



La Crianza Humanizada



Boletín del Grupo de Puericultura de la Universidad de Antioquia
Año XXIII (2019) No. 184

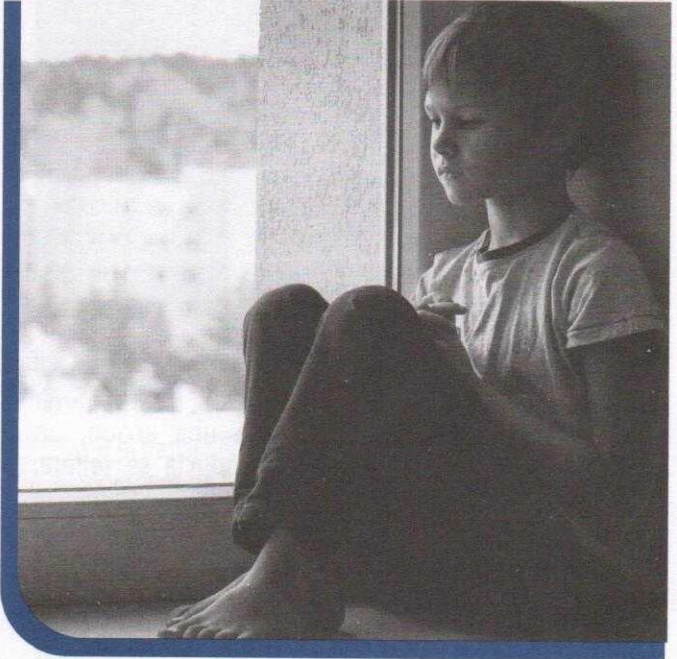
Editorial

Como ayudar al niño difícil a canalizar sus emociones

El niño difícil demanda toda nuestra atención y de las estrategias que podamos darle de forma creativa, para atender sus necesidades y para ayudarlo a gestionar todo ese mundo emocional que en ocasiones lo desborda y lo bloquea. Las siguientes son tres actitudes que se deben tener en cuenta.

Sí al poder del refuerzo positivo

Si a un niño difícil le recriminamos sus errores o lo reprendemos por sus reacciones generaremos más rabia y más ansiedad. Recuerda siempre que este tipo de niños, en el fondo, son muy frágiles y disponen de una baja autoestima. Usa verbalizaciones tan simples como: yo confío en ti, yo sé que vas a poder con esto... Una palabra positiva genera una emoción positiva, y una emoción positiva genera confianza.



Sí a la comunicación que no juzga, que no compara ni sentencia

Hay padres y madres que cometen el error de falta de empatía al comparar al niño difícil con sus hermanos o con otros niños. No es lo adecuado. Al igual que es un error iniciar un diálogo con determinadas frases como: tú eres vago, tú nunca escuchas, tú siempre te portas mal. Evita este tipo de comunicación y sigue siempre estas pautas:

- No sondees, no interrogues. Descubre cuál es el momento en que el niño se siente más cómodo para hablar
- Dale confianza, cercanía y comprensión. Cuida mucho el tono de tu voz, es algo básico para conectar con los niños

Sí a propiciar un equilibrio interno en el niño, para lo cual:

