

The Parent's Page: Toddler Transitions

Toddlers are continuously transitioning. Every day brings a new adventure. Some are easier than others. As caregivers it's our job to support and guide our toddlers through these transitions. One of the more challenging transitions of toddlerhood is called the autonomous phase. During this time, you may begin to see your toddler become more interested in being independent and having some control. This transition is such an important milestone but can be challenging. With this growth of confidence may come terms such as "no" or "mine". Although at times frustrating rest assured that these are positive signs of their emerging confidence. They are starting to know what they like and don't like, what makes them feel safe and what makes them feel uncomfortable. These are pivotal skills to have as they grow, not only for their independence but for their self-awareness, protection, and overall confidence. The back and forth of wanting independence and still needing assistance and assurance can result in confusion. Below are some ways that can make this transition a little easier.

- Ensure your toddler feels safe and secure to explore. Let them explore and discover but still be their "safe person" when assurance is needed.
- Lead by example. Don't argue about a topic, instead explain it to them. This shows respect for their decision and is also teaching them to reason and explain instead of relying on no.
- Let them help. You will be surprised at what they can accomplish. This gives them that sense of control they are seeking while also showing them you are a team. Although it may take longer this will make task completion easier.
- Create simple decision-making scenarios. Throughout the day give them choices instead of demands. One example is instead of telling them what they are wearing for the day, lay out 2 outfits and let them choose which one they like. Give them choices in eating. Instead of saying eat your vegetables you may get a better response from saying, "Would you like carrots or peas with your lunch." They may still say neither but presenting them with a choice sometimes gives them the confidence to try new things because they feel supported.

As caregivers we must support and guide our children through autonomy their whole lives. This toddler transition is just the beginning. We must build their confidence and independence in knowing good choices versus bad choices. If this is started when they are young, you and your child will feel secure when there is a time that they are presented with a life choice, and you are not around to guide them. Everyday is a new adventure so embrace it, support it, learn from it and most of all enjoy it.

La página para padres: Transiciones para niños pequeños

Los niños pequeños están en transición continua. Cada día trae una nueva aventura. Algunas son más fáciles que otras. Como cuidadores, nuestro trabajo es apoyar y guiar a nuestros niños pequeños a través de estas transiciones. Una de las transiciones más desafiantes de la niñez se llama fase autónoma. Durante este tiempo, es posible que comience a ver que su niño pequeño se interesa más en ser independiente y tener cierto control. Esta transición es un hito muy importante, pero puede ser un desafío. Con este aumento de la confianza pueden aparecer términos como “no” o “mío”. Aunque a veces resulten frustrantes, pueden estar seguros de que se trata de señales positivas de su confianza emergente. Están empezando a saber qué les gusta y qué no les gusta, qué les hace sentir seguros y qué les hace sentir incómodos. Estas son habilidades fundamentales que deben tener a medida que crecen, no sólo para su independencia sino también para su autoconciencia, protección y confianza general. El ir y venir de querer independencia y seguir necesitando ayuda y seguridad puede resultar en confusión. A continuación se muestran algunas formas que pueden facilitar un poco esta transición.

- Asegúrese de que su niño pequeño se sienta seguro y protegido para explorar. Permítale explorar y descubrir, pero siga siendo su “persona segura” cuando necesite seguridad.
- Predicar con el ejemplo. No discutas sobre un tema, explícaselo. Esto muestra respeto por su decisión y también les enseña a razonar y explicar en lugar de depender del no.
- Déjelos ayudar. Te sorprenderá lo que pueden lograr. Esto les da esa sensación de control que buscan y al mismo tiempo les muestra que sois un equipo. Aunque puede llevar más tiempo, esto facilitará la finalización de la tarea.
- Crear escenarios sencillos para la toma de decisiones. A lo largo del día, dales opciones en lugar de exigencias. Un ejemplo es, en lugar de decirles qué se van a poner para el día, prepáales 2 conjuntos y déjales elegir cuál les gusta. Deles opciones a la hora de comer. En lugar de decir "come tus verduras", es posible que obtengas un formulario de respuesta mejor que diga: "¿Quieres zanahorias o guisantes con tu almuerzo?". Es posible que todavía no digan ninguna de las dos cosas, pero presentarles una opción a veces les da la confianza para probar cosas nuevas porque se sienten apoyados.

Como cuidadores debemos apoyar y guiar a nuestros hijos a través de la autonomía durante toda su vida. Esta transición de niño pequeño es sólo el comienzo. Debemos fomentar su confianza e independencia para que puedan distinguir entre las buenas y las malas decisiones. Si esto se inicia cuando son pequeños, usted y su hijo se sentirán seguros cuando llegue el momento en que se les presente una elección de vida y usted no esté presente para guiarlos. Cada día es una nueva aventura, así que abrázala, apóyala, aprende de ella y, sobre todo, disfrútala.