



Cómo enseñar a su hijo a cooperar con sus pedidos

¿Reconoce esta historia?

A Kevin y Chelisa les parece que ya no pueden más. Constantemente deben recordar a sus tres hijos que recojan los juguetes, que jueguen con cortesía y que ayuden con los quehaceres. Les gustaría mucho que sus hijos, de 6, 4 y 3 años de edad, cooperaran con sus pedidos. Pero a menudo les parece que los tres están descontrolados y no quieren cooperar. Corren dentro de la casa, dejan juguetes en el piso y se niegan a quedarse sentados a la mesa para las comidas. Muchas veces, cuando los niños no acatan las reglas, se producen como resultado gritos, frustración y lágrimas. Hace poco Kevin y Chelisa han dejado de pedir que sus hijos acaten las reglas, ya que simplemente es demasiado difícil lograr que cooperen.

El enfoque

Los niños pequeños pueden aprender a hacer lo que los adultos esperan que hagan, incluyendo los quehaceres simples, si las expectativas son apropiadas para su edad y se las enseñan. A continuación presentamos información sobre lo que usted puede esperar de su hijo de edad preescolar y algunos consejos para ayudar al niño a aprender y cooperar con sus pedidos.



© Sean Locke

Lo que se puede esperar

Muchos niños de 3 años pueden...

- Guardar la ropa sucia
- Guardar juguetes o libros
- Guardar la ropa limpia
- Guardar sus zapatos
- Poner trastes no quebradizos en el fregadero
- Limpiar la mesa con una esponja
- Echar basura al cubo de basura
- Poner servilletas en la mesa
- Lavarse las manos sin ayuda

Muchos niños de 4 años pueden...

- Recoger juguetes cuando se les pide hacerlo
- Guardar la ropa limpia
- Vestirse sin ayuda
- Desvestirse y poner la ropa en su lugar
- Lavarse en la bañera
- Cepillarse los dientes sin ayuda
- Poner utensilios para comer en la mesa
 - Poner comida seca para mascotas en un tazón
 - Guardar los juguetes para jugar afuera

Muchos niños de 5 años pueden...

- Recordar y repetir las reglas de la casa
- Pedir permiso a los adultos para hacer actividades
- Seguir reglas y rutinas establecidas sin que se les pida hacerlo (por ej., lavarse las manos antes de comer, guardar los juguetes antes de acostarse)
- Hacer quehaceres simples sin ayuda (por ej., dar de comer a una mascota, recoger las cartas del buzón, hacer la cama)
- Ayudar a un adulto con quehaceres más complejos (por ej., regar plantas, doblar la ropa limpia, lavar los trastes, sacar el polvo)
- Cuidar de sí mismo sin ayuda en la mayoría de las actividades de autocuidado

Los niños que tienen discapacidades pueden necesitar ayuda especial para satisfacer estas expectativas. Usted tal vez quiera hacer lo siguiente:

- Hacer que su hijo haga solo una parte de la tarea, para que usted complete la parte en que encuentra más dificultades
- Ofrecer a su hijo ayuda para que pueda completar la tarea
- Dar instrucciones de maneras diferentes (por ej., usando un dibujo o un gesto) para que su hijo comprenda lo que se le pide

TeCómo enseñar a su hijo a hacer quehaceres simples

¿Le sorprende que niños pequeños puedan manejar tantas actividades y responsabilidades diferentes? ¿Le interesa lograr que su hijo sepa hacer más cosas en forma independiente? Si usted quiere que su hijo tenga una habilidad o sepa hacer algo, *tiene que enseñarle lo que debe hacer*. Realmente no es tan complicado como pueda parecer. Para enseñar a su hijo o hija a hacer una tarea, siga los siguientes pasos:

1. Diga claramente lo que quiere que su hijo haga. Por ejemplo, si usted quiere que su hijo eche una servilleta a la basura, podría decirle: “Andrés, ve y pon tu servilleta en el cubo de la basura”. A veces los padres y madres no describen muy claramente lo que esperan. Por ejemplo, podrían preguntar: “¿Dónde se pone eso?”, o decir: “No eches tu basura al fregadero”. Estas instrucciones no le comunican al niño precisamente lo que se espera, de modo que tal vez no produzcan el comportamiento deseado.



© Maria Bibikova

2. Si su hijo no parece estar seguro sobre lo que se espera o no entiende la instrucción, dígale después de darle la instrucción: “Déjame mostrarte cómo hacerlo” (usando un tono de voz suave y paciente) y ofrezca a su hijo la cantidad mínima de ayuda que necesita para hacer la tarea.
3. Cuando su hijo intenta hacer la tarea o acata el pedido, encomie su esfuerzo inmediatamente. Se le podría decir: “¡Mira! Qué niño grande eres. Puedes echar la basura al cubo”. La clave es dar el encomio con entusiasmo y decir específicamente lo que hizo su hijo.
4. No se extrañe si la primera vez que su hijo intenta hacer algo nuevo (por ej., poner los utensilios para comer en la mesa, las medias en el cajón o los juguetes en el estante), sus esfuerzos no son como se podría desear (por ej., si los utensilios para comer están fuera de su lugar o las medias están un poco desarregladas). Cuando su hijo aprende por primera vez a hacer una tarea, es muy importante alentar sus intentos. Si usted desanima o reprende a su hijo ya que no hizo todo correctamente, el niño podría tener menos entusiasmo para volver a intentar la tarea.
5. Su hijo tal vez necesite practicar la tarea o habilidad nueva antes de que pueda hacerla sin ayuda. Si la tarea es complicada y usted ha mostrado a su hijo cómo hacerlo (por ej., guardar los juguetes en el estante), puede ser buena idea