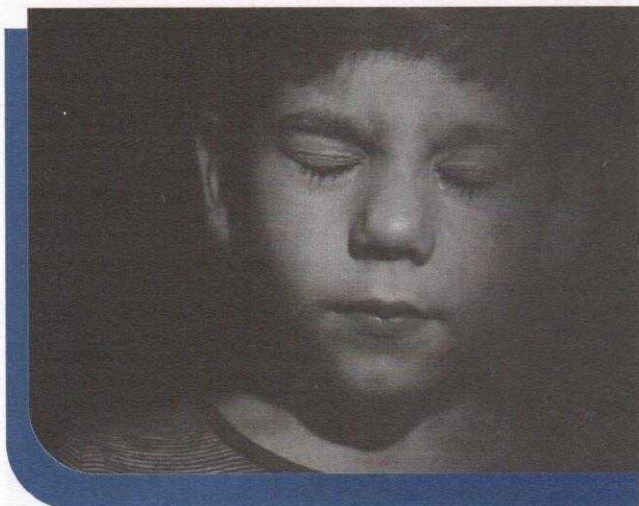
- Enséñale que cada emoción puede transformarse en una palabra, que la rabia tiene forma, que la tristeza se puede compartir para aliviarla, que llorar no es malo y que tú siempre estarás ahí para escucharle
- Enséñale a respirar, a relajarse, a canalizar sus emociones por medio de determinadas actividades con las que desahogarse y distraerse...
- Enséñale a aceptar la frustración de que el mundo no puede ser siempre como él quiere.
- Enséñale a escuchar y a hablar con asertividad. Diles que su voz siempre va a ser escuchada, que todo lo que diga es importante para ti...
- Enséñale a tener responsabilidades, a valerse por sí mismo en cada paso y decisión que da...

Adaptado de: Sabater V. **Detrás de un niño difícil hay una emoción que no sabe expresar.**
Disponible en: <https://lamenteesmaravillosa.com/detras-nino-difícil-una-emocion-no-sabe-expresar/>

Editores: Álvaro Posada Díaz / Juan Fernando Gómez Ramírez / Humberto Ramírez Gómez

Cuándo la conducta del niño es un problema

Luis Carlos Ochoa Vásquez
Pediatra puericultor U. de A.
Profesor Titular Medicina UPB



La conducta es la manera como los seres humanos se comportan en su vida. Es la ejecución de cualquier actividad en la que está implicada una acción, un pensamiento o una emoción. La conducta se refiere, entonces, tanto a lo que se hace como a lo que se piensa y se siente. La conducta está influida por la inteligencia cognitiva de cada individuo, pero, en mayor proporción, por su inteligencia emocional.

Una consulta frecuente de los cuidadores de niños, niñas y adolescentes es si una determinada conducta de ellos es normal o no. Aquí es necesario enfatizar que todos los niños se comportan mal algunas veces en diversas situaciones comunes. También su comportamiento se puede alterar temporalmente por el estrés que ocasionan circunstancias de la vida diaria (cambio de casa o colegio, nacimiento de un hermano, la entrada al jardín infantil, entre otros).

De manera general se puede decir que hay tres conductas en la niñez y la adolescencia:

1. Conductas que son deseadas, aceptadas por los adultos y pares de los niños, niñas y adolescentes y que no ocasionan malestar en su entorno. Son las **conductas asertivas**.
2. Conductas que se toleran o aceptan solamente bajo ciertas circunstancias y de duración pasajera como en momentos de enfermedad, la llegada de un nuevo hermano, cambio de colegio, etcétera.
3. Conductas que no pueden ser toleradas en ninguna circunstancia usual, como el gritar, lanzar objetos, golpear, insultar. Son las **conductas disruptivas**, aquellas que rompen con el equilibrio, la tranquilidad, lo socialmente aceptado.

Actitudes de los padres ante las conductas de sus hijos

Ante los diferentes comportamientos de los niños, niñas y adolescentes son múltiples las actitudes y posiciones de los padres y otros cuidadores. Algunas son:

- Todas se califican como normales: *son niños*
- Mucho de lo que hacen no es aceptado como deseable y se descalifica muchas de sus actuaciones: *debería comportarse mejor, es muy necio, es muy infantil, debería ser más obediente...*
- Las exaltan como superiores a su edad: *es muy maduro, parece un grande...*
- Se tiene una actitud fatalista: *no hay nada que hacer, así nació, ¡igualito al papá!...*
- Exigencia de conductas que no son propias para una determinada edad: *falta de control de esfínteres a los dieciocho (18) meses, que no se hagan pataletas a los tres (3) años, va más atrás que otros niños en muchas cosas...*
- Laxitud y tolerancia ante una conducta que se espera que ya esté presente para su edad: *no se viste solo a los cuatro (4) años, hay que darle la comida y cepillarle los dientes a los cinco (5) años, pobrecito, él no es capaz y se demora mucho...*

