



## Se Va Solo

**Categoría: Independencia**

### Comportamientos Relacionados

- Se niega a estar cerca
- Se va corriendo
- Se queda atrás

### Qué hacer:

**Hable consigo mismo.** Dígase a sí mismo, “No me gusta perder de vista a mi hija en los lugares públicos, pero puedo mantener la calma. Sé que puedo enseñarle a estar cerca y a salvo, particularmente mientras es una niña pequeña y preescolar.

**Empatía.** Dígase a sí mismo, “Yo creo entender por qué mi hija se va sola a donde quiera que vayamos. Ella es curiosa y no tiene miedo y ella quiere explorar su emocionante mundo. Yo lo entiendo.

**Enseñe.** Dígase a sí mismo, “Yo puedo ayudar a mi hija a aprender a quedarse cerca en lugares públicos para prevenir que ella se pierda o se lastime y para compartir los buenos tiempos conmigo cuando estamos juntas.

**Ponga atención.** Mantenga la mirada en su hija pequeña a todo momento. Si, su teléfono lo está llamando, pero eso puede esperar para tener su atención. No solamente el poner atención a donde su hija este y lo que está haciendo la mantendrá segura y va a prevenir que ella se vaya sola o a la piscina, también es una manera importante de crear una relación positiva y hacerle saber que a usted le importa.

**Utilice el asiento en el carrito de compras.** El asiento en el carrito de compras está ahí para la seguridad de los niños pequeños. Los asientos de los carritos de compras también están equipados con cinturones de seguridad para prevenir que los niños pequeños se paren o salgan del asiento.

**Establezca reglas.** Los niños necesitan reglas para guiarlos. Una regla para ir al supermercado, por ejemplo, diga, “Cuando estemos en el supermercado, la regla es mantener una mano en el carrito de compras en todo momento. ¡De esta forma, no te vas a perder!” Decida qué es lo más seguro para su hijo: O bien se sienta en el asiento con el cinturón de seguridad puesto o camina a junto al carrito, agarrándose de él para que usted sepa dónde está. Usted decide cuanta libertad su hijo pequeño puede manejar y a qué edad. ¿La meta? Mantenerlo seguro.

**Elogie el quedarse cerca.** Haga que quedarse cerca sea más atractivo al elogiar a su niña cada vez que lo haga. Diga, “Me gusta cómo te quedas en la entrada para el auto,” o “Estás siendo un buen comprador al quedarte cerca de mí.”

**Involucre a su hijo/a en la Actividad.** Es posible que su hija mayor no necesite que usted lo tome de la mano, o que agarre el carrito de compras, o ser empujada en una carriola mientras usted está afuera. Para ayudarla a que se quede cerca, deje que sostenga una botella de agua o la correa de el perro, si ella es capaz de esto. Esto la hará sentir como si fuera una parte importante de la aventura y sentirá menos tentación de deambular.

**Utilice reprimendas.** Cuando vea que su hija no se está quedando cerca, diga, “Por favor, quédate cerca. Quedarte cerca de mi te mantiene segura. Acuérdate de la regla de agarrar el carrito de compras.” Si repetidamente rompe su regla, replantee la reprimenda y detenga las compras hasta que ella pueda seguir su regla o sea lo suficientemente madura como para ir con usted sin la necesidad de que quede a su lado.

**Enseñe a su hijo/a a ir hacia usted.** Durante un tiempo neutral, tome su mano y diga, “Ven aquí, por favor.” Cuando ella vaya a usted, dele un abrazo, y diga, “Gracias por venir.” Practique esto para que ella aprenda que es bueno ir hacia usted cuando dice, “Ven aquí, por favor” cuando esté en un lugar público.

**Practique, practique, practique.** Cuando una regla se rompa, simplemente diga, “Lamento mucho que no hayas seguido la regla de quedarte cerca de mí. Cuando lleguemos a la casa, practicaremos la regla, para que yo sepa que puedes hacerlo.” A la mayoría de los niños no les gusta tomar tiempo para practicar, pero es una consecuencia que la enseña a su hijo lo que usted quiere que haga. En un momento neutral, practique enseñando a su hijo a ir hacia usted cuando se lo pida, o simule un carrito de compras y camine por la casa con ella agarrándolo, así como usted quiere que lo haga en el supermercado.

#### **Qué no hacer:**

**No cambie sus reglas bajo presión.** No cambie sus reglas de comportamiento público, incluso cuando su hijo empiece a gritar y berrear. Por ejemplo, si la regla es, “Quédate cerca del carrito de compra,” no deje que su niño pequeño deambule por la tienda, aunque él quiera hacerlo. Ser firme y consistente le dará a su hijo un sentido de seguridad. Incluso si sus restricciones ocasionan gritos y berridos, la red de seguridad que le proporciona le ayudará a sentirse protegida y a mantenerla a salvo en un territorio extraño.

**No haga amenazas que no haría.** Si usted sabe que tiene que continuar con su viaje de compras, no amenaces con irse a casa si su hijo no sigue sus reglas o si lloriquea o se queja. Hacer falsas promesas solamente le dice que no puede confiar en usted.

**No lleve a su hija de compras o al parque por periodos que no pueda tolerar.** Algunos niños pequeños pueden seguir la regla de mantenerse cerca por periodos de tiempo más prolongados que otros. Conozca a su hija. Una hora puede ser su límite, así que considere eso antes de salir de casa.

**No deje que su niño se pare en el carrito de compras.** Su hijo comenzará a resistirse a sentarse en el carrito de compras a medida que crezca. Él querrá pararse en el carro y hará que usted le de las cosas conforme llene el carrito. Dejarlo parar en el carro es peligroso y puede resultar en el caerse y el carro caer en su cabeza.

Los autores y la Fundación Crianza con Amor y Límites se deslindan de cualquier responsabilidad por consecuencias dañinas, pérdida, heridas, o daño asociado con el uso y aplicación de información o consejo contenido en estas recetas y en este sitio. Estos protocolos son guías clínicas que deben ser usadas en conjunto con el pensamiento crítico y el juicio crítico.

©2018 Fundación Crianza con Amor y Límites

## Mente S.E.T.

Los primeros 3 pasos para resolver problemas de comportamiento

### **Háblese a sí mismo**

Primero, cálmese.

### **Empatía**

Segundo, póngase en los zapatos de su hijo.

### **Enseñe**

Tercero, enséñele a su hijo lo que quiere que haga.

## Recordatorios Alentadores

### **Seré paciente.**

La paciencia es la clave. Mi hijo aprende a ser respetuoso al ser tratado respetuosamente.

### **Práctica, práctica, práctica.**

Mi hijo aprende practicando lo que quiero que aprenda. Seré un maestro constante.

### **Centraré los elogios en el comportamiento de mi hijo.**

Mi amor y aceptación por él es incondicional ... es su comportamiento lo que quiero cambiar.

### **Seré positivo**

Evitaré las luchas de poder manteniendo mi tono de voz positivo. Mi hijo y yo somos un equipo, trabajando hacia el mismo objetivo.

### **Nunca es demasiado tarde.**

Siempre puedo comenzar a enseñarle a un niño un nuevo comportamiento.

### **No es el fin del mundo si cometo un error de disciplina.**

No existe tal cosa como un padre perfecto. Voy a regresar al camino correcto con las soluciones de enseñanza en *Behavior Checker*.

©2018 Raised with Love and Limits Foundation

“Fundación Crianza con Amor y Límites”