

RABIETAS Y PATALETAS

1- ¿QUE SON LAS RABIETAS?

Son fuertes explosiones de genio de los niños pequeños, consistentes por lo general en: llorar, gritar, tirarse al suelo, no hacer caso a ningún tipo de razonamiento, dar puñetazos y puntapiés a los objetos, golpearse la cabeza contra el suelo o la pared, etc.

2- ¿CUANDO SON MÁS FRECUENTES?



Son más frecuentes en los primeros cuatro años de vida, especialmente en “los terribles 2 años”. Remiten con la edad, por lo que a medida que el niño crece es menos probable que ocurran.

No obstante, la frecuencia de las rabietas depende tanto del temperamento (hay niños más tranquilos que las hacen de tarde en tarde, mientras que

otros las sufren repetidamente) como de la manera en que el adulto las enfrenta (si el niño se sale con la suya con las rabietas, estas se harán más frecuentes)

3- ¿HASTA QUÉ EDAD SE PRESENTAN?

Si las pataletas se tratan adecuadamente desaparecerán sin mayor problema (aunque habrá que gastar dosis elevadas de paciencia). Si no se abordan bien, nos encontraremos con niños mayores de 6 o 7 años que las seguirán utilizando para conseguir sus propósitos.

Por su parte, los adultos pueden sufrir también explosiones de mal genio que recuerdan a las rabietas de los niños pequeños (piénsese en la pérdida del control ante un atasco de tráfico, o la reacción de algunos adultos cuando una maquina de bebidas o teléfono público no les devuelve el cambio).

4-¿SON PREOCUPANTES?

Las rabietas son un fenómeno evolutivo normal. De hecho, su aparición indica un mayor nivel de madurez, en cuanto el niño se siente más independiente, por lo que quiere hacer las cosas cómo y cuando le da la gana y es capaz de plantar resistencia a las normas de sus padres.



Pero a la vez que indican aumento de la independencia y sentido de la individualidad del niño, se trata de comportamientos que hay que ayudar al niño a superar, ya que su permanencia en el tiempo indica la presencia de un comportamiento inmaduro y un método inadecuado de conseguir las cosas o de evitar las normas.

La aparición de las rabietas no debe preocupar a los padres y su manifestación no tiene nada que ver con lo bien o mal que estén educando al niño. Sin embargo sí deben poner toda su energía en tratarlas adecuadamente, porque cómo se resuelvan sí depende del estilo educativo de los padres.

5-¿POR QUÉ OCURREN?

La mayoría de las rabietas ocurren por estas causas:



- El niño se frustra porque no se le deja controlar la situación (quiere salirse con la suya cuando pide algo y no se lo dan, no quiere irse a la cama cuando es la hora, etc.).
- A veces porque el niño está muy cansado o muy excitado después de mucha estimulación y le llegan a desbordar sus emociones.
- En otras ocasiones porque el propio niño se frustra cuando no consigue hacer algo, por ejemplo montar una simple construcción o armar un sencillo juguete.

El saber la causa de las rabietas es importante, sobre todo en niños muy pequeños. Si la rabieta se hace para conseguir algo o saltarse alguna norma hay que mostrarse especialmente firmes, porque si se cede lo único que se conseguiría es que se reproduzcan en el futuro. Otra cosa es cuando la rabieta está motivada por el cansancio o la frustración en la que se puede suavizar algo la situación o permitir una salida para que acabe.

Bien mirado los berrinches son una ocasión para enseñar al niño a autocontrolarse.

6-¿SE PUEDEN PREVENIR O EVITAR?

A medida que las rabietas se producen aumenta también el conocimiento de los padres de los momentos y las situaciones en las que es más probable que ocurran.

Por ello, si se está pendiente de esos momentos se pueden evitar muchas rabietas:



- En el caso de rabietas producidas por la frustración del niño al no ser capaz de realizar una habilidad complicada, montar un juguete o construcción, se puede bien quitar de su presencia dichos juguetes o bien enseñarle modos de enfrentar la tarea con éxito. Por ejemplo, en el caso de un puzzle se le presentaría otro más fácil de piezas más grandes o se le ayudaría enseñándole a completarlo.
- Si una sesión de compras en el supermercado suele acabar en una rabieta se puede optar por dejar al niño con alguien, hacer la compra más rápidamente llevando una lista hecha previamente, etc.
- A veces los juegos son muy activos y sobreexcitan al niño, que luego pierden fácilmente el control. Cortar un juego de este tipo a tiempo propiciando otras actividades puede evitar una pataleta.
- En otras ocasiones los niños se frustran porque no se les deja jugar con objetos y aparatos de la casa que les resultan atractivos. El colocarlos fuera de su vista les evita la frustración que les llevaría a la rabieta por no poder manipularlos.
- Una rabieta puede también evitarse, sobre todo en los niños más pequeños, si ante los primeros indicios se les dirige la atención a otro juguete, actividad, etc.
- Otras situaciones negativas que pueden desembocar en una rabieta y que son controlables por los adultos son las de sueño, cansancio y/o hambre.
- Anticiparles lo que van a hacer en las próximas horas hace que estén preparados y puede evitar algunas rabietas que ocurren porque sienten que se les hace una imposición instantánea

