

Jamás ha habido un niño tan adorable que su mamá no quisiera verlo dormido

Ralph Waldo Emerson

El niño difícil

Pablo tiene ocho años y acaba de iniciar su tercer grado en un nuevo colegio. Le cuesta acatar las normas, respetar el turno, es brusco en el trato con sus compañeros y habla todo el tiempo en clase. La primera semana, María su profesora nueva le cuenta que va a invitar a sus padres para conocerlos y hablar de él. Pablo de inmediato dijo a su profesora: tú no le puedes decir a mi mamá que yo soy necio, no ves que me cambiaron de colegio porque la otra profesora siempre decía que yo era necio. ¿A ti te parece que yo soy necio?

Ella le contesta: tú mismo sabes si lo eres o no. A mí me parece que eres un niño muy inteligente. Pablo hace un gesto de tranquilidad y respira con un profundo ¡ufffff! Qué alegría profe, mi mamá se pondrá feliz. A partir de ese momento, María nota que Pablo ha cambiado mucho su comportamiento y está mucho más tranquilo.

Cuando se habla de un niño o niña difícil se hace referencia habitualmente a problemas de conducta (agresividad, timidez, etcétera). En muchos casos estos niños tienen también problemas de aprendizaje (falta de atención, dislexia, etcétera).

El temperamento, el ambiente familiar, la educación escolar y la influencia de los compañeros son factores que influyen, pero no determinan absolutamente que un niño sea difícil. Los niños y niñas difíciles son esencialmente normales, no tienen perturbaciones emocionales, problemas mentales o lesiones cerebrales: "difícil" es muy distinto de "anormal".

Hay niños y niñas que son difíciles de criar, por lo que aceptar esta dificultad como tal y aprender más sobre su comportamiento ayudará a que su educación sea más fácil. No todos los niños y niñas difíciles son iguales: algunos son relativamente dóciles con algunos aspectos difíciles y otros son los que se declaran como "imposibles".

Los niños y niñas difíciles crean tensiones familiares, discordias matrimoniales, problemas entre hermanos, y pueden tener sus propios problemas emocionales, pero también pueden llegar a convertirse en niños positivos, creativos, entusiastas, si las relaciones de crianza son adecuadas.

Aun así, la gran mayoría de veces padres y educadores culpan a los niños y los censuran cuando no hacen lo que los adultos esperan que hagan, convirtiéndose en "policías" y acusándolos sin indagar las causas reales que los motivan a comportarse de determinadas maneras. Por eso es necesario comprender los motivos del propio niño para comportarse de manera problemática y así poder ayudarle a desarrollar otras alternativas para afrontar sus dificultades.

Con los niños y niñas difíciles se requiere una labor conjunta entre padres y maestros por medio de refuerzos y modelos positivos, apoyándolos para que mejoren sus capacidades y habilidades, de tal modo que se sientan responsables, logrando una integración en cualquier grupo social en que se desenvuelvan: colegio, familia, amigos.

Diana Patricia Palacio Posada

El niño de temperamento difícil

María Cristina Noreña Velásquez

Pediatra

Profesora de la Universidad de Antioquia

Son frecuentes los padres confundidos y agotados cuando ven que sus hijos son difíciles de criar; algunos padres incluso describen a sus hijos como insoportables. Si bien unos pocos de estos niños tienen retardo mental, o trastorno en su desarrollo, o trastornos como déficit de atención e hiperactividad y otros problemas de conducta, la mayoría de los niños se comportan así por dificultades ambientales (en las relaciones de crianza).

El **temperamento** es el modo característico de responder emocionalmente y con comportamientos ante los acontecimientos ambientales, es el estilo de comportamiento natural de cada individuo. Tiene atributos como ritmo de actividad; facilidad o intensidad para irritarse ante situaciones negativas; facilidad de consolarse luego de intranquilizarse y receptividad ante la estimulación social.

