



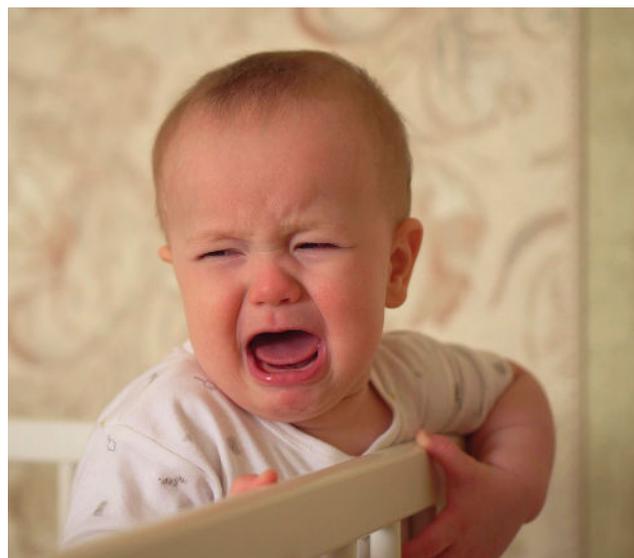
# El comportamiento desafiante en los primeros años

Los niños menores de tres años suelen tener un comportamiento desafiante. Este es el período del desarrollo, en que el bebé comienza a comprender que es una persona distinta de usted y naturalmente desea buscar mayor independencia y control de su mundo. Por supuesto, el problema es que si bien el deseo de ser ellos mismos está en su punto máximo, los niños aún no logran tener autocontrol. Todavía actúan de acuerdo con sus necesidades, deseos e impulsos, *no* según la lógica ni el razonamiento. Para bien o para mal, las modalidades de comportamiento más frustrantes de los niños son generalmente muy normales y apropiadas para el desarrollo.

Es importante tener en cuenta que, por naturaleza, algunos niños simplemente suelen presentar un comportamiento más desafiante que otros. Los niños, cuyas reacciones emocionales son importantes e intensas, así como los más cautelosos y temerosos, pueden ser más inconformes que los más despreocupados y flexibles. Suelen tener mayor dificultad ante el cambio y, por lo tanto, protestan, en especial en los momentos de transición (p. ej., al subirse al automóvil, a la hora de dormir, al ir a un lugar nuevo), ya que estas experiencias pueden ser algo estresantes para ellos.

## Para pensar

No todos los niños y las familias son iguales. Pensar en las siguientes preguntas puede ayudarle a adaptarse y a aplicar la información y las estrategias siguientes a su hijo y a su familia.



- ¿Con qué tiende su hijo a ser más inconforme? ¿Qué tienen estas cosas en común? ¿Por qué cree que sucede? ¿Hasta qué punto le permite esta comprensión ayudar a su hijo a enfrentar mejor la situación
- ¿Cómo responde cuando su hijo tiene un comportamiento desafiante? ¿Qué funciona? ¿Qué no funciona? ¿Qué puede aprender de esto?

## Lo que puede hacer

Lea a continuación las formas de responder al comportamiento desafiante de su hijo para que comience a aprender sobre los límites y el autocontrol.



“Estos automóviles desean regresar a la cesta con sus amigos. ¡Hagamos una carrera para ver quién puede poner más automóviles en la cesta más rápido!”

### Haga cumplir los límites sin enojarse.

Si ninguna estrategia funciona, y su hijo todavía continúa obstinado, imponga el límite en forma calmada y firme. “Puedes entrar al automóvil o puedo obligarte a hacerlo. Tú decides”. Si se resiste, entonces en forma calmada pero firme (sin enojarse) tómelo del brazo y póngale el cinturón de seguridad. En un tono de voz calmado, dígame que sabe que no le gusta subir al automóvil, pero que lo mantiene seguro y eso es lo más importante para usted.

**Valide los sentimientos de su hijo.** “Sé que no quieres ponerte el pijama. Es difícil dejar de jugar para ir a dormir”.

**Fije el límite.** “Pero es hora de dormir para que crezcas sano y fuerte”.

**Ofrezca algunas opciones (todas deben ser aceptables para usted):** ¿“Quieres ponerte el pijama antes o después de que leamos los libros”? También puede ofrecerle a su hijo la opción entre dos pijamas que desee usar. El acto de escoger les ofrece a los niños algo de control de una forma positiva y puede reducir el comportamiento desafiante.

**Use el sentido del humor.** Es una buena forma de calmar al niño en un momento dado. Puede ponerle el pijama al revés, o ver si le queda bien a su muñeco de peluche favorito. El sentido del humor ofrece a todos una posibilidad de calmarse.

**Aliente a su hijo a usar la imaginación.** Para un niño que rehúsa ir a dormir: “Teddy está muy cansado. Quiere que lo abracés para ayudarlo a quedarse dormido”. O cuando su hijo rehúsa ordenar los juguetes:

### Ayude a su hijo a recuperarse.

No preste atención a sus berrinches. Solo comience a hablar sobre algo que no esté relacionado: “Ay, mira ese perro enorme que va por la calle”. No hacer caso del comportamiento que desea eliminar es la forma más rápida de evitarlo. (La excepción a esta regla es si su hijo se lastima o lastima a otra persona, es decir, le pega, la abofetea, la golpea, etc. Luego detenga el comportamiento agresivo y diga en forma calmada pero severa: “No golpees. Puedes sentirte enojado, pero no golpees. Golpear duele”.)

**Evite rendirse.** Si se rinde ante los berrinches, su hijo aprende que si se esfuerza lo suficiente, obtendrá lo que desea. Esto también dificultará más las cosas la próxima vez que trate de hacer cumplir un límite.

Para obtener más información sobre formas de comportamiento desconcertante desde el nacimiento hasta los tres años, visite: [www.zerotothree.org/challenges](http://www.zerotothree.org/challenges)