

PATALETAS, NORMAS Y LÍMITES

Las pataletas se presentan en niños desde los 18 meses hasta los 3 o 4 años de edad. Estas son una forma de comunicación inadecuada de los niños, que se manifiestan con frecuencia con protestas físicas (patalear, tirarse al suelo), expresiones de ira, llanto, gritos, etc.

Por lo general las pataletas constituyen una forma de manipulación y se desencadenan como respuesta a una frustración que el niño es incapaz de manejar de manera adecuada, por ejemplo: no conseguir algo que quiere (ej: que le compren un dulce o un juguete), contrariedad por una instrucción que se la ha dado (ej: recoger sus juguetes) o por miedo a los cambios (ej: no querer asistir al jardín).

¿Qué hacer cuando el niño hace una pataleta?

Las pataletas son eventos muy desagradables para los padres o cuidadores pero también son incómodas para el niño, ya que ellos no saben cómo manejarlas y pararlas. Si se manejan adecuadamente se pueden suprimir dentro del proceso normal del desarrollo y esto contribuirá a determinar la actitud del niño en el futuro frente a las frustraciones.

- Es importante conservar la calma y no desesperarse: el adulto siempre debe mantener el control de la situación. No debe agredir física ni verbalmente, con esto solo lograría enseñarle al niño a reaccionar con violencia en situaciones difíciles. Tampoco es conveniente intentar dar explicaciones o dialogar en ese momento, difícilmente un niño prestará atención en ese estado de ira y frustración.
- La actitud de ignorar la conducta parece ser la más efectiva, el adulto debe limitarse a continuar con sus actividades normales, dejar al niño y esperar que logre calmarse por sí solo, siempre vigilando que no corra ningún riesgo o pueda lastimarse. Si en la pataleta el niño alcanza altos niveles de agresión (arrojar objetos, golpearse, etc.) puede resultar más prudente retirarlo del lugar y destinar un sitio donde debe permanecer hasta que se calme.
- Una vez la pataleta haya terminado, el adulto debe acercarse al niño para conversar sobre lo ocurrido, usando un tono cálido pero firme. Primero es importante intentar aclarar el motivo por el cual empezó la pataleta, luego explicarle que se le entiende pero que ese comportamiento no es adecuado y que de esa manera no obtendrá lo que desea. Adicionalmente debe existir una consecuencia por lo ocurrido.
- Lo más importante en el manejo de una pataleta es **no ceder** frente al capricho del niño, ya que al hacerlo se reforzará la conducta. Si se cede el niño entenderá que con una pataleta puede conseguir lo que desea.
- Cuando las pataletas ocurren en sitios públicos puede ser más difícil alejarse del lugar y dejar al niño solo, así que puede ser necesario sujetarlo, sin violencia, para llevarlo a un sitio más privado como el baño o el carro.

- Si las pataletas ocurren en la entrada al jardín, lo importante es despedirse del niño y transmitirle seguridad. La profesora le explicará la importancia de asistir al jardín, una vez se haya calmado.

¿Cómo disminuir y prevenir las pataletas?

En el proceso de crianza se deben fijar normas y límites, todos los adultos involucrados en el cuidado de los niños deben ser firmes en su establecimiento y su aplicación.

- Las normas deben ser claras y los adultos deben asegurarse de que el niño las entiende. También deben ser consistentes, la ambivalencia produce confusión.
- El niño debe aprender a aceptar un NO como respuesta, es importante que desde pequeño aprenda a tolerar la frustración.
- Los niños necesitan refuerzo y estímulo cuando sus comportamientos son adecuados pero también deben existir consecuencias cuando incumplen las normas o sobrepasan los límites.
- Al niño se le debe enseñar a expresar sus sentimientos de forma adecuada y explicarle que enojarse es normal pero que existen otras formas de manifestarlo.
- Enseñar con el ejemplo, el comportamiento explosivo de los padres ante situaciones cotidianas son un modelo que los niños imitan frente a las frustraciones o las contrariedades.