

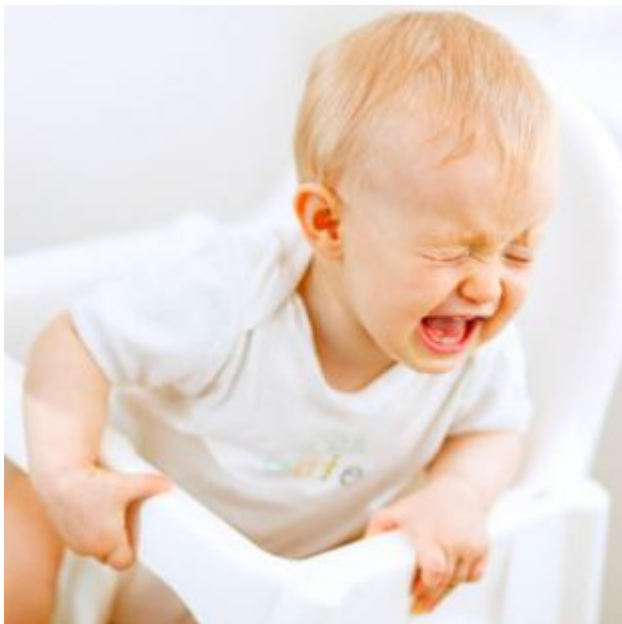


Publicado en *Alimentación infantil - Nestlé Bebé* (<https://www.nestlebebe.es>)

[Inicio](#) > ¡Está enfadado!

Compártelo

X

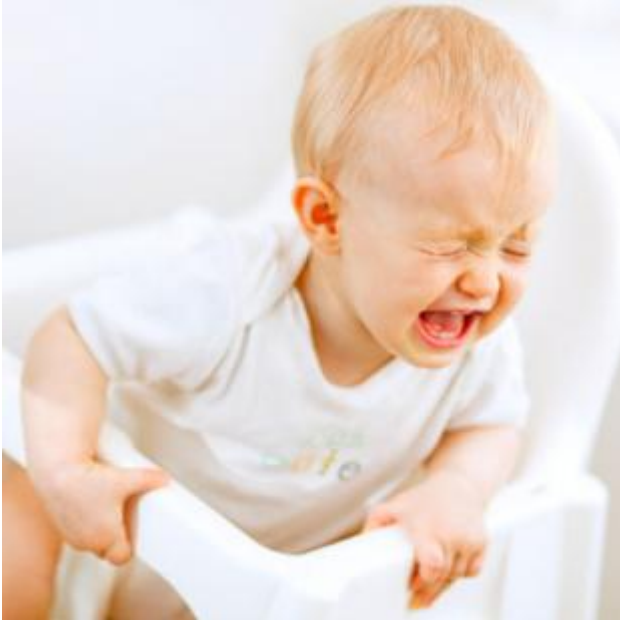


¡Está enfadado!

Ayer, con el enfado tu chiquitín se tiró al suelo en medio de la tienda en la que estábamos. Este mediodía, tiró sus juguetes por todo el salón cuando vine a buscarlo para comer. Y desde hace unas semanas, dice que no a todo. No lo reconozco. Antes era tan "dócil".
¿Cómo reaccionar ante un bebé enfadado?

<https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Categoría:

El ser mamá y papá

¡Está enfadado!

(0 valoraciones)

Martes, Octubre 9th, 2018

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compártelo](#)

Ayer, con el enfado tu chiquitín se tiró al suelo en medio de la tienda en la que estábamos. Este mediodía, tiró sus juguetes por todo el salón cuando vine a buscarlo para comer. Y desde hace unas semanas, dice que no a todo. No lo reconozco. Antes era tan "dócil". ¿Cómo reaccionar ante un bebé enfadado?

Berrinches y rabietas Hacia los 18 meses, los niños se enrabetan cada dos por tres por cualquier cosa. Se ponen fuera de sí por la mínima contrariedad. Como aún no son capaces de dominar el lenguaje, expresan su exceso de emociones con gritos, alaridos y una serie de actitudes destinadas a provocar a sus padres y hacerles sentir incómodos como **la fase del no** ^[6]. Tu bebé está enfadado; no te preocupes, no es la excepción a la regla.

El choque de titanes

Cuando las rabietas y los **berrinches típicos de los 18 meses** comienzan, se revoluciona el día a día. A la menor contrariedad ("esta noche hay acelgas para cenar"), o cuando le pides o le ordenas algo ("guarda las muñecas en el cajón", "deja de tocar el botón de la lámpara"), tu pequeñín explota. La gama de actitudes para expresar su descontento es amplia: patear, tirarse al suelo, gritar, romper el papel de la pared, etc. En resumen, ¡te hace la vida imposible! Ese cambio brutal de comportamiento te desconcierta y angustia: es normal. Más

aún cuando tu niño se enfrenta a tu autoridad en público y sus ruidosas reacciones se convierten en un molesto espectáculo.

¿Qué revela su comportamiento?

Simplemente que **tu hijo está creciendo**. Dicho de otro modo, sus deseos empiezan a diferenciarse de los de sus padres.

¿Cómo? Imponiéndote sus gustos y rechazando categóricamente tus condiciones. Por consiguiente, es lógico que en la relación empiecen a saltar chispas. Con sus "no", "tú no", "yo solito", sencillamente **está tomando el poder**. De esta forma, te comunica a su manera un sentimiento nuevo y fundacional para él: Yo Soy (sobrentendido: yo no soy tú). Pero como no domina las sutilezas del lenguaje, esta afirmación de su personalidad se traduce en una relación de fuerza.

