

## Quiero hacerlo a mi manera

**E**s parte del crecimiento que quiera tomar más decisiones en mi vida. A veces, mi deseo de independencia te vuelve loco. Pero experimentar cosas nuevas y hacer elecciones forman parte del crecimiento.

Cuando me dices todo el tiempo lo que debo hacer y no me dejas tomar decisiones, me siento frustrado. Por ejemplo, déjame elegir qué camiseta vestir.

### Lo que quiero que sepas

Entre el año y medio y los tres años de edad, me tomaré mi crecimiento en serio. Probablemente, de repente, me niegue a bañarme, vestirme, comer, ponerme un abrigo o ir a la cama. Quizá parezca que digo "¡NO!" todo el tiempo. Quizá pienses que soy un niño malcriado.



Que lleve la contraria o sea independiente no significa que sea un mal niño. Estoy haciendo exactamente lo que debo hacer en esta etapa de mi vida: aprender a tomar decisiones.

## **Así es cómo puedes ayudarme**

No te enojés conmigo ni me castigues por decir "no." Eso no ayudará. Hay muchas cosas que puedes hacer para ayudar.

*Puedes deshacerte de las reglas que no importan demasiado.* A veces quizá quiera vestir prendas que no combinan. También estará bien si me ensucio de vez en cuando.

*Puedes darme muchas oportunidades para tomar decisiones.* Quizá puedas dejarme elegir qué vegetal comer en la cena.

Dime las cosas que puedo hacer, en lugar de las que no puedo hacer. En lugar de decirme que deje a mi hermano tranquilo, puedes pedirme que te ayude de alguna manera.

*Puedes utilizar la distracción o el humor para evitar una batalla.* Si estoy peleando con mi hermana puedes pedirme que te ayude a preparar la cena en lugar de gritarme para que me detenga. O, si hay que alimentar al perro, puedes decir en broma: "Fido me dijo que está muerto de hambre."

Dame tiempo para pasar de una actividad a la otra. Quizá puedas darme una advertencia de cinco minutos antes de que deba entrar a la casa y dejar de jugar.

*Muestra interés en mis necesidades y preferencias.* Por ejemplo, podrías dejarme elegir el libro que leemos antes de ir a dormir o la fruta que compramos en el supermercado.

Gracias por ayudarme a convertirme en un adulto comprensivo y capaz .