Partiendo de las anteriores consideraciones, es necesario comprender que en todo momento los niños están tanteando los límites, bordeándolos, para explorar hasta dónde pueden llegar. Cuando no hay una aplicación de límites y normas con firmeza, afecto y de manera sistemática (aplicación de las normas a **toda** hora, en **todas** partes y por **todos** los cuidadores), el niño "aprende" con quién es determinado permiso, dónde sí puede comportarse de una manera y dónde no.

Trastorno de conducta y problemas de conducta de niños, niñas y adolescentes

Es necesario diferenciar el trastorno de conducta del problema de conducta. El primero se define como un patrón de comportamiento hostil, agresivo o perturbador, antisocial y violador de los derechos que dura más de seis meses y que no es apropiado para la edad del niño. Son cuatro: conducta agresiva, destructiva, falsedad y violación de reglas. Los problemas de conducta, en cambio, son los que ocurren prácticamente en todos los niños en cualquier etapa de su vida. Los más frecuentes son:

- **Desobediencia.** Es la negación a cumplir una solicitud o una norma
- **Rabietas.** Son reacciones para expresar enojo o desacuerdo ante una situación concreta y con la

interacción con un adulto significativo. Ante la imposibilidad de gestionar emociones y sentimientos, el niño reacciona con todo su organismo por medio de llanto, gritos, golpes, patadas. Se considera un fenómeno normal entre uno y medio y cinco años de edad

- **Negativismo.** Es el niño que siempre dice **no** a todo. Manifiesta una oposición activa no agresiva, como una forma de llamar la atención

¿Cuándo es preocupante una conducta del niño, niña o adolescente?

Las conductas inadecuadas tienen cierta "normalidad" si ocurren en determinadas etapas del ciclo vital. Sin embargo, cuando la magnitud, frecuencia o perseverancia en el tiempo pasan ciertos límites deben ser preocupantes y requieren intervención. La preocupación de los cuidadores adultos por una conducta en la niñez o la adolescencia se debe manifestar, para intervenir, cuando:

- Un hito del desarrollo no se presenta a una determinada edad
- Persisten algunas conductas más allá de determinada edad
- Se dan conductas que interfieren con la rutina diaria del niño y de su familia
- Se tienen conductas que potencialmente pueden alterar el crecimiento y/o el desarrollo
- Hay conductas de decisión sobre dónde, cuándo y cómo se hacen las actividades de la vida diaria
- Hay comportamientos que alteran la inteligencia y educación emocionales
- Ocurren frecuentes problemas de convivencia con los amigos en el vecindario, el colegio, el jardín o el centro infantil

Ejemplos de **cuando un hito del desarrollo no se presenta a una determinada edad**: un niño que después de los dos (2) a tres (3) meses no sonríe, no sostiene la cabeza; que a los ocho (8) o nueve (9) meses no es capaz de sentarse por sí mismo; que no se sostiene de pie o no camina con apoyo después de los doce (12) o catorce (14) meses.

Ejemplos de **cuando persisten algunas conductas más allá de determinada edad**: No hay control nocturno de esfínteres en mayores de dos (2) años, hay pataletas frecuentes en mayores de cinco (5) años, existe incapacidad de vestirse sin ayuda en mayores de cuatro (4) años.

Ejemplos de **cuando se dan conductas que interfieren con la rutina diaria del niño y de su familia**: cuando la hora de acostarse es siempre un trastorno familiar, cuando se tienen que hacer ritos, rogar, amenazar y chantajear al niño en las horas de las comidas; cuando actúa con mucha frecuencia bajo el estímulo de un premio o la amenaza de un castigo.

