

PUEDEN OCURRIR AUN MÁS EL ACC-

SON CLAVES LAS ACCIONES DE LOS ADULTOS ANTE ESTE COMPORTAMIENTO:

Especialistas indican tres errores frecuentes al enfrentarse a las pataletas infantiles



"Las pataletas son una época de mucho trabajo, pero es una época que pasa. Va a durar más si nosotros fomentamos las pataletas y menos si logramos que los niños consigan las cosas a través de otros medios", dice Cecilia Besser, psicóloga infanto-juvenil.

Es normal que ocurra este fenómeno entre los dos y cuatro años. No obstante, es importante que los padres no hagan inmediatamente lo que el niño pide, mantengan la calma y acompañen a sus hijos en el proceso de tranquilizarse.

ANNA NADOR

En el supermercado, un niño ve un chocolate, lo pide, pero su padre le dice que no. Lo que sigue, puede ser conocido por muchos padres: el niño se pone a llorar, gritar, se tira al piso y comienza una pataleta. Por más incómodo que puede ser ese escenario para los padres, las pataletas infantiles son parte importante del desarrollo de los niños, explica Cecilia Besser, psicóloga infanto-juvenil y directora de la Clínica Psicológica de la Universidad Diego Portales. Este comportamiento "surge alrededor de los dos años, cuando el niño se da cuenta de que es un individuo diferente a su madre. El niño descubre que puede tener voluntad y a través de las pataletas trata de ir probando qué tan eficiente es su voluntad. Por lo tanto, que las pataletas existan es parte importante del desarrollo de los niños y es bueno que existan", dice.

Sin embargo, aclara que "más allá de que es un buen indicador en los niños entre los dos y los cuatro años, el tema es cómo los padres manejan esas pataletas. De hecho, depende de cómo el padre, la madre o el cuidador principal responda a una pataleta qué tan frecuente es que el niño haga nuevamente esa pataleta". Pero es usual que los adultos cometan errores lidiando con una pataleta. Esto, porque "las pataletas son muy angustiantes para los padres y, por lo mismo, es lógico que en esta desesperación tiendan a cometer errores", señala Besser. Por eso, tres especialistas indican cuáles son los errores más frecuentes frente a una pataleta y qué hacer en tal caso.

1 HACER LO QUE QUIERE

Una equivocación frecuente es hacer lo que el niño quiere de forma inmediata, asegura Besser. Esto puede fo-

mentar que el niño haga más pataletas a futuro, ya que se "le enseñó que esa es la manera que tiene para conseguir las cosas que quiere".

En cambio, la idea es "tranquilizar al niño: tomarlo en brazos, hablar con él y darle toda la atención que necesita. Una vez que el niño esté un poco más tranquilo, explicarle que aunque haga todas las pataletas del mundo, no se le va a dar el chocolate, por ejemplo", acota.

Si, por otro lado, el niño quiere un durazno en vez de una manzana para el postre y al adulto no le importa dársela, "lo que hago es que lo tranquilizo, le explico que no hay ningún problema en que coma la otra fruta, pero que la manera de conseguirlo no es a través del llanto. Así que cuando el niño se logre tranquilizar, se le va a dar la fruta que pide", indica.

2 DESREGULARSE

Daniela Aldoney, directora del Laboratorio de Familia e Infancia de la Universidad del Desarrollo, asegura que uno de los principales errores que los adultos cometen ante una pataleta es desregularse ellos mismos: el llamado es a mantener la calma.

"Desregularse puede ser empezar a gritar o indicarle a los niños cosas como 'cállate'. Eso no sirve, porque el niño está buscando en el exterior una manera de regularse. Entonces el adulto tendría que ser el corregulador, modelar cómo este niño puede bajar la intensidad de esa emoción para poder nuevamente llegar a un estado de tranquilidad", apunta.

3 DEJARLOS SOLOS

Jennifer Conejero, psicóloga infanto-juvenil de Clínica Santa María,

agrega que tampoco hay que dejar a los niños solos. "Dejarlos solos les produce una gran angustia, ahí los niños no aprenden a controlarse porque el miedo los embarga y vuelven a tener esta sobre-reacción". Entonces, si la intención es separarlos de la situación que está generando el conflicto, "hay que tomar al niño y separarlo, pero acompañarlo, para que el niño no tenga la sensación de abandono", explica.

Aldoney coincide: "El niño cuando hace una pataleta es porque le faltan herramientas para poder manejar esa emoción. Solo no va a aprender a regularse. El niño necesita la co-regulación de otros. Es decir, necesitamos entregarles herramientas a los niños para que más adelante puedan ser capaces de regularse solos".

Señales de alerta

Si bien las pataletas son normales entre los dos y los cuatro años, puede ser necesario pedir ayuda cuando "pese a todos mis esfuerzos no logro tranquilizar al niño después de un tiempo, y el niño termina tres horas llorando y quedándose dormido hasta el próximo día", dice Cecilia Besser. En ese contexto, es importante acudir a un especialista, porque "estar desregulado tiene efectos químicos muy importantes a nivel cerebral, ya que implica un aumento importante del cortisol, la hormona del estrés". También, "si las pataletas se extienden de forma persistente más allá de los cuatro años, se debe pedir ayuda", apunta Besser.