

## Cómo evitar el bloqueo del desarrollo emocional de los niños



**Cuando un niño llega al mundo sus posibilidades de realización y de éxito tienen un techo infinitamente mayor que cuando han pasado varios años.**

Unos científicos estadounidenses descubrieron que un niño, desde que nace hasta los ocho años de edad, escucha la palabra "no" un promedio de 35 veces al día. Según va pasando el tiempo, estas continuas negaciones van limitando la capacidad de acción, investigación y creatividad de nuestros hijos.

### **Consecuencias de un continuo "no"**

Probablemente, muchos adultos de hoy, a partir de escuchar continuamente la palabra "no", acabamos por asumir que probar, jugar, arriesgarse o experimentar era algo negativo.

Esto no quiere decir que no tengamos que marcar límites a los niños; al contrario, los necesitan para adecuar su comportamiento, convivir con las demás y evitar posibles peligros.

Otra consecuencia del uso indiscriminado del "no" es su pérdida de eficacia. Si siempre decimos que no a todo, el "no" se convierte en una palabra neutra y pierde su sentido cuando realmente lo necesitamos.

**Si no queremos bloquear el desarrollo emocional de nuestros hijos debemos evitar el uso abusivo e indiscriminado del "no".**

Pensemos en la "técnica del pescador": no podemos aflojar siempre la caña, porque no pescaremos nada; tampoco podemos estirarla siempre, porque se nos romperá. Tenemos que tensar y soltar el hilo sucesivamente, muy atentos a la reacción de nuestro "pez".

Pescar es todo un arte y una lección de sabia oportunidad, pero lo es mucho más saber decir que no a nuestros hijos. En ambos casos, es cuestión de práctica y paciencia.

*Sentir y Pensar: Guía para las familias*, 1º EP. Madrid: SM (actualización 26 de marzo de 2020)  
Proyecto didáctico: Equipo de Educación Primaria de SM. Autoría: Meritxell Obiols y Rafael Bisquerra (coordinación). Edición: Pilar Menéndez. Fotografía: Javier Calbet/Archivo SM; Montse Fontich; Mattias Tunger/DIGITALVISION; Kevin Peterson, Nicola Sutton/PHOTODISC; PHOTOALTO; IMAGE SOURCE; STOCKBYTE. Diseño: Diana López. Maquetación: Noemí Expósito. Coordinación editorial: Mireia Casaus. Dirección editorial: Mayte Ortiz