Ejemplos de **cuando se tienen conductas que potencialmente pueden alterar su crecimiento y desarrollo**: se es altamente selectivo en las comidas, se ingiere solamente comida chatarra y bebidas gaseosas, se pasa más tiempo del recomendado usando pantallas.

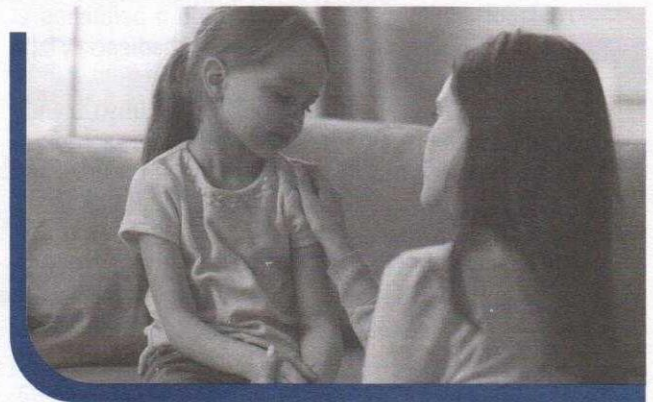
Ejemplos de **cuando hay conductas de decisión sobre dónde, cuándo y cómo se hacen las actividades de la vida diaria**: no se establecen rutinas desde los primeros meses de vida para la alimentación, el aseo, el sueño; no se aplican límites, normas y sus consecuencias; no se cuenta con modelos de cumplimiento de normas, de respeto por la diferencia, de aceptación del otro, de superar problemas y fracasos con resiliencia...

Ejemplos de **cuando hay comportamientos que alteran la inteligencia y educación emocionales**:

- **Conducta agresiva**: se reacciona con frecuencia y ante la menor frustración con una conducta agresiva: gritar, lanzar objetos, morder, arañar, levantarse de su puesto, salirse del aula. Se trata de reacciones que son o muy frecuentes o desproporcionadas al problema que las ocasiona
- **Conducta pasiva**: se es indiferente ante los problemas, no se afrontan o se muestra sumisión, buscando siempre agradar a todos, sin protestas ni reclamos
- **Timidez limitante**: se da a tal grado que limita el proceso de socialización, el desempeño en comunidad o el trabajo en equipo. Es el niño excesivamente tímido después de los seis (6) o siete (7) años

Ejemplos de **cuando ocurren frecuentes problemas de convivencia con los amigos en el vecindario, en el colegio, el jardín o centro infantil**: hay quejas frecuentes del colegio por peleas con compañeros; hay daños frecuentes a la propiedad privada; se hacen travesuras reiteradas en el vecindario.

¿Qué hacer?



Ante una conducta catalogada como problema en la niñez o la adolescencia es necesario analizar cada caso en particular, incluyendo en dicho análisis las condiciones de modo, tiempo y lugar (dónde ocurre más frecuentemente el comportamiento problemático, con quién, en qué circunstancias), después de lo cual es válido tener en cuenta las siguientes pautas:

- Afrontar la causa. Lo más efectivo ante una conducta problema es identificar su causa, ir a la raíz del problema y erradicarlo, modificarlo o atenuarlo, según cada caso en particular
- Revisar el ejercicio de autoridad que se aplica (autoritario, negligente, permisivo, democrático) y hacer los correctivos pertinentes
- Revisar los criterios en la aplicación de normas y límites (adecuadas para la edad, consistentes, unidad, consenso en la disciplina entre los cuidadores, desautorizaciones, salidas de casillas...)
- Revisar cómo se da la aplicación de correcciones ante el comportamiento inapropiado, evitando el castigo, teniendo en cuenta quién y en qué momento tiene la posibilidad de hacer estas correcciones.
- Entender siempre que la desobediencia, la agresividad y el negativismo pueden ser, en muchas ocasiones, signos de un problema de fondo como abuso sexual, maltrato infantil, *bullying*, violencia intrafamiliar, alteraciones en las relaciones de pareja y muchas otras causas de estrés tóxico. Es, pues, un error centrar la atención solamente en los síntomas, en los signos.

