

ISABELLE FILLIOZAT

NO MÁS RABIETAS

Claves para evitar y solucionar
los conflictos con tu hijo



zenith

NO MÁS RABIETAS

Claves para evitar y solucionar
los conflictos con tu hijo

ISABELLE FILLIOZAT

Ilustraciones de Anouk Dubois

zenith

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).
Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Título original: *J'ai tout essayé!*

Primera edición publicada por Ediciones Oniro: febrero de 2012

Primera edición en esta presentación: marzo de 2019

© Éditions Jean-Claude Lattès, 2011

© de la traducción, Ana Millán Risco, 2011

© Editorial Planeta, S. A., 2019

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

Ilustraciones de interior: Anouk Dubois

ISBN: 978-84-08-20192-2

Depósito legal: B. 3964 - 2019

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

ÍNDICE

Prólogo			
Isabelle Filliozat	13		
Anouk Dubois	16		
Modo de empleo	19		
1. Un niño es algo más que una planta	27		
• ¿Qué es un capricho?	28		
• ¿Qué ocurre?	29		
• ¿Su depósito de amor está lleno?	30		
– Palabras cariñosas	31		
– El tiempo compartido	32		
– Tocar, abrazar, acariciar, mimar... El contacto físico	34		
• Las rabietas y otras tormentas emocionales	35		
• No sabe estarse quieto	38		
• Se balancea sobre la silla	39		
• Lo que compete a los padres	41		
• ¡Es lo propio de su edad!	43		
2. De los 12 a los 18 meses: el período del «NO» de los padres	45		
• Decir «PARA» en lugar de «no»	46		
• Intervenir físicamente	47		
• Ignora las normas; no acata límites ni prohibiciones	48		
• Hace exactamente lo que le acabo de prohibir, ¡mirándome fijamente a los ojos!	52		
		• ¡Lo quiere todo inmediatamente!	54
		• ¡Señala con el dedo y se encapricha de todo!	56
		• Cuando se cae me mira antes de empezar a llorar	57
		• Empieza a gritar cuando me alejo	58
		• Se despierta por la noche	59
		3. De los 18 a los 24 meses: el período del «NO» de los niños	61
		• Se enfrenta abiertamente	62
		• Se pone a gritar a la menor frustración	65
		• Sus preguntas me exasperan	66
		• Hace travesuras	67
		• Pega, muerde, tira del pelo	69
		4. De los 24 a los 30 meses: orden, en orden, ¡sin orden!	71
		• Organiza su mente	72
		• Cada cosa a su tiempo, ¡y en un orden!	74
		• No quiere irse del parque	75
		• Acoger las emociones y los sentimientos	76
		• Teme las situaciones nuevas	78
		• No quiere dormir	79
		• No atiende cuando se le llama	80
		• No quiere comer y/o juega con la comida	81
		• Dice palabrotas	82

<p>5. De los 2 años y medio a los 3 años: «Yo, yo... ¡quiero hacerlo yo solita!» 85</p> <ul style="list-style-type: none"> • «¡Yo sola!» 86 • «¡Lo quiero!» 87 • «¡No sabe lo que quiere!» 90 <p>6. Los 3 años: juntos 93</p> <ul style="list-style-type: none"> • «¡No quiero!» 94 • Conoce las reglas, pero no las acata 96 <p>7. De los 3 años y medio a los 4 años: nacen la imaginación, las fantasías y las pesadillas 99</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiene pesadillas 100 • Dibuja, pinta, corta... ¡cualquier cosa y en cualquier lugar! Y después dice: «¡Yo no he sido!» 101 <p>8. Los 4 años: poder, reglas e imagen de sí mismo 103</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fantasea y se siente orgullosa 105 • Es tímido 106 • Se va de la lengua 108 <p>9. De los 4 años y medio a los 5 años: conciencia de sí mismo y dificultades para la socialización 109</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le duele la barriga 110 • Es púdico 112 	<ul style="list-style-type: none"> • Tarda una eternidad en vestirse 113 • No para de preguntar 114 <p>10. Poner límites 115</p> <ul style="list-style-type: none"> • Negarle algo acogiendo la emoción 116 • Darle consignas en lugar de prohibir 117 • ¡Con una palabra basta! 118 <ul style="list-style-type: none"> – Responsabilizar en lugar de culpabilizar 120 – Informar 121 • El poder de la descripción 122 • ¿Una «travesura»? 125 <ul style="list-style-type: none"> – Los castigos 126 – Los gritos 128 – El descrédito, los juicios de valor y las etiquetas 129 – Los golpes, las bofetadas y los azotes 130 – Aislamiento, tiempo muerto, <i>time out</i> 132 – El rechazo 136 – Avergonzar 136 – Disculparse por ella y rectificar en su lugar 137 – Consecuencias naturales o lógicas, sanciones reparadoras 138 <p>11. Las peleas entre niños 141</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competitividad 144 • Liberar las tensiones 145 • No quiere prestar nada 146
---	---

• Ahora le toca a él y después a ti	147	• Ordenar el cuarto: un aprendizaje progresivo	155
– Conflictos territoriales	148	• ¿Qué hacer?	158
– Luchar contra la regresión	149	• Resolver un problema en ocho etapas	159
• «¡Me copia!»	149	• ¿Los niños de hoy son peores que los de antes?	165
• No quiere jugar con su amiga	150	Conclusión	167
12. Según su edad	153	Para saber más	172
• Miente	154	Agradecimientos	175

1.