evitar el mostrarle cómo hacerlo y simplemente darle instrucciones verbales. Recuerde que al dar instrucciones, se necesita describir exactamente lo que quiere que su hijo haga (por ej., recoger los bloques y echarlos al cubo), y responder con encomio cuando el niño complete la tarea.

¿Por qué a veces se rehúsan a cooperar?

Los niños preescolares aprenden cómo expresarse y relacionarse con otros. Cuando no cooperan, no se trata siempre de una negativa deliberada a acatar sus instrucciones, sino que puede deberse a otras razones. Por ejemplo, tal vez su hijo...

- Necesita una advertencia de que usted espera que deje de hacer lo que estaba haciendo para acatar su pedido
- Está pensando en otra cosa y no escucha el pedido
- No entiende claramente lo que usted quiere

- Está más acostumbrado a recibir atención negativa (por ej., se le grita o regaña) y puede rehusarse a obedecer para llamar esa clase de atención

Al pensar sobre por qué su hijo tal vez no le hace caso, usted puede determinar lo que debería hacer luego. Por ejemplo, puede ser necesario dar a su hijo una advertencia antes de pedir que haga algo. Si su hijo tiene una discapacidad o retraso en el lenguaje, puede ser necesario darle un indicio concreto para mostrarle lo que quiere que haga (por ej., darle el cepillo de dientes para indicarle que es hora de cepillarse los dientes). Tal vez usted necesite agacharse para ponerse al nivel de su hijo y llamar su atención (por ej., mirar a su hijo a los ojos o tocarlo suavemente) antes de pedirle algo. Si su hijo busca la atención negativa –es decir, si se porta mal para llamar la atención sobre sí mismo–, usted puede pasar por alto lo que ha hecho mal, sin regañar a su hijo ni hablarle, para luego encomiarlo cuando hace algo apropiado.

¿Qué hacer cuando los niños rehúsan acatar las instrucciones o los pedidos?

Cuando los niños son muy pequeños, a menudo tienen entusiasmo para aprender a hacer quehaceres simples y gozan haciéndolos. También gozan recibiendo su encomio y atención, y el darse cuenta que pueden lograr cosas como ‘niño grande’ o ‘niña grande’. Es importante reconocer que una vez que el niño puede hacer la actividad sin ayuda, tal vez sienta menos motivación para completar la tarea habitualmente. (En realidad, ¿a cuántos adultos nos encanta hacer la cama?) En tales momentos, tenga en cuenta que su encomio y atención pueden surtir mucho efecto para conseguir la cooperación de su hijo. Si el niño parece estar renuente para hacer una tarea que puede completar sin ayuda, ponga a prueba los siguientes pasos:

1. Acérquese a su hijo, agáchese para ponerse al nivel de sus ojos y vuelva a darle la instrucción. Dígale exactamente lo que espera usando tonos tranquilos y firmes. (por ej., “Pablo, recoge tus juguetes y ponlos en el estante”).
2. Si su hijo se resiste o rehúsa hacerlo, respire hondo (para mantenerse tranquilo) y piense por qué el niño puede rehusarse. Después de examinar la situación, se puede:



- Decir a un niño que está renuente a dejar de hacer algo: “Veo que quieres seguir jugando. Puedes jugar 3 minutos más. Yo pondré el reloj. Luego tienes que limpiar”.
 - Decir a un niño enojado: “Me estás diciendo que estás enojado y que no quieres limpiar. Los libros necesitan guardarse. Una vez que estés tranquilo, tendrás que recogerlos”. Luego espere hasta que su hijo esté tranquilo para volver a darle la instrucción.
 - Decir a un niño que es lento para empezar: “Yo te ayudaré a empezar. Yo recojo uno y luego recoge tú otro”.
 - Decir a un niño que tal vez no esté al tanto de la actividad divertida que se hará luego: “Cuando los libros estén en el estante, puedes bañarte con el jabón nuevo de burbujas que compramos hoy”.
 - Decir a un niño que quiere el control: “Tú puedes escoger. Puedes poner los vasos o los tenedores en la mesa. Tienes que ayudar a poner la mesa”.
 - Decir a un niño que siente poco entusiasmo por la tarea: “¡Vamos a correr una carrera contra el reloj! Yo pondré el reloj para ver si puedes terminar muy rápido”.
3. En cuanto su hijo empiece a acatar el pedido, responda y encomie. Al encomiar a su hijo, describa exactamente lo que está haciendo. Por ejemplo: “¡Muy bien! Estás recogiendo los libros. Me gusta la manera en que estás limpiando”.



El Centro sobre los Fundamentos Sociales y Emocionales del Aprendizaje Temprano



Oficina de Cuidado Infantil



Oficina de Head Start