Prevención

Sobre las conductas problemáticas lo fundamental es hacer prevención de ellas, para lo cual se sugieren las siguientes recomendaciones:



- Fomento permanente de las **conductas asertivas** en el hogar y en la escuela, lo que facilitará la adquisición oportuna de las habilidades sociales que preventivamente evitarán la aparición de conductas disruptivas. Si ante una conducta inadecuada el cuidador adulto reacciona explotando o perdiendo el control, la respuesta usual será de desobediencia y falta de respeto.
- Limitar el número de reglas o normas, circunscribiendo las mismas a los campos de la **seguridad**, la **salud** y el **trato a los demás**. Dejen de prohibir tantas cosas que ya no me alcanza el tiempo para desobedecerlas todas, decía un niño de seis (6) años
- **Unificación de criterios** (entre todos los cuidadores), en la aplicación de las pautas de crianza, con énfasis en el ejercicio de la autoridad (normas, disciplina, reconocimientos, correcciones)
- La importancia de la **firmeza** y del **afecto** en la crianza. En todo momento el niño, niña y adolescente debe comprender que hay conductas que no pueden ser

toleradas ni negociadas y que si aparecen tendrán una corrección que puede que no sea de su agrado

- La necesidad de las evaluaciones periódicas del crecimiento y del desarrollo en las que se pueda obtener una visión integral lo relacionado con lo biológico, lo psicológico, lo social y lo espiritual.
- Evitar el establecimiento de un vínculo relacional coercitivo con el niño o niña. Es natural que al comienzo utilice conductas instintivas que le garanticen su supervivencia (llorar, gritar, patear), pues con ellas "controla" a su madre.

Al crecer se deben cambiar esas conductas rudimentarias por nuevas habilidades sociales de comunicación (señalar, hablar, pedir...). Si los cuidadores adultos siguen atendiendo solamente cuando se dan las conductas rudimentarias en lugar de dar la atención adecuada a las nuevas maneras (se le presta atención solo cuando grita, tira, golpea), el niño se seguirá expresando por medio del grito, el llanto y la pataleta

Conclusión

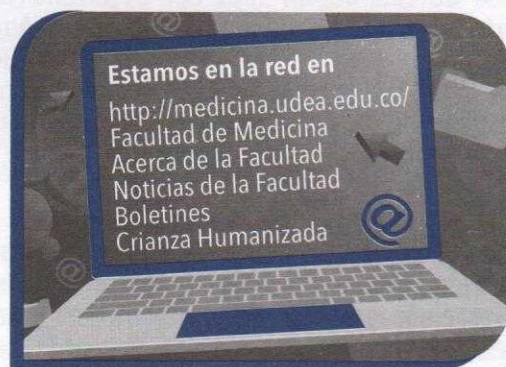
Ante una conducta del niño, niña o adolescente que a juicio de los padres de familia sea inadecuada, es necesario estudiar sus posibles causas, revisar la aplicación de límites y normas, responder asertivamente ante la misma y, en casos especiales, acudir a una ayuda profesional.

De otra parte, se debe intervenir de manera tal que no se corrija al niño sino su comportamiento, que no se le rotule ni se estigmatice, que no se le regañe delante de sus amigos y pares, recordando siempre que disciplinar es, en última instancia, enseñar a elegir buenas conductas para todos, con la evitación del dañino e innecesario castigo.

Lecturas recomendadas

Posada Á, Gómez JF, Ramírez H. *El niño sano*. 4ª ed. Colombia: Editorial Médica Panamericana; 2016.

Turecki S, Tonner L. *El niño difícil de criar*. Colombia: Norma;



No le evites a tus hijos las dificultades de la vida, acompáñalos más bien a superarlas

Louis Pasteur

la felicidad
está en ti

Comfeñalco
Antioquia