UN NIÑO ES ALGO MÁS QUE UNA PLANTA



CON TODO LO QUE HAGO POR TI,
Y ASÍ ME LO AGRADECES!
SE TE CAEN LAS HOJAS, CRECES TORCIDA.
¡TE VAS A ENTERAR! NO TE PONDRÉ ABONO, NI TE PONDRÉ AL SOL.
Y AHORA VAS A REFLEXIONAR SOBRE TODO ESTO EN LA ESCALERA.
¡A VER SI TE DAS CUENTA DE UNA VEZ DE QUIÉN MANDA AQUÍ!



Cuando las hojas de una planta se marchitan y caen, en ningún momento pensamos que la planta lo hace a propósito para salirse con la suya o para darnos a entender que somos unos pésimos cuidadores. Interpretamos la «actitud» de la planta como si de un mensaje se tratara: carencia o exceso de agua, de luz, de abono... Carencia o exceso de algo. Tratamos de comprender qué está ocurriendo.

Un niño es sin lugar a dudas algo más que una planta, aunque no más complejo. Sus aparentes caprichos sólo son manifestaciones de sus necesidades: carencia o exceso. ¿Y si su actitud no fuese una provocación sino una consecuencia, una respuesta, una reacción? En ocasiones, interpretamos lo que de hecho es natural como si se tratara de un problema. ¿De qué serviría que cada otoño nos preocupáramos cuando los árboles del jardín pierden sus hojas? Del mismo modo, ¿de qué sirve preocuparse cuando a nuestros hijos les enfada perder?

■ ¿Qué es un capricho?

Para la mayor parte de los padres, los niños son caprichosos. Teo se niega a beber en el vaso verde; Julia no quiere vestirse para salir a la calle; Antonio siempre quiere que su madre esté con él a la hora del baño... ¡Nos sacan de quicio!

¿Están tratando de salirse simplemente con la suya? ¿Estas actitudes, tan típicas entre los niños, son realmente caprichos? Es decir, ¿son exigencias insignificantes, o se trata por el contrario de conductas comprensibles teniendo en cuenta la evolución que experimentan sus cerebros? Los lloriqueos de nuestra pequeña

Lea de 3 años, que nos irritan, quizá sólo sean una consecuencia y no una intención premeditada de la niña.

Estamos plenamente convencidos de que nuestros hijos obran conscientemente para arrebatarnos el poder: «¡Fíjate cómo me mira a los ojos cuando hace una travesura!». Lo que interpretamos como una prueba fehaciente podría tener una causa muy distinta.

¿Deseamos niños tranquilos, sosegados, que se porten siempre bien, que nunca griten o lloren? Pues es imposible, la verdad. ¿Queremos erradicar los caprichos? ¡Pues esto sí es posible!

► ¿Qué ocurre?

Efectivamente, está ocurriendo algo. La reacción del niño no es ni una casualidad ni una intención consciente de perjudicar a los demás. Entonces, antes de enfadarnos, preguntémosle al niño y preguntémonos a nosotros mismos en voz alta: ¿qué ocurre? Pronunciar esta frase nos ayudará a inhibir nuestros impulsos habituales.

Sólo tenemos una certeza: el niño no está tratando ni de tender una

trampa ni de poner a prueba a sus padres. Sencillamente, carece de la capacidad intelectual para ello.

Como veremos a lo largo de esta obra, los caprichos son, por el contrario, respuestas del cerebro del niño al enfrentarse a situaciones excesivamente complejas para él.

Os invito a explorar a continuación qué le ocurre al niño.

¿Es un capricho? Un test para salir de dudas

Para comprobar si nuestros hijos están tratando de engatusarnos, ofrecemos a continuación una prueba tan sencilla como rápida de aplicar. Probablemente, nuestros hijos poseen un cubo o una superficie con aberturas para colocar en su interior las formas correspondientes. Mostrémosle dos aberturas, por ejemplo, la de forma triangular y la circular, y ofrezcámosle a continuación una de las formas, por ejemplo, la forma triangular.

Preguntémosle entonces en qué agujero se ha de insertar dicha forma. La mayor parte de los niños

de 20 meses eligen de manera aleatoria. A los 40 meses, introducen, en el 80 % de los casos, la forma circular en el agujero que le corresponde. Pero incluso a esa edad, la respuesta dista de ser constante. La mayor parte de los niños sólo acertarán en cada ocasión tras cumplir los 4 años, ya que para lograr esta tarea se requiere recordar tres ítems a la vez.

Mientras el niño tenga que probar para insertar la forma en la abertura adecuada y no logre verbalizar qué forma corresponde a cada abertura, es totalmente incapaz de ser caprichoso.

