

# Comportamiento Problemático



Los niños pequeños tienen la reputación de ser poco razonables. Esto se debe a que tienen sentimientos fuertes y todavía no pueden frenar sus impulsos. Sus grandes emociones los llevan a comportarse de maneras difíciles: gritando, dando golpes, arrojando cosas y más.

## Algunas maneras de manejar estos comportamientos difíciles:

**Mantenga la calma.** Una de las cosas más importantes que usted puede hacer cuando su hijo está exteriorizando sus emociones es quedarse controlado y calmo (vea el artículo *Autorregulación*).



**Ponga freno al comportamiento.** Por ejemplo, tome la mano de su hijo —con firmeza, pero sin brusquedad—y dígame: “No se pega. Eso duele”, con voz seria pero calmada.

**Valide los sentimientos de su hijo.** Diga: “Tú estás enojado porque Pablo tomó tu juguete. Está bien sentirse enojado. Pero no voy a dejarte que le pegues, porque eso duele.”

**Dele opciones.** Dígame y muéstreme a su hijo lo que *puede* hacer. Enséñele mejores maneras de canalizar su energía. Si usted pone freno al comportamiento de su hijo, pero no le dice *qué hacer en vez de eso*, es probable que el niño siga haciendo lo que usted quiere que deje de hacer. Dígame que puede saltar, zapatear o golpear los cojines del sofá.

**Observe los patrones de comportamiento.** Observe de cerca de modo que usted pueda notar qué es estresante para su hijo. De esa manera, usted puede predecir cuándo el niño podría explotar. Usted podría darse cuenta de que su hijo tiene una rabieta cada vez que necesita instalarse en el asiento para vehículos. Una vez que usted sabe esto, puede ofrecerle apoyo. Puede darle un preaviso de cinco minutos. O el niño puede escoger un libro o juguete especial que puede llevar consigo al vehículo para hacer que la transición sea más fácil (vea el artículo *Transiciones*).

**Señale lo que ha sucedido.** Hay muchas consecuencias naturales de las acciones. Explique lo que sucedió. Diga: “Cuando le golpeaste a Carmela, le dolió y ella comenzó a llorar”, o “Cuando arrojaste el juguete al suelo, se rompió”.

**Reoriente el comportamiento.** Ayúdele al niño pequeño a expresar sus deseos de manera que usted considere que está bien. Ofrezcale una alternativa. Diga: “No está bien arrojar bloques. Alguien puede lastimarse. En vez de eso, puedes arrojar estas pelotas de espuma en el cesto.”

### **Algunas cosas que no ayudan:**

**Una gran respuesta emocional de un cuidador.** Cuanto más molesto esté usted, es más probable que el comportamiento continúe. Esto se debe a que una gran reacción —ya sea positiva o negativa— atrae la atención de su hijo. Ese solo puede ser un motivo por el cual el niño repite el comportamiento.

**Castigo.** Las consecuencias que se den a esta edad no ayudan mucho. Los niños pequeños todavía están aprendiendo las reglas y cómo manejar su comportamiento. El castigo puede asustarlos, y el miedo no les ayuda a aprender. O tal vez sencillamente se rían o salgan corriendo ya que realmente no entienden.

**Avergonzar.** Cuando a un niño pequeño se le avergüenza por un comportamiento que todavía no puede controlar, solo se conseguirá que se sienta peor. El sentirse peor no mejorará su comportamiento ni su capacidad de autorregularse.

**Demasiado negociar.** Cuando a niño se le permite negociar con frecuencia, aprende que es una manera eficaz de conseguir lo que quiere. Tener reglas uniformes les ayuda a los niños pequeños a sentirse seguros y protegidos.

**Exigir una disculpa.** Los niños pequeños a quienes se les pide que digan “lo siento”, sin entender realmente lo que han hecho mal, no aprenden de sus actos. Si usted señala lo que sucedió, ellos comenzarán a ver las consecuencias de sus actos. Algún día pedirán disculpas con sinceridad.

Los comportamientos problemáticos pueden ser realmente difíciles de manejar para los cuidadores. Consulte con su Especialista de HealthySteps por cualquier pregunta o dificultad que usted esté teniendo.

ESCANEE PARA OBTENER  
MÁS INFORMACIÓN

