

“Yo lo Hago Solo” Consejos para Ayudar a Su Hija Pequeña a Vestirse

Las niñas pequeñas están muy interesados en vestirse solos pero quizá no puedan conseguirlo solos. ¡También puede que estén más interesados en desvestirse que en vestirse! Cualquiera que sea su interés, vestirse puede ser un reto tanto para los padres como para la niña.

- **Elija ropa que se pueda poner fácilmente.** Normalmente, los pantalones de punto tipo sudadera (sweatpants) y las mallas (leggings) son más fáciles de poner que los tejanos (jeans) y los mamelucos (overalls). Elija ropa con espacios amplios para los brazos y el cuello. Las camisas y vestidos con pocos cierres resultan ideales. ¡¡El Velcro es fantástico!!
- **Dé opciones limitadas a su hija pequeña.** Deje que su hija pequeña elija entre dos o tres conjuntos que usted haya seleccionado. Las opciones reducidas resultan menos abrumadoras que un armario lleno de ropa del que elegir. Las opciones dan a las niñas algo de control y pueden evitar una batalla.
- **Dése tiempo.** El sentirse tenso y dar demasiada prisa a su niño pequeño puede ser peor. Intente tener tiempo extra por la mañana para que se vista. Tenga preparados algunos conjuntos la noche anterior.
- **Utilice una distracción.** ¡Cantar, decir rimas tontas, hablar sobre el día, abrazarse o besarse puede ayudar a distraer a su niña pequeña mientras le pone el último calcetín!
- **Convierta el vestirse en un juego.** Rete a su hijo a vestirse tan rápido como pueda. Utilice un reloj. Pretendan ser animales diferentes mientras se visten. Cuenten cuántos botones están abotonando. ¡Haga que sea divertido!
- **Aplauda y felicite a su hija.** ¡A las niñas pequeñas siempre les gusta oír con cuanto empeño han intentado algo y cuántas cosas saben hacer!

Para más información:

What to Expect the Toddler Years by Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, and Sandee Eisenberg Hathaway, 1996

Your Child at Play: One to Two Years by Marilyn Segal and Wendy Masi, 1998