



## COMPRENDAMOS LAS PATALETAS

A menudo escuchamos a los padres preocupados por el hecho de que sus hijos hacen pataletas. Esta preocupación disminuye cuando se enteran de que la pataleta es una reacción conductual que se da en el 80% de los niños entre 1 y 4 años, es decir, ocurre en la mayoría de los niños. Sin embargo, a pesar de ser una conducta "normal" comprendemos cuando los papás se angustian frente a una pataleta que puede contener desde llantos, patadas, tirarse al suelo, hasta incluso golpearse. Vale la pena detenernos en ellas.

La pataleta es una manera de demostrar la rabia, pena o frustración que los seres humanos estamos sintiendo. ¿Por qué los niños no expresan la molestia con palabras? La respuesta es sencilla: **no pueden**, ya que su cerebro está en pleno desarrollo y carece de las habilidades para distinguir y explicar claramente a sus padres lo que les sucede. (Con suerte algunos adultos podemos...) Por lo tanto, la pataleta se trata de una forma de expresión de la frustración y no de una **manipulación**. Los niños son demasiado pequeños e inmaduros como para planificar desde su pensamiento: "voy a manipular a mis papás y me voy a tirar al suelo a llorar, ¡ahora!". La habilidad de manipulación se logra en etapas avanzadas del desarrollo cerebral, ya que requiere de pensamientos elevados.

Si los adultos comprendemos que nuestra función como papás es ofrecerles límites claros y definidos de contención, entonces frente a una pataleta, tendríamos que ponernos en el lugar del niño, es decir, **ser empáticos. ¿Qué le está sucediendo a mi hijo?** Los niños requieren que los adultos, **nos acerquemos** y nos pongamos en "sus zapatos". Por ejemplo, podemos bajar nuestro cuerpo hasta que nuestros ojos crucen miradas con la de nuestro hijo, y explicarle que pareciera que está sintiendo mucha rabia porque el "kojack" se le rompió, que lo entendemos, que incluso está bien que sienta rabia. Que lo acompañaremos un ratito hasta que se le pase. Entre paréntesis, que se rompa un "kojack" para un niño, es casi lo mismo que para nosotros, los adultos, se nos caiga el celular al agua!

Está demostrado que este tipo de acercamiento frente a una pataleta, hace que la frecuencia y las intensidades de ellas disminuyan o se eliminen.

Nuestra tarea entonces, es ofrecer a los niños en pataletas, explicaciones en palabras adultas y calmas de esas emociones negativas que están sintiendo, de esa manera ellos entenderán lo que les sucede y así pronto aprenderán ellos a



usar las palabras. Al mismo tiempo, al ser nosotros empáticos, ellos, serán empáticos con otros. Podemos desviar su atención a objetos o situaciones positivas, entonces, ellos de más grande sabrán que siempre se puede salir de lo malo y buscar soluciones nuevas y creativas, lo que ayuda a desarrollar su inteligencia. Evitemos la disciplina justo mientras se está en una pataleta, ya que cuando estamos en emociones negativas no entendemos razones ni consecuencias. Cuando pase el momento y los padres hemos sido vistos como objetos calmantes, podremos conversar e introducir elementos de buen comportamiento. Por el contrario, alejarnos (castigos, times outs, indiferencia o duchas de agua fría) sólo deteriora el vínculo entre padres e hijos, quedando los niños desprovistos de herramientas emocionales para enfrentar conflictos.

Si nos acercamos en vez de alejarnos, seremos padres amorosos y contenedores en esos momentos difíciles. Y, si fuimos cercanos frente a una pataleta y los contuvimos, definitivamente contarán con nosotros cuando sean adolescentes y se encuentren en otras situaciones difíciles, que de seguro ya no será, se rompió el "koyack".

Leslie Power (9-3376843)

Francisca Montedonico (7-7887327)

[www.espaciocrianza.cl](http://www.espaciocrianza.cl)