Estas oposiciones permanentes ilustran también sus primeras **experiencias de la frustración**, que frecuentemente son motivo de enfrentamiento. Sin embargo, debes resistir y no ceder a todos sus deseos, todas sus exigencias. La frustración que suponen los límites de lo que es posible o no estructura el desarrollo de la personalidad de tu hijo: es el paso obligado para no convertirlo hoy en un pequeño tirano y, mañana, en un adulto ansioso y sin confianza en sí mismo.

¡Donde manda capitán, no manda marinero!

Amar es saber decir no. Ya conoces esta máxima de la educación, que predicán todos los especialistas de la primera infancia. Pero ahora vas a constatar lo agotador que resulta mantenerse fiel a ella cuando tu diablillo te lleva al límite.

La actitud correcta: mantenerse serena, dueña de sí, **a la escucha, pero a la vez firme**. De esta forma, le ofreces a tu hijo el derecho a expresar su deseo. Escuchas su enfado pero le indicas que **eres tú quien decide**, por su bien. Claro, en teoría esto parece un juego de niños, pero en la vida real, tras una jornada de trabajo agotador y de atascos, ¡es harina de otro costal!

Algunos consejos para evitar el enfrentamiento:

- **Evita la relación de fuerza, para que los conflictos no acaben con un vencedor y un vencido**. Es mejor aplicar la estrategia del "todos salimos ganando". Por ejemplo, ofrécele la posibilidad de elegir cuando sea posible: "¿vamos al parque o a dar un paseo en el carrito? "
- Avísale de la continuidad de sus acciones: "vale, puedes ver el final del episodio de Pocoyo pero después te vas a dormir la siesta". De este modo, **le ofrecerás un marco que define límites**, pero dentro del cual dispone de un (pequeño) margen de maniobra. Al sentirse comprendido y respetado en su integridad, tu hijo crecerá de forma serena.
- **No intentes "doblegarlo" ni hacerle obedecer por la fuerza**, son dos reacciones extremas que afectarían su autoestima. Vuestra función como padres no consiste en "amaestrar" a vuestro hijo cueste lo que cueste. Si bien es cierto que, de hecho, son los padres quienes detentan el poder, esta autoridad debe ponerse al servicio del

desarrollo armonioso de su hijo, es decir, de la eclosión de su personalidad. Se trata de encontrar el justo equilibrio entre amor, estimulación, protección y exigencia, frustración, sanción.

¿Quién ha dicho que ser padre sea una tarea fácil?

¿Qué hacer cuando le viene una rabieta?

El enfado va en aumento: distráele. Háblale de otra cosa ("¿sabes? la abuela va a venir a jugar contigo esta tarde"), o proponle una alternativa ("ya tienes tres muñecas; en vez de comprar otra, mejor te regalo unos cacharritos para darles de comer").

La rabieta explota: espera unos minutos a que se le pase. Otra solución eficaz: lleva a tu hijo a su habitación para que se desahogue solo. Una crisis se nutre de las reacciones del auditorio. Privarle de espectadores es de algún modo como echar agua al fuego. Al cabo de un rato, vete a buscarle para preguntarle si se le ha pasado el enfado y proponle (por ejemplo) jugar a algo. Es importante también aprender a entender esos enfados y berrinches ("estás en tu derecho, comprendo que no estés contento"), sin por ello dejar manipularse ("soy yo quien decide y voy a explicarte por qué haremos lo que yo quiero"). Todo un arte...

El "**cachete**": ¿una buena o una mala solución? Hay que reconocer que, tras haber intentado todos los recursos posibles para calmar su crisis, un cachete en el culete es algo tentador.

Sin embargo, este reflejo no es el más adecuado. Ciertamente, tu hijo te obedecerá, pero a largo plazo esta sumisión a una reacción violenta puede alterar la imagen que el niño tiene de sí mismo. Puede que él también se sienta tentado a pegar cuando a su vez deba resolver un conflicto en la escuela o con sus hermanos y hermanas. Por esta razón, la mejor respuesta a sus enfados es sin duda el diálogo.

Un punto esencial: dominar la situación tras el enfado. Dile que le sigues queriendo igual, aunque a veces se ponga un poco caprichoso.

El espasmo del sollozo: Inmerso en la emoción provocada por su enfado o su frustración, tu hijo se queda sin respiración. En casos extremos, puede incluso perder el conocimiento durante algunos instantes. Aunque asusta mucho a los que le rodean, estas crisis no tienen ninguna consecuencia fisiológica para el niño. ¡Es bueno saberlo!

Matilde, 32 años. mamá de Adrián, 20 meses:

"Adrián tiene 20 meses. ¡le encanta el chocolate! En la caja del supermercado se empeñó en una chocolatina. Como eran las 20:00 h e íbamos a cenar al llegar, me negué a comprársela. Se pilló una rabieta colosal: primero se tiró al suelo gritando, después, cuando lo levanté, intentó pegarme. Todo el mundo nos miraba, yo estaba verdaderamente avergonzada. Y claro, no me atrevía a reñirlo como lo hago en casa. Esperé entonces a estar en el coche para explicarle que su comportamiento había sido inadmisibile".

URL de origen: <https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado>

Enlaces

[1] <https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado&media=https://www.nestlebebe.es/sites/g/files/sxd771/f/styles/thumbnail/public&description=¡Está enfadado!>

[3]

<https://twitter.com/share?text=%C2%A1Est%C3%A1%20enfadado%21&url=https%3A//www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.es/padres-de-hoy/esta-enfadado>

[5] <https://www.nestlebebe.es/printpdf/829781>

[6] <https://www.nestlebebe.es/node/829626>