

Fecha: 29-06-2018
Fuente: La Estrella de Concepción
Pag: 18
Art: 2
Título: Expertas cuentan sus secretos para contener las pataletas de los hijos

Tamaño: 31,8x37,3
Cm2: 1.185,0

Tiraje: 11.200
Lectoría: 33.600
Favorabilidad: No Definida

[PSICOLOGÍA Y SALUD]

Expertas cuentan sus secretos para contener las pataletas de los hijos

Psicólogas dicen que la clave es hablar claro y mantener el control en todo momento. Otro consejo es evitar recurrir a los gritos y a los estallidos de adrenalina.

Michael Seguel P.
cronica@estrellaconce.cl

Un estilo de crianza autoritario y ausente es el que recibe uno de cada 10 niños del país (12,3%), de acuerdo a un estudio de la ONG World Vision y de la Universidad de Chile publicado esta semana, lo que pone a prueba cómo enfrentar las pataletas.

Para elaborar el informe se entrevistó a 2.456 escolares matriculados en establecimientos educacionales municipales, particulares subvencionados y privados, de 7° y 8° básico, en las regiones de Antofagasta, Metropolitana, de Valparaíso, Bío Bío y La Araucanía.

Otras cifras del estudio mostraron que el 22,7% de los niños dijo haber sufrido algún tipo de violencia psicológica, dividida entre críticas (16,1%) o amenazas (3,7) de sus padres.

Se suma a esto que el 50,1% de los niños encuestados recibió en su hogar algún tipo de violencia, sea física o psico-emocional.

Varinia Signorelli, psicóloga infantil de la Clínica Puerto Varas detalló que "las pataletas son parte del desarrollo de los niños.

No es el hecho de controlar, sino de contener a los niños".

La Estrella consultó a expertas cuáles son sus recomendaciones para enfrentar berrinches, de buena forma.

HABLE CLARO

Para Macarena Troncoso, psicóloga de la Universidad de las Américas (UDLA), lo importante es ocupar frases cortas y directas con su hijo: "La importancia de generar

buenos vínculos y buena comunicación se marca desde el inicio de la crianza, porque si lo primero que hacen los padres es corregir a los niños, no van a sentir confianza con ellos".

De acuerdo al estudio de World Vision y la U. de Chile, el peso de la crianza en cuanto a disciplina y correcciones recae en la madre: el 89,1% de los niños y niñas encuestadas dijo que su mamá cumplía ese doble rol en el hogar.

MANTÉNGASE FIRME

Las expertas coincidieron en que los padres deben ser comprensivos pero firmes cuando hablen con sus hijos. Por eso, tras dar una explicación calmada, no debe retractarse.

"Es posible que su hijo se calme o no de inmediato, pero recordará

22%

de los niños de 7° a 8° básico dice haber sufrido algún tipo de violencia psicológica.

que hacer una pataleta no le dará ningún resultado satisfactorio", dijo Troncoso. Así, la próxima vez que su hijo quiera algo, será menos probable que haga una pataleta.

VERBALIZAR

Es cierto que algunos niños pueden llegar a ser bastante expresivos durante una pataleta. Si esto ocurre, retire los objetos peligrosos del camino del niño, o aléjelo

50%

de los niños encuestados contó que sufrió violencia física o psico-emocional en su hogar.

del peligro.

Para Troncoso, la palabra clave es contención: "La pataleta es una forma de regular sus propias emociones. Allí, el adulto es clave. Ante eso, el papá o mamá tiene que ponerse a la altura de niño y decirle: 'yo entiendo lo que tú estás sintiendo' y tratar de que el niño pueda verbalizar sus emociones para que tenga reconocimiento y que poco a poco pueda ir manejando

esa 'rabia'".

ENTREGUE OPCIONES

Para Varinia Signorelli, lo ideal es plantear una conversación con el niño donde se llegue a un acuerdo. Por ejemplo, si el niño quiere ir a jugar al parque y el papá o mamá tienen que hacer otra cosa, puede decirle que lo acompañará a jugar al parque cuando termine de hacer sus trámites.

"Se trata de que sea una conversación donde el niño entienda que no todo puede conseguirlo inmediatamente", dijo Signorelli.

Troncoso añadió que si esto no funciona y estando en el hogar el niño quiere un helado a una hora en que es imposible conseguirlo, "los padres pueden decirle 'o te controlas o te vas a tu pieza', para lograr alguna respuesta y luego iniciar la conversación".

NO EXPLOTE

Es importante que los padres den el ejemplo de la conducta que quieren ver en su hijo. "Si se pierde el control, empiezas a gritar y haces una pataleta como adulto, tu hijo verá que este tipo de comportamiento es algo aceptable en la casa", dijo Signorelli. Y añadió que "no es fácil de hacer, pero hay que tomarse unos minutos para calmarse, si es necesario".

Troncoso complementó que el niño "tendrá la incapacidad de generar una buena autoestima porque, si sus padres no se validan, él tampoco va a generar ese nivel y, lo más probable es que terminen siendo violentos en la adolescencia. Por ejemplo, haciendo bullying" a otros compañeros.

SIN GRITOS

Lo peor que puede hacer es gritarles a sus niños, si se están portando mal, sostiene

“

Las pataletas son parte del desarrollo. No es el hecho de controlar, sino de contener a los niños”

Varinia Signorelli,
psicóloga infantil

nen las expertas. "La adrenalina se contagia", dijo Signorelli, por lo que levantar la voz sólo empeorará las cosas.

Según el estudio antes mencionado, el 66,2% de los niños que dicen ser "retados", afirman que también retarían a sus hijos en el futuro. "En el caso del castigo o golpe, de los niños y niñas que declaran ser castigados, un 41,7% castigarían también a sus hijos e hijas, mientras que quienes han sido golpeados, prácticamente el 40% pegaría también a sus hijos e hijas cuando le faltan el respeto" detalla el estudio.

HABLE CON SU PAREJA

Rutinas en el hogar para que no se generen roces es una clave para los padres. Las expertas aconsejan que se deben preguntar qué cosas les van a permitir y cuáles no a los niños, y qué se considerará una falta de respeto.

"Todo eso tiene que ser conversado para que no se generen roces, porque es muy común que parejas tengan muchos conflictos porque 'uno es muy blando' o 'porque uno de los dos le deja hacer todo'", dijo Troncoso. Enfatizó que "esto genera una dinámica de culpabilidad, porque el otro cría mal".



41%

de los niños que dicen haber sido castigados, cuentan que harían lo mismo cuando sean padres.

9

de cada 10 niños consultados dijo que su madre cumple el rol de disciplinar y corregir.