trate a su niño con la misma consideración que tiene cuando usted les habla a sus amigos. Las comunicaciones positivas marcan el camino para las relaciones excelentes.

Las palabras "No hagas" prohíben una conducta, pero no enseñan a un niño la manera correcta de hacer las cosas. Lo que es peor, pueden llevar a una relación negativa entre el padre y el niño, una relación que parece estar siempre enfocada en lo que el niño hace mal. Decir "Haz" en lugar de "No hagas" puede ser el remedio.

Hay dos tipos diferentes de “haz” – el haz de enseñanza y el haz de reorientación.

El haz de enseñanza le da instrucciones a su niño. Use este mensaje de “haz” para enseñarle a su niño lo que debe hacer.

El haz de reorientación puede ser utilizado para distraer a su niño. En lugar de decir "No hagas" a la actividad actual, preséntele a su niño otra actividad que usted encuentre aceptable.

Use frases de "haz" para hacer que los mensajes a su niño de edad preescolar sean claros y positivos. Examine sus límites. ¿Son claros? ¿Entenderá su niño lo que se espera? ¿Son positivos? ¿Sabrá su niño lo que debe hacer así como lo que no debe hacer?

Fuentes:

Amor y Límites: Cómo criar niños con sentido común.

Servicios de Extensión de la Universidad de Minnesota. 1993.

Dave Riley, UW-Madison/Extensión, Especialista de Extensión en Desarrollo Infantil. Presentación en un Entrenamiento para Líderes del Grupo de Apoyo para Padres. 1994.

#### Ejemplos de enseñanza

##### No hagas

No arrastres tu chaqueta.

No cierres de golpe la puerta.

##### Haz

Sujeta tu chaqueta de esta manera para que no toque el suelo..

Por favor cierra la puerta suavemente.

#### Ejemplos de reorientación

##### No hagas

No toques la lámpara.

No colorees en mi revista.

##### Haz

Aquí tienes, juega con esto.

Mejor colorea en este papel.

#### Ejemplos de práctica

Cambia cada oración de “no hagas” a una de “haz”

##### Cambia esta...

No tires arena en el pasto.

No derrames tu jugo.

No estaciones tu bicicleta ahí.

No aprietes al gatito.

No corras en la tienda.

No hables con la boca llena.

##### ...a esta

Deja la arena en el cajón de arena.

---

---

---

---

Autor: Joan E. LeFebvre, Profesora, Departamento de Desarrollo Familiar, Universidad de Wisconsin-Extensión

Revisado por: Steve Small, Especialista de Extensión, Vida Familiar, UW-Madison

Composición: Penny Otte, Asistente de Programas III, Oficina del Área de Vida Familiar, Condado de Vilas

Para mayor información acerca de la crianza y el desarrollo de los niños comuníquese con: JOAN E. LEFEBVRE, Agente de Vida Familiar del Área, Universidad de Wisconsin-Extensión, Calle Court, número 330, Courthouse, Eagle River WI 54521, 715-479-3653, FAX 715-479-3605, Correo electrónico:

[joan.lefebvre@ces.uwex.edu](mailto:joan.lefebvre@ces.uwex.edu)

diciembre, 1996

Actualizado agosto, 1997