

BERRINCHES

“Mi hijo no me hace caso. No se deja vestir. No quiere irse a dormir. Se enfurece cuando le impedimos algo. Hace berrinches. Tiene rabietas. No acepta límites, etc... Ya no sabemos qué hacer”, dicen algunos padres.

Aunque resulte paradójico, debemos entender la rebeldía, la desobediencia, el negativismo, las rabietas y los berrinches como signos positivos y expresivos de una personalidad en formación. Hemos comentado en otras oportunidades que esta etapa del desarrollo se evidencia alrededor de los 2 años. Si un niño a esta edad no da ninguna señal de oposición, es decir, entrega sus juguetes con demasiada facilidad, no se ofende, no protesta ni se defiende cuando le sacan o le niegan algo, hay razones suficientes para preocuparse. El niño puede que tenga miedo a exponerse. En el mejor de los casos, necesita mantener en secreto sus verdaderos deseos. En el peor de los casos, ya no sabe lo que desea o ya no desea.

Después de explicar estos aspectos fundamentales para la comprensión del desarrollo de la personalidad en el niño, podemos ocuparnos de las dificultades de los padres durante estas etapas del NO.

El primer paso para abordar el tema de las rabietas

Lo primero es reconocer lo complicado que resulta para los padres y/o educadores vérselas con unos niños que, a pesar de la torpeza, la inmadurez y la impulsividad propias de la edad, intentan comunicar su gusto, sus ganas, sus necesidades, su vitalidad, su ritmo, su desacuerdo, como pueden. No se trata de sofocar la expresividad del niño. Tampoco de dejarlo libre en sus impulsos. Cualquiera de estas dos posiciones puede volverse destructivas y llevar a la enfermedad.

¿Significa esto que hay que dejar actuar al niño según sus antojos?

Por supuesto que no. ¿Es posible respetar su individualidad sin dejar de ejercer la autoridad? Por supuesto que sí. Un niño que se siente respetado, respeta; que se siente engañado, miente. Un niño que se siente escuchado, escucha; sabe que hablar vale la pena. Un niño al que se le dan razones verdaderas y válidas, aprende que nadie, no sólo él, puede hacer todo lo que quiere en cualquier momento.

Una pregunta a modo de ayuda

¿Cómo les gustaría ser tratados a ustedes cuando desean muy intensamente algo de lo cual se tienen que privar? Los niños quieren y necesitan saber porqué no pueden hacer lo que les da la gana. Es necesario razonar con ellos y dejarles muy claro qué es lo que se espera de ellos. Los niños también exigen respuestas sinceras.

Es más fácil darles lo que piden para poder callarlos, pero ¿qué estamos haciendo con esta actitud?, ¿Estamos educando a nuestros hijos o los estamos malcriando?

Por supuesto que estamos enseñándoles que al utilizar está conducta, pueden conseguir todo lo que quieran, porque papi y mami están dispuestos a doblarse a su voluntad con tal de que no les hagan pasar una vergüenza pública.

Los niños, por naturaleza, buscan maneras para probar a los papás, y así saber hasta dónde pueden llegar en sus deseos. Así que estas rabietas no son más que pruebas que nos ponen, y en muchos casos los padres ayudan a que los niños con edades mínimas vayan tomando más y más el control sobre las circunstancias que nos rodean.

Para que esto no suceda, debemos aprender a decir NO, pero este No debe ser oportuno, claro y conciso. No importa donde podamos estar, debemos ser constantes en la manera en que disciplinamos. Y la falta de una disciplina o reglas establecidas, son las que hacen que los niños y niñas traten de ser los que lleven el control de estas situaciones.

Es muy fácil, darle a un niño de 2 O 3 años lo que pide, con tal de que no llore, y al efectuar dicha acción estamos dándole el mejor ejemplo de que cuando quieras algo solo debes llorar y así lo obtendrás. Pensamos que no estamos haciendo ningún daño, pero es el primer paso para el niño y último nuestro.

Cuando hablamos de disciplina, vale especificar, que no quiere decir gritarle, halarle el pelo, pellizcarlo, golpearlo o humillarlo en público, quiere decir que vamos a enseñarles desde la casa, en la vida cotidiana, pues estos berrinches en público, son solo una probadita de lo que pasa siempre en el hogar.

La disciplina a la que me refiero, es una disciplina con amor, con paciencia y constancia. Es hablar con el niño y la niña y explicar por qué no vamos a hacer lo que pide. Por que si decimos NO, debe haber una razón o circunstancia, y ellos están en todo su derecho de conocerla y entenderla.

Creemos muchas veces, que no son capaces de entender las razones, por lo que nos cerramos a hablar con ellos, y lo que creamos es una separación en la comunicación que con el tiempo y los años, se convertirá en un abismo.

Mucho hemos escuchado, historias de cómo nuestros padres y abuelos fueron castigados, y creo que en la mayoría de los casos no estamos de acuerdo, y queremos para nuestros hijos e hijas lo mejor. Así que le instó a evitar un castigo físico que aparte de marcar el cuerpo, marcará el corazón de su hijo o hija.

Estos berrinches son muchas veces las maneras que tienen los niños y las niñas de llamar nuestra atención, así que analice que estan pidiendo internamente, que estamos haciendo para que ellos tengan que utilizar este medio y así poder lograr un poco de nuestra atención, aunque esto traiga en muchos casos castigos y agresión.

Si desde pequeños nos comunicamos 100% con ellos, los escuchamos y enseñamos, cuando lleguen los primero berrinches, será más fácil que tomemos el control.