El temperamento es una característica que se manifiesta desde los primeros días de nacido y parece haber un factor genético involucrado en su determinación. El medio y la relación con los padres pueden influir en el temperamento, pero no son la causa de las características temperamentales: ni los padres ni el niño tienen la “culpa” del temperamento del niño, pero los padres sí son los encargados de preocuparse por criar de la mejor manera al niño.

Hay niños que no padecen ningún trastorno, pero que responden inadecuadamente (malos comportamientos) ante los acontecimientos que ocurren en su vida diaria. Estos niños se denominan como de **temperamento difícil**.

El niño de temperamento difícil es activo, irritable y de hábitos irregulares; a menudo reacciona en forma muy vigorosa ante cambios de rutina y tardan mucho en adaptarse a personas o situaciones nuevas.

El niño de temperamento difícil suele tener dificultades en las relaciones de crianza: tiene conducta difícil de entender; hace pataletas más intensas; le gusta ser el centro de atención; es poco colaborador; tiene poca tolerancia a la frustración y no acepta un no por respuesta y batalla frecuentemente con sus

padres, generando en ellos sentimientos de incompetencia o culpa y afectando la vida matrimonial y familiar.

El niño de temperamento difícil es, en resumen, **necio**, sin que su necesidad sea a propósito, pero si los padres no aplican una disciplina eficaz el niño se vuelve sobreexigente. El niño de temperamento difícil es común que lo exprese como malos comportamientos. Como respuesta, los padres se enojan, lo gritan y castigan y luego de que se calman tratan de congraciarse con él dándole gusto en todo lo que pide, evitando corregirlo por la siguiente falta que comete.

Se describen ocho tipos de niño de temperamento difícil:

- Niño muy activo
- Niño distraído
- Niño poco adaptable
- Niño retraído o que rechaza todo lo nuevo inicialmente
- Niño de alta intensidad
- Niño irregular
- Niño con bajo umbral de sensibilidad
- Niño con estado de ánimo negativo

Estos niños son descritos desde muy pequeños por sus padres como incansables, llorones, sin horario fijo de sueño y de comida, nerviosos, etcétera. Dejan a las madres rendidas y los padres piensan que algo anda mal con ellos. Es común que el pediatra les diga que se trata de *síndrome de llanto prolongado*, que es el mismo mal llamado *cólico del lactante*, pero estos niños, al contrario de los primeros, no se mejoran espontáneamente a los cuatro meses de edad.

Al crecer, estos niños pueden mostrar varios comportamientos según su tipo de temperamento. Por ejemplo:

- Se sobreexcitan y pierden el control (signo de aumento de actividad)
- Parecen no escuchar (distracción)
- Son tercos, sin querer dejar lo que hacen (mala adaptabilidad)
- Rechazan comidas y ropa nueva (retramiento, rechazo)
- Lloran o ríen con alto volumen (aumento de intensidad)
- Tienen problemas con el horario de comidas y sueño (irregularidad)
- Notan cambios mínimos en el sabor de comidas

- Les da “histeria” una pequeña cortadura
- Se excitan en lugares concurridos (bajo umbral de sensibilidad)
- Son hoscos, caprichosos y serios: parecen ser niños desdichados
- Generan problemas frecuentes en el jardín por sus impulsos y su falta de control

Cómo actuar ante el mal comportamiento de los niños

Dadas las dificultades que se generan en la relación con los niños de temperamento difícil y las posibilidades de dificultades cuando sean adolescentes y adultos, es necesario tratar de modificar este temperamento mediante formas de disciplina diferentes a las de los niños de temperamento fácil. Los expertos en el tema sugieren el establecimiento de un programa de varios pasos para disciplinar a los niños que muestran mal comportamiento:

- Modificar, mediante educación, las actitudes y el comportamiento de los padres
- Entender y conocer el temperamento y el comportamiento del niño
- Acople niño-padres, niño-hermanos, niño-familia

Inicialmente debe evaluarse y definirse el problema, lo que requiere que ambos padres analicen y discutan cuál es el tipo de comportamiento del niño que les causa más problemas (mal comportamiento) y las situaciones o circunstancias en que suele ocurrir, así como el efecto que este comportamiento produce en la madre, en el padre, en los hermanos, en la pareja, en el resto de la familia.

