

Mayo 28 de 2020

¿Qué significan las rabietas o pataletas de los niños?

Los niños en sus primeros años de desarrollo se encuentran en una constante regulación de las normas y deberes sociales. Los pequeños seres humanos intentan adaptarse armónicamente pero no todos lo logran de forma plena. Aquí les explicaremos qué sucede con las normas en los niños.

¿Las rabietas son manifestación de qué?



Las rabietas son la expresión de una inconformidad ante una o varias situaciones. Son expresiones que usan los niños cuando no tienen otros recursos para hacerlo. Llega a ser una forma que usan los niños para descargar su frustración, la imposibilidad comunicativa con el adulto, la falta de autonomía o control de las situaciones.

Las regulaciones conductuales dependen de varios factores como: cuestiones biológicas del sujeto, cuestiones de crianza y cuestiones emocionales. La evaluación de estos factores en primera instancia permite **derrapar** y saber qué le sucede al niño y cuál es la mejor forma de ayudarlo.



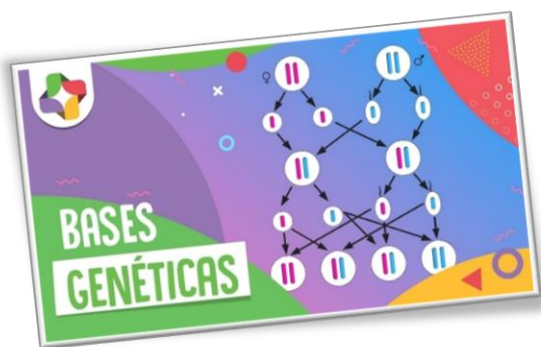
Te recordamos el Departamento de Psicología esta a su servicio, agenda tu cita en los correos psicologiarmenia@fmsnor.org o psicologia2armenia@fmsnor.org



1. Cuestiones biológicas del desarrollo.

El desarrollo humano a través de los primeros años de vida está marcado por hitos o momentos fundamentales para un crecimiento típico. Las siguientes son características para tener en cuenta: nacimiento (con o sin complicaciones), momento cuándo camino, adquisición del lenguaje a los dos años, juegos mentalistas o de roles, comprensión de la norma, autorregulación y control emocional.

La conducta de los niños está marcada con su pasado y su presente. Tener en cuenta que el estudiante no tuvo ningún tipo de complicación en sus momentos del desarrollo, no presenta alguna enfermedad, síndrome o condición permite pulir el por qué el niño tiene rabietas.



2. Cuestiones de crianza.

El comportamiento de los padres es el primer ejemplo de comportamiento para el niño. El cómo manejar las situaciones estresantes, cómo reaccionar frente a la inconformidad o la actitud frente a los problemas está siendo aprendido día a día por los chicos.

Son esponjas que absorben si discriminan en primera instancia si está bien o mal, solo intentan adaptarse a su espacio familiar.

Es importante que los padres evalúen cómo reaccionan sus hijos ante los problemas, la frustración que manejan, la tolerancia a resolver dificultades y de qué manera usan el dialogo para manifestar lo que no les gusta. Es importante reconocer que los trastornos de la conducta devienen generalmente de hábitos inadecuados de crianza.

Los trastornos se entienden como la afectación en la conducta por la poca o baja adaptabilidad a los espacios sociales. Son múltiples y diversos los trastornos, en ocasiones son precedidos por una característica biológica y exacerbada por el tipo de crianza.



1. Cuestiones emocionales.

Las emociones tienen un desarrollo paulatino en los niños. Comenzamos a comprender los estados emocionales primarios como la felicidad, tristeza, enojo o miedo en los tres primeros años de vida. Luego vienen otros estados emocionales más complejos como la vergüenza, la ira, la bondad o el altruismo.

Los chicos en la edad entre los 4 y los 6 años comienzan apenas a comprender la posibilidad de que una situación llega a generar más de dos estados emocionales, y



- que en ocasiones son contradictorios. Por ejemplo, en una historia un niño come una hamburguesa, pero este se tropieza y se le cae la comida, el niño comprenderá el estado de tristeza. Pero si a esa misma hamburguesa viene un perro con hambre, se la come y la disfruta, el niño o niña podrá comprender otro estado emocional que se vivió en una situación. Es decir, las emociones también son aprendidas y deben ser estimuladas. El descontrol emocional o baja capacidad para controlarlas es un signo en cuanto al desarrollo pleno de cada chico.



Cómo afrontar las rabietas

Entre los 2 y los 4 años, los niños afirman su recién descubierta autonomía. Ahora se saben seres distintos, diferentes de sus padres, y necesitan aprender hasta dónde pueden llegar haciendo las cosas a su modo. Simplemente, buscan saber cuál es su poder. Dicho de otra forma: "si lloro... ¿puedo conseguir que la situación cambie?" Se trata de comprobar si pueden controlarnos.

