

PATALETAS INFANTILES: CONTROLÁNDOLAS CON PACIENCIA AMOR

LA PSICÓLOGA INFANTO-ADOLESCENTE DE LA UNIVERSIDAD MAYOR, MARCELA TARIÑENO DA ALGUNOS CONSEJOS PARA PAPÁS COMPLICADOS CON ESTAS CONDUCTAS.

¿Cuántas veces nos hemos encontrado en un supermercado o en una tienda con un niño que grita y llora frente a sus impotentes papás que no saben qué hacer para calmarlo?

Esas son las famosas pataletas infantiles. Un verdadero drama que afecta a la mayoría de los padres y madres que tienen hijos menores de seis años. Marcela Tarifeño, psicóloga infanto-adolescente de la Universidad Mayor, brinda algunas claves certeras para reconocerlas y así poder manejarlas.

Plantea que estos episodios conductuales constituyen una manifestación emocional de rabia y frustración de los niños, que les sirve para llamar la atención y conseguir, a través de este mecanismo, lo que quieren. Las pataletas comienzan cerca de los 2 años, especialmente en pequeños con un carácter fuerte. En esta etapa de la vida del niño, se inicia el proceso psicológico de diferenciación: darse cuenta de que es un ser individual distinto de sus padres.

“En este periodo de la infancia comienza la conformación de la identidad personal; los niños quieren sentir que también tienen voluntad y poder de decisión sobre sí mismos y también sobre los demás. Se vuelven muy opositores, desafiantes, responden a todo que ‘no’, la mayoría de las cosas quieren hacerlas solos y son difíciles de manejar.”

La experta afirma que las pataletas se producen para conseguir más atención por parte de los padres o un objetivo que

puede ser un helado, permiso para seguir jugando o hacer algo que desean. “La pataleta es una forma de desahogar la contrariedad y el enojo. Si los niños se dan cuenta que con ellas logran solucionar una situación a su favor, más la utilizan. Es una herramienta de manipulación.”

SUBTÍTULO

Por ello, la académica sugiere a los padres que padecen de este crítico problema tener mucha paciencia; no alterarse por los deseos de autodeterminación de los niños; tratar de ceder en pequeñas cosas que ellos sí pueden desarrollar en forma independiente.

“No es recomendable que el menor esté siempre sometido a normas y reglas de los demás. También es bueno que vaya experimentando poco a poco su propia capacidad de decisión y desarrolle sus propios gustos. Eso sí, siempre en estrecha vigilancia —o en compañía— de adultos criteriosos y responsables.”

La psicóloga agrega que los padres deben poner especial atención para saber distinguir entre pataletas y “mañas por cansancio”, que suelen aparecer cerca de las horas de sueño y que por sus características, tiende a confundirse con estos episodios. “Yo diría que cualquier pataleta de las 19:00 en adelante es exclusivamente producto del sueño y el cansancio. En niños pequeños que aún duermen siesta también es probable que después de almuerzo estén más irritables y menos tolerantes, por la necesidad de reposar y



Consejos

1. **No le imponga a los niños actividades en las horas sensibles de sueño y cansancio, ya que a estas horas está más irritable.**
2. **No haga caso de las pataletas. Si su hijo tiene uno de estos episodios en lugares públicos donde sus gritos molesten, sáquelo a un lugar más bullicioso para que pueda terminar de gritar sin perturbar al resto.**
3. **Hable con su hijo y trate de acordar o negociar con él alguna solución post pataleta. Explíquele que con gritos y escándalo no va a lograr obtener su objetivo.**
4. **Si la pataleta es en lugar público: cruzarse de brazos y pararse frente al niño mirándolo sin decir nada hasta que se canse. Ármese de paciencia. Lo hará unas pocas veces más y luego sentirá la inutilidad del escándalo.**
5. **Y lo más importante: mantenga la calma en todo momento.**

descansar a esa hora.”

Para erradicar las pataletas de la vida diaria, la psicóloga recomienda a los padres

ignorarlas y atender al niño sólo después que se haya calmado.

“Hay que educar emocionalmente al niño explicándole que con gritos y llantos no logrará nada, que si quiere algo debe conversarlo con los papás. Por ejemplo, se les debe enseñar a tolerar la frustración, manejándola positivamente y tratando de hacer cosas constructivas para superarla.”

Y un asunto esencial. Los padres deben mantenerse firmes frente a un episodio de este tipo, sin demostrar debilidad ante la conducta inadecuada de sus hijos. “Cuando los pequeños se dan cuenta que por evitar la pataleta en la vía pública, los papás ceden y les dan lo que quieren, esta conducta se mantendrá en el tiempo y la utilizarán como mecanismo de manipulación.”

SUBTÍTULO

Estas conductas se extienden normalmente hasta los seis o siete años, edad en que los niños empiezan a tomar conciencia social y a sentir vergüenza por sus escándalos.

Marcela Tarifeño reconoce que se trata de un asunto complejo. Muchas veces a los papás les cuesta ser firmes y tragarse la rabia o la vergüenza frente a la pataleta de un hijo. Pero, agrega, lo mejor es no enganchar; retirarse del lugar dejando al pequeño solo, pero seguro.

También plantea que la clave es no ceder y estar atento a todos los buenos momentos que él manifieste para aprovechar en ese instante de regalárselo, consentirlo, expresarle la felicidad y el orgullo que nos provoca con su buena conducta.

“Así se moldea más fácilmente la conducta positiva del pequeño.”

QUÉ ES EL PROGRAMA NUESTRA SALUD

Nuestra Salud es un proyecto editorial conjunto de la Universidad Mayor y El Mercurio, que se publicará cada día martes hasta el próximo 28 de diciembre de 2010. En total, 17 ediciones avalados por las Facultades de Odontología y Medicina de esta Casa de Estudios que, en su conjunto, formarán una guía de salud femenina y familiar de gran utilidad para todas las lectoras de revista Ya.