También se debe precisar si hay efectos secundarios, como marcado enojo o mucho retraimiento, temor, pesadillas o mala autoimagen, al igual que si la disciplina aplicada hasta ahora es eficaz o no, lo que puede evaluarse con preguntas como: ¿tienen que gritarle con frecuencia?, ¿tienen que decirle no muchas veces?, ¿si él pega, ustedes también lo hacen?, ¿lo amenazan constantemente y no cumplen su amenaza?, ¿ceden ante sus exigencias?, ¿les parece que el niño tiene más poder que los adultos?

Adicionalmente, se debe intentar recordar si alguna medida espontánea sorpresivamente ha hecho responder al niño o alguna consecuencia ante un mal comportamiento parece ser especialmente eficaz.

El proceso de aplicación de la autoridad empieza por la adopción de una actitud neutral ante el problema, así como pensar y evaluar antes de reaccionar ante un comportamiento y luego preguntarse si es relevante, y si lo es, actuar cuando ocurra la falta. Se debe definir claramente la jerarquía familiar y establecer normas y consecuencias por el incumplimiento de las mismas.

Las normas deben ser claras y fáciles de comprender, de tal manera que el niño pueda saber qué se espera de él. Las consecuencias deben ser claras, breves en su expresión, firmes, sencillas, coherentes y acordes con la situación considerada como falta.

No es la severidad ni el grado de las consecuencias lo realmente importante, sino que estén planteadas y se cumplan. Al momento de aplicar las consecuencias se debe tener una actitud seria, y estas deben aplicarse tan pronto como sea posible cuando ocurra la conducta indebida: nunca se debe aplazar.

También se debe tener en cuenta que para que la disciplina sea eficaz los padres deben conservar la calma en todo momento; cuando un padre se enfurece y se descontrola, está perdiendo autoridad ante el niño.

Cómo actuar ante el niño con temperamento difícil

Una vez establecidos los rasgos temperamentales del niño, los padres deben tratar de definir si en un comportamiento determinado interviene el temperamento, y no tomarlo como algo personal con preguntas como ¿por qué me haces esto a mí?

En niños muy activos que se excitan fácilmente es útil el contacto visual, y prevenir el desenfreno buscando una actividad tranquilizadora que lo enfríe, como su canción favorita, un programa de televisión, salir al parque, etcétera.

En niños muy inquietos u obstinados en una actividad puede servir darles tiempo para acostumbrarse con una secuencia de eventos e implementar el reloj de cambios, el cual le indica al niño que en determinado tiempo se cambiará de actividad.

En aquellos niños impredecibles con sus horarios de comer y dormir suele ser útil acostarlos siempre a la misma hora y aceptar el hecho de que la hora de

acostarse no es lo mismo que la hora de dormir; igualmente, puede ser de utilidad sentarlo a la mesa con la familia a la hora usual y permitirle comer algo liviano inicialmente.

Los niños distraídos se benefician del contacto visual. En los niños con bajo umbral de sensibilidad sirve reconocerles que se sabe que no le gusta algo, introducir lo nuevo poco a poco y darle dos opciones para que él mismo escoja prendas de vestir, alimentos, etcétera.

Los padres deben poner cuidado de no caer en un comportamiento repetitivo del niño, como amarrarle infinidad de veces los cordones de los zapatos, peinar a la niña de diferente modo cuantas veces quiera, etcétera. En estas situaciones se sugiere atender sus exigencias un máximo de tres veces y no ceder si el niño insiste.

En algunas circunstancias puede ser útil darle al niño un muñeco para que le enseñe a comportarse o un compañero valiente que lo acompañe en situaciones que le den temor.

