

ORIENTACIONES SOBRE PATALETAS Y RABIETAS

Es una reacción anormal del/la niño/a ante una negativa a una petición o acción que desea realizar. El/la niño/a puede hacer un sinnúmero de reacciones anormales: tirarse al suelo, agredir a los padres, tirarse el pelo, correr hacia el patio, etc.

Este tipo de conducta se presenta alrededor de los 2 años y tiene por objeto afirmar su personalidad y demostrar su poder.

Como toda conducta anormal no debe ser permitida. La primera reacción de los padres y adultos que rodean al/la niño/a (de común acuerdo) debe ser la de ignorar al/la niño/a hasta que éste recupere su comportamiento normal. Desde el momento que el/la niño/a inicia la pataleta, deja de existir. Los padres conversan de cualquier otra cosa y no le prestan atención. Repentinamente, cuando el/la niño/a adopta la conducta normal, reaparece en escena y existe de nuevo para sus padres quienes le pueden decir: así te queríamos ver, como niño/a grande...etc. y hacerle alguna caricia. Dando a entender que la actitud que será premiada con su atención y cariño será la normal.

En los/as niños/as mayorcitos/as, se les puede explicar. ¡Nos gusta que las cosas que pidas lo hagas en buena forma! ¡Si te negamos algo, tenemos nuestras razones, hablemos de ello! Con posterioridad a los 5 a 6 años las rabietas desaparecen.

Una forma de rabietas es el dejar de comer que adoptan como costumbre los/as niños/as entre los 2 a 3 años, para llamar la atención y debiera tener el mismo tratamiento.

Nunca se debe castigar a un/a niño/a y menos a raíz de una rabietas, esto sólo reforzará estas conductas anormales.

A veces, los/as niños/as tienen rabietas cuando se sienten frustrados consigo mismos/as, porque no consiguen armar algo, porque sus padres no entienden lo que ellos/as dicen. Los/as niños/as mayores pueden estar frustrados/as a causa de su incapacidad para hacer la tarea escolar.

En estas ocasiones, su hijo/a necesita estímulo y un padre que lo/a escuche. Apóyelo/a diciendo: "Sé que es difícil, pero vas a mejorar. ¿Puedo hacer algo para ayudarte?" Minimice los errores y aumente o elogie sus logros aunque sean pequeños.

En alguna oportunidad Ud. no puede permanecer impávido/a frente a la rabietas, como cuando ésta se produce en un lugar público. En este caso, el/la niño/a sabe que Ud. está en desventaja y que no puede tratarlo/a como en la casa (ignorándolo). Sáquelo del recinto y llévelo/a a un lugar calmado en donde pueda aplicar las técnicas mencionadas. En otras oportunidades puede conversar con él/ella y darle una advertencia (que puede y debe cumplir) explicándole la negativa o razón que motivó la rabietas del/la niño/a. No ceda ante la rabietas por ningún motivo. En estos casos es mejor dar un plazo y no pedir que la rabietas termine de inmediato, porque es prácticamente imposible.

Para las rabietas de tipo perturbador o destructivo, o que causan demasiada alteración en la casa, utilice suspensiones temporales, de juegos, salidas, de horario de TV, etc.

Trate en todo caso de actuar como padre, no se burle de él/ella, no lo/a ponga en vergüenza delante de otros/as niños/as. Déle plazo a que se recupere, él/ella es un/a niño/a, por mucha vergüenza que le haga pasar, debe tenerle paciencia y actuar en forma lo más neutramente que pueda. No reaccione con ira, eso sería como responder con otra rabietas hacia el/la niño/a.

Si las rabietas se hacen incontrolables y Ud. tiene miedo que el/la niño/a se haga daño, llame a su médico para pedir consejo, probablemente tendrá que consultar con un especialista.

OTRAS ORIENTACIONES SOBRE PATALETAS O RABIETAS

Tener emociones y sentimientos, sean cuales sean, es parte de la condición humana. Sentir es vivir. La tendencia educativa en la familia y en la escuela ha sido, y continúa siendo, la de controlar y eliminar cualquier manifestación abierta de los sentimientos (especialmente los negativos). Pero los/as niños/as no se inhiben. Ellos expresan los sentimientos fácil y naturalmente, de forma sutil, o bien, extremadamente intensa.

