

# Transiciones



A los niños pequeños les es difícil pasar de una cosa a otra. A esta edad, los niños a menudo están concentrados en el momento actual. Esto hace que les sea difícil cambiar a otra cosa. Aunque estén entusiasmados con lo que pasará después, ¡todavía podrían resistirse! Actúan de esta manera porque sus cerebros son inmaduros y están creciendo, no porque están tratando de ser difíciles o de hacer que usted disminuya su ritmo.

## ALGUNAS MANERAS DE AYUDAR A FACILITAR LAS TRANSICIONES PARA USTED Y SU HIJO:

**Dele tiempo para prepararse.** Dígale a su hijo que usted va a guardar los juguetes en 10 minutos, luego en 5 minutos, luego en 2 minutos. Esto le ayuda a saber que el cambio está llegando, aunque no entienda el tiempo. Es probable que no le guste, pero con el tiempo aprenderá a adaptarse.

**Planee para una demora.** Prepárese para que las cosas vayan bien. Dedique una parte de su horario diario a las transiciones porque estas llevan tiempo.

### Comuníquese claramente y al nivel de su hijo.

Su hijo podría estar tan ocupado con lo que está haciendo que es posible que no oiga sus palabras. Trate de bajar a su nivel y mirarlo a los ojos. Luego use un lenguaje sencillo para decirle que pronto será hora de pasar a otra cosa. A veces una mano suave en su hombro o un gesto puede captar su atención.

**Pruebe usar un reloj marcador.** Algunos niños responden bien a un reloj marcador. De esa manera no es usted quien dice que tiene que dejar de jugar. ¡Siempre puede decir usted que fue el reloj!

**Tenga una muñeca o un animal de peluche que le ayude.** Su hijo podría hacer más fácil la transición con un amigo o una mantita ("blankie") que lleve consigo (vea el artículo *Objetos favoritos, ositos de peluche y mantitas*).



**Establezca un ritual.** A veces una rutina o una canción especial puede ser parte de las transiciones diarias. Podrían tener una canción para “ir a desayunar” o un baile para “entrar al coche”. También podría darle a su hijo una pequeña tarea para ayudarlo a pasar de una cosa a otra. Tal vez podría alzarle siempre para apagar las luces antes de salir de la casa.

**Ofrezca opciones.** Permita que su hijo tenga opciones cuando sea posible. Pregúntele: “¿Quieres ponerte la camisa azul o la verde?” También puede inventar una opción si a su hijo parece gustarle eso. Por ejemplo, puede escoger cuál pedazo de pan poner en la tostadora. Trate de no hacer preguntas en las que no hay una opción, como: “¿Quieres entrar al coche ahora?” porque la respuesta podría ser: “¡No!”

**Haga que sea un juego o una carrera.** Una competencia agradable con su hijo puede ser motivadora (pero las carreras entre hermanos pueden ser contraproducentes). Esto es especialmente divertido si usted finge hacer las cosas mal. Diga: “¡Vamos a ver quién se puede poner los zapatos primero!” Luego ponga usted sus manos en sus zapatos y diga: “¡Gané!” Una vez que su hijo esté riéndose, usted puede ayudarlo rápidamente a ponerse los zapatos.

**Evite las amenazas.** ¡Las amenazas pueden hacer que algunos niños se vuelvan más tercos todavía! A menudo los niños pequeños quieren “hacerlo yo mismo”. Su impulso de ser independientes puede causar que se planten cuando se sienten amenazados. Haga a un lado la lucha de poder con una o más de las opciones anteriores.

ESCANEE PARA OBTENER  
MÁS INFORMACIÓN