Un niño pequeño difícil que se caracterice por irregularidad para comer y dormir obliga a los padres a observar estrictamente los horarios buscando el más mínimo indicio de algún patrón que le sea de utilidad para tratar de solucionar dichas dificultades. También suele ser muy útil crearle un horario con rutinas como despertarlo y acostarlo siempre a la misma hora, así como limitar las siestas y ofrecerle la comida a la misma hora e insistir solo por máximo cinco a diez minutos.

Para un niño que le guste hacer mucho ruido no parece haber más posibilidad que aislar la habitación un poco del ruido y/o que los padres se pongan tapones para oídos.

Los niños muy sensibles se benefician de un ambiente tranquilo, con decoración sobria y juguetes sencillos. Es conveniente no jugar con ellos antes de acostarlos, ponerles ropa ligera y ensayar alimentos de distintas consistencias, así como texturas y colores suaves en las prendas de vestir.

Los niños muy activos requieren una cuna muy bien protegida, uso de pijamas enterizas (pues se descubijan más fácilmente), y mayor vigilancia en general. Estos niños son también más difíciles de lactar. Los niños con baja adaptabilidad

o rechazo inicial requieren que se les presenten más gradualmente los alimentos, los juguetes, los familiares y vecinos y necesitan más rutinas.

Una vez que los padres inicien el programa para instaurar la disciplina eficaz deberán explicar al resto de la familia el mismo, así como planear actividades especiales con los otros hijos y explicarles la situación. Si los abuelos ayudan con el cuidado del niño pueden participar del programa, siempre y cuando no desautoricen a los padres.

El niño de temperamento difícil puede mostrar regresiones en su comportamiento ante situaciones de tensión y cambio (viajes, nuevo hermano, inicio de colegio, mudanzas, divorcio, vacaciones, fiestas familiares, Navidad, campamentos, desempleo de los padres, enfermedad del niño o de un miembro de la familia, muerte de un familiar cercano) igual que otros niños; en tales casos se debe seguir la rutina establecida con anterioridad.

Es pertinente escoger la escuela y maestros que más se adapten al temperamento del niño, pudiendo ser de utilidad explicar a los maestros algunas técnicas que en la casa han dado buenos resultados.

Para los padres puede ser muy beneficioso contar con un grupo de apoyo conformado por padres de otros niños de temperamento difícil.

¿Cuándo buscar ayuda profesional?

La ayuda profesional se debe buscar cuando:

- Se tienen resultados parciales con un niño especialmente difícil
- El niño mayor de cinco años sigue con problemas como persistencia de temores; rechazo de la escuela; comportamiento agresivo; tristeza y retraimiento permanente o problemas de autoimagen
- Persisten problemas en la familia incluso luego de aplicar el programa adecuadamente
- Hay otros problemas adicionales como problemas de aprendizaje, de comportamiento, de lenguaje o alérgicos graves

¿Qué futuro le espera al niño de temperamento difícil?

Si bien el temperamento persiste durante la vida adulta, es menos determinante cada vez, mientras que el niño interactúa con el medio y madura su personalidad. En la medida que los padres entiendan el temperamento del niño y le ayuden a adaptarse a la familia y a la sociedad utilizando una disciplina eficaz le evitarán frustraciones futuras, con relaciones familiares más tranquilas, dándole al niño la oportunidad de hacer realidad su potencial.

Lecturas recomendadas

Brazelton TB. Disciplina. En: Brazelton TB. *Su Hijo*. Colombia: Norma; 1994: 286-296.

Marulanda Á. *Creciendo con nuestros hijos*. Colombia: Cargraphics; 1998.

Nelsen J. *Disciplina con amor*. 8ª ed. Colombia: Planeta; 2000.

Turecki S, Tonner L. *El niño difícil de criar – Guía para entenderlo y manejarlo*. Colombia: Norma; 1997.

Shaffer DR. Desarrollo emocional y el establecimiento de relaciones íntimas. En:

Shaffer DR. *Psicología del desarrollo*. 5ª ed. México: Thomson; 2000: 391-432.