Hay una serie de recomendaciones para saber afrontar las rabietas:

- ✚ Mantener la calma, o al menos, no dejes que el niño perciba que te altera.
- ✚ No prestar atención al llanto, pero sí al niño.
- ✚ No ceder a los requerimientos del niñ@.
- ✚ Más vale prevenir. Observar si el llanto aparece con más frecuencia en determinadas situaciones.
- ✚ Buscar conductas positivas que sean incompatibles con el llanto. Por ejemplo, elegir una canción para relajarse.
- ✚ No anticipar lo que va a ocurrir.

Se deben enseñar y hacer respetar normas claras, no contradictorias, explícitas, permanentes y constantes, creadas y mantenidas de común acuerdo entre ambos progenitores. Éstas deben incluir desde los hábitos esenciales hasta el establecimiento de horarios, el control de impulsos y la enseñanza de los comportamientos sociales esperados.

Si los adultos en interacción con el niñ@ tienen claro qué cosas y qué comportamientos son perjudiciales para el niño y cuales le benefician le pueden decir de forma autorizada: "No, cariño, esto no lo vas a hacer" cuando se comporten más allá de los límites socialmente aceptados. No siempre hay que razonar con los niños, ni en todo momento. Por ejemplo, si está en plena rabieta lo que más ayuda al niño es ver seguridad y afecto en los mayores, no un razonamiento. Estas normas han de ser firmes y coherentes, pensadas previamente, y han de ser por el bien del niño. Y, aunque cueste a los padres un esfuerzo, se ha de ser firme cada vez que los niños ponen a prueba los límites.

Los padres deben dejar de ver a los berrinches y las conductas agresivas como algo normal e inofensivo que ocurre "porque su hijo está chiquito", y no deben olvidar que ambos son autoridades en la crianza infantil,



por lo que deben establecer normas y disciplina prácticamente desde que el niño nace. La idea es que sean "padres positivos", es decir, ni autoritarios ni permisivos, sino término intermedio, y que desarrollen pautas de conducta ideales para mejorar la educación infantil y las relaciones al interior de la familia, tales como:

- ✓ Estimular el diálogo, no la imposición ni los monólogos.
- ✓ Jugar con los hijos, lo que elimina fricciones y crea lazos cordiales de simpatía.
- ✓ Reforzar las relaciones a través de actos espontáneos de afecto, tales como un beso, un abrazo o frases como "qué bueno eres", "eres buen hijo" "confío en ti", etc. Es válido premiar los logros del pequeño con dulces, dinero o juguetes, pero no se debe atender más lo material que lo emocional.
- ✓ Evitar los castigos y los golpes, y dar preferencia al respeto.
- ✓ Decir "sí" cuando no hay razón para decir "no", y a veces decir "no" para que el infante aprenda a negociar sin llorar ni hacer berrinches.
- ✓ Promover la reflexión del niño sobre su propia conducta, recurriendo a la mayéutica, método que es ideal cuando hay desacuerdos, como pasa con los berrinches y actos de violencia, y que se basa en cuatro preguntas que el chico debe responder: ¿qué pasó, ¿qué ocurrió?, ¿qué piensas sobre lo que

hiciste, estuvo bien o mal?, ¿qué propones ahora, qué solución tenemos?, y, por último, un reto: ¿qué hacemos si vuelves a actuar así?".

- ✓ Mantener estrecha comunicación con profesores o educadores, para detectar problemas de comportamiento que pudieran pasar desapercibidos cuando trabajan.
- ✓ Ayudar a que el niño genere una autoestima positiva, desarrolle sus habilidades sociales y tenga mayor seguridad para enfrentar sus problemas a través de la negociación.

Alternativas para controlar las pataletas

A continuación, se dan varias alternativas para controlar, las pataletas:

- ✚ Minimizar la necesidad de decir "no", reorganizando su casa, de forma tal que aquellos objetos o muebles que no quiere que el niño toque, estén fuera de su alcance.
- ✚ Ofrecer dos opciones para que sea él quien escoja, por ejemplo: ¿Quieres naranja o banana?
- ✚ Aprender a distraerlo, una vez que la frustración comienza, dirigir la atención del niño hacia otra actividad menos frustrante y atractiva.
- ✚ Escoger las batallas cuidadosamente, no regañarle por tonterías, sin embargo, si se trata de situaciones que pongan en peligro la seguridad del niño, ser firme y consistente.
- ✚ Ofrecer estimulación positiva ante las buenas conductas y esfuerzos por controlarse. Elogiar y premiar mediante abrazos y comentarios agradables que refuercen la actuación positiva.