Sin embargo, deben aprender a manejar sus emociones ante la sociedad y a encontrar formas adecuadas de encauzar la "poderosa energía" con que nos cargan los sentimientos. Para ello, los/as niños/as dependen de la información que les proporcionan sus padres. Pero comprender las emociones y ayudar a nuestros/as hijos/as a expresarlas adecuadamente, no es una tarea fácil.

Con la primera rabieta, el/la niño/a descubre que éstas son una forma de controlar y manipular a sus padres, ya que éstos se agobian, se asustan... y la mayoría de las veces, ceden ante las exigencias y caprichos de éstos. De esta forma, las rabietas no cesan de repetirse.

Vuestros/as hijos/as os pondrán a prueba constantemente. Necesitarán comprobar si la unidad familiar es lo suficientemente fuerte para sostenerlos. Desearán saber si vuestra disciplina es consistente.

Será un periodo difícil hasta que vuestros/as hijos/as comiencen a crecer con la seguridad de ser amados/as y valorados/as, hagan lo que hagan, y de que estaréis "ahí" siempre para apoyarlos/as y cuidarlos/as. **Será importante que reaccionéis con calma y serenidad entendiéndo este tipo de conductas, evitando en vosotros/as mismos/as sentimientos de fracaso, culpa...**

Las rabietas corresponderán a una etapa evolutiva normal y necesaria en la que el/la niño/a intenta lograr su autonomía y reafirmación, debido a la adquisición de la conciencia de sí mismo/a, de su propia identidad y de los adultos que le rodean ("Esta es mi mamá, éste es mi papá y voy a comprobar qué límites están dispuestos a ponerme.")

Si se tratan adecuadamente estas situaciones, esta etapa desaparecerá progresivamente.

¿Qué hacer?

- **No consentir una rabieta.** Cuando comience, simplemente ignórela o contenga físicamente al/la niño/a si se trata de una conducta violenta o destructiva, mostrando una actitud enérgica y firme.
- **Dar al/la niño/a una oportunidad para tranquilizarse.** Lo mejor es llevar al/la niño/a a otra habitación, aislarle y decirle que esperamos que estando solo/a se le pase la rabieta y pueda pensar que no es correcta su actitud. Lo importante es que ellos/ellas sientan que una rabieta tiene consecuencias negativas y que no merece la pena repetir la "función".
- **No se puede razonar con un/a niño/a si está bajo los efectos de una rabieta o mal genio.** Es mejor alejarse de él/ella. Si se le riñe o castiga físicamente en este momento, incluso podemos aumentar la intensidad de la conducta que queremos eliminar.

- **Una vez que haya desaparecido la rabieta**, hágale saber al/la niño/a que si está enfadado/a por algún motivo, la rabieta o la agresividad, no es el modo adecuado de resolverlo. Dígale que entiende lo que siente, pero muéstrese enfadado/a por lo que ha hecho y explíquele que su conducta es inaceptable y que en adelante no se va a permitir.
- **Evitar comportamientos y actitudes de lástima o sobreprotección que nos lleven a ceder u otorgar los deseos del/la niño/a.** Lo importante es mantener la calma y "poner palabra" a lo que vuestro/a hijo/a está sintiendo (rabia, miedo, inseguridad...).
- **Proporcionar al/la niño/a modelos de conducta controlada** que le adviertan que toda conducta agresiva o caprichosa no resulta beneficiosa.
- **Mostrarse contentos y orgullosos ante los primeros intentos de autocontrol del/la niño/a.** Alabar su buena conducta y el hecho de haberse serenado y tranquilizado en la habitación donde ha permanecido aislado/a.
- **Reafirmar de manera muy positiva los logros del/la niño/a** cada vez que tenga un comportamiento correcto y adecuado.
- Recuerde que sus hijos/as **están aprendiendo a CRECER** y a generar confianza en ellos/as mismos/as, y que todo conflicto puede ser una oportunidad para crecer, y no un callejón sin salida.