► ¿Su depósito de amor está lleno?



PUES CLARO QUE TE QUIERO.
¿A QUÉ VIENE ESA PREGUNTA?



¡YAY! PERO NO ME HACES CASO.
DEJAS DE FREGAR CUANDO SUENA
EL TELÉFONO PERO NO CUANDO
YO TE NECESITO.



Palabras cariñosas

¡TU PREGUNTA ES IMPORTANTE!
TERMINO DE FREGAR
Y HABLAMOS.



Si el adulto no está disponible de inmediato, una mirada le permite al niño esperar más tranquilo.

ME GUSTA VIVIR CONTIGO. ¡CADA VEZ
QUE TE MIRO, ME SIENTO FELIZ! CLARO
QUE TE QUIERO.



Es importante responder.

¿A VECES PIENSAS QUE NO
TE QUIERO? CUÉNTAME QUÉ
TE HACE PENSAR ESO.

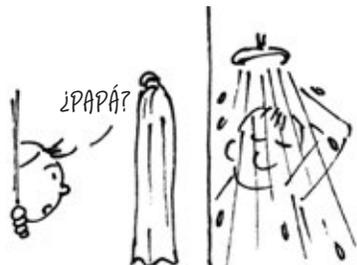


Pero también escuchar. ¿De dónde surge la duda?

“ Te quiero. / Me encanta verte crecer. / Es estupendo vivir contigo. / ¡Qué feliz soy de que seas mi hijo(a)!... ”

son palabras que **reconfortan**.

El tiempo compartido





Cuando las necesidades de proximidad y contacto del niño no están colmadas, **sus circuitos cerebrales padecen síndrome de abstinencia**. Rabieta o llanto repentino, conductas excesivas... Todo esto son manifestaciones del **desamparo**

que experimenta su sistema nervioso. Al intercambiar expresiones como «te quiero», al acariciarle o jugar con él, el organismo se recarga de **oxitocina, la hormona de la felicidad**. Tanto el niño como el padre se sienten colmados, felices, satisfechos.

BUENOS DÍAS, JULIO. DE ACUERDO, PERO DENTRO DE DIEZ MINUTOS.

PAPÁ, ¿JUEGAS CONMIGO?



¡GUAY! ¡QUÉ CASTILLO TAN BONITO ESTAMOS HACIENDO!

¡SÍ! ¡FORMAMOS UN BUEN EQUIPO!



¡Dedicarle al niño sólo diez minutos al día, exclusivamente para él, para nutrirle de afecto y ternura, se traducirá en noches más tranquilas para todos!

► *Tocar, abrazar, acariciar, mimar... El contacto físico*

¿Nuestros hijos no son cariñosos? Quizá no sea sino una respuesta a nuestras propias carencias, un reflejo de las carencias de nuestra infancia.

Tenemos pleno derecho a amar, a dar y recibir ternura. Tanto los niños como los padres, al igual que todos los seres humanos, necesitamos oxitocina, esa maravillosa hormona que se libera durante el contacto físico, que nos sosiega y nos proporciona sensación de seguridad y felicidad.

Al sentir el amor que profesamos por nuestros hijos, dejemos que la sensación que experimentamos en el pecho se difunda por todo el cuerpo. Y entonces, cojámosle de la mano. Escuchemos, sintamos, recibamos, acojamos la vida de nuestro hijo en la palma de la mano.

Y sintamos su respiración acompañada en la mano, imaginemos que la respiración del niño penetra en nuestro interior... hasta alcanzar el corazón.



Pero no todo es falta de amor...

Las rabietas de los peques de 1 a 3 años pueden estar directamente relacionadas con su estado fisiológico.

Desde hace algunos años, solemos «psicologizarlo» todo, interpretando toda conducta «desviada», por mínima que sea, como una demanda de atención, una batalla, una lucha de poder, cuando la realidad es con frecuencia más sencilla.

El hambre modifica la glucemia en el cerebro, así como la sed, la falta de sueño, el exceso de abrigo, las ganas de hacer pipi o caca, el exceso de estímulo, la falta de movimiento, etc. Todos estos factores influyen en el niño e inundan su cerebro y su cuerpo de hormonas de estrés.



Las rabietas y otras tormentas emocionales



¡TE ENCAPRICHAS DE TODO!
¡PARA INMEDIATAMENTE
O TE DOY UN AZOTE!



Mamá, ha estallado una tormenta en mi cuerpo y en mi mente. Ni siquiera me doy cuenta de que me hablas. Si me das un azote, gritaré más fuerte todavía o me callaré, atemorizado. Quizá pienses que el azote haya sido eficaz cuando el estrés cese de paralizarme. No necesito ni más temor ni más estrés.

¿Por qué estás tan enfadada? ¿Por qué estás enfadada conmigo? Te necesito, mamá, para calmar esta tormenta. Cada vez grito más fuerte para que me ayudes... No me dejes solo con mi rabieta... Cuando hay demasiadas cosas para mirar, sentir, oír..., mi cabeza no sabe qué hacer... ¡Vaya, caramelos! Cuando me das un