Así que la próxima vez que su hijo o hija haga un berrinche piense muy bien como va a actuar:

1. No se enfurezca para que no pierda el control de la situación.
2. Bájese a la altura de su hijo (a) o siéntese y mírele a los ojos.
3. De manera serena y segura, dígame que no le gusta lo que está haciendo. Que si quiere hablar con usted, debe ser sin gritos y sin llorar.
4. Escuché la petición del niño (a). Y analice rápidamente si se le puede complacer o no.
5. Dele una respuesta clara de por qué si o no, hará lo que le pide.

Ahora tendrá dos comportamientos dependiendo de su respuesta, uno será de felicidad por conseguir lo que quería, y el otro puede ser de más gritos, patadas y enojo, para este caso, debe armarse de más paciencia y ver a su hijo (a) como un niño (a), nunca como un adulto.

En caso, de que no se tranquilice, va a ser necesario que utilice una medida disciplinaria, como tiempo fuera (sentarlo en una silla por unos minutos y decirle que cuando se tranquilice hablan), o sacarlo del juego, o quitar algún juguete o video. Ahora, cualquier medida disciplinaria, debe ser por pocos minutos dependiendo de la edad, y sólo una a la vez. Qué quiere decir esto? Que a veces estamos tan molestos, que no pensamos, y usamos muchas maneras de castigarlo, por ejemplo: le pegaron, le quitaron la tv por 1 semana, el video juego por 3 días y además no puede salir de la casa en 1 semana, así que nos excedemos, y en lugar de enseñarle a controlarse lo que hacemos es decirle que siga en el berrinche, ya no tiene nada más que perder. Ellos son tan inteligentes, que saben que no vamos a cumplir todo lo que dijimos.

Si el berrinche se presenta fuera de casa es necesario llevarlo o sacarlo del lugar y hacer los pasos arriba descritos, si no se llega a un acuerdo, debemos decidir si terminamos la salida y regresamos a casa, claro siempre explicándole que nos vamos porque no aceptamos su conducta, por lo que no hay más paseo, aunque así nos estemos castigando indirectamente. Y esto no pasará una sólo vez sino varias, hasta que comprenda, que el que más pierde es él.

Así que ármese de paciencia pero sobretodo de mucho amor, para que pueda ayudar a sus hijos (as) a crecer en esta área.

Los bebés lloran por necesidad, porque NO pueden decir que tienen, y para eso estamos los papás, para descubrir que les esta pasando, por lo que no son berrinches, para nada.

Tenemos hospitales llenos de bebés golpeados porque sus papás y mamás no les entendieron y se desesperaron.

En el caso de los bebés menos de 1 año, NO aplica para nada el castigo corporal, porque la manera de comunicarse es con el llanto. Nosotros somos los que debemos aprender a reconocer los diferentes llantos que tienen.

Entre los 2 y los 3 años es el período de mayor despliegue de berrinches en los chicos. Por un lado, porque no se cumple su deseo y busca entonces la manera de llamar la atención de quien se lo está negando y, fundamentalmente, porque todavía no puede recurrir al lenguaje como lo haría un adulto para expresar su frustración y su enojo.

Tener que bañarse, cambiarse de ropa, dejar de hacer algo que lo tenía entusiasmado o aceptar una negativa, por ejemplo, frente al kiosco de golosinas o la juguetería, son algunas de las situaciones que pueden disparar un berrinche.

Los adultos deben ejercitar su paciencia en esta etapa, pero, a la vez, mantener la firmeza. Si uno de los padres pone un límite, éste debe ser sostenido y respaldado por el otro. En el caso de que haya desacuerdo, éste será un tema de discusión posterior y fuera de la vista de los chicos. De esa charla puede surgir algún acuerdo para situaciones futuras.

También hay que ser muy cuidadoso con los familiares o amigos que puedan presenciar el berrinche y que, mientras uno de los padres pone el límite, traten de avistarlo diciendo, por ejemplo, "Pobrecito, déjalo, por un caramelo no va a perder el hambre para la cena". En esos casos hay que ser firmes y ponerle límites también a los adultos, dejando claro, de la mejor manera posible, que los que educan son los padres. En algunos casos puede ser conveniente retirarse a otra habitación o salir a la calle a dar una vuelta con el niño para poder estar a solas.

Frente al berrinche, la primera medida es respirar hondo y no enojarse, no se trata de un niño "caprichoso", sino de una manifestación típica de la edad que, según cómo sea manejada por el adulto, puede o no transformarse en una constante en la conducta del pequeño.

El niño que va aprendiendo que si se tira al piso y patalea delante de los invitados consigue comer el postre antes que la comida, lo tomará como una herramienta. Eso es una conducta inteligente, porque repite algo que le permite alcanzar el éxito. Ahora, si el pequeño aprende que el "no" de sus padres no se modifica con una rabieta, descartará ese método por no resultarle útil. O sea, el hecho de que el niño sea o no "caprichoso", dependerá de la inteligencia con la que los padres manejen sus primeros berrinches.

Por eso, cuando el pequeño comienza a hacer su berrinche, lo mejor es detenerse donde uno esté: en el supermercado, en la calle, o simplemente dedicarle un momento en vez de salir "arrastrándolo". Es importante sentarse a su lado, mostrarle que uno lo acompaña en ese momento desagradable y no hacer un discurso. Ya se le dijo que no y ese "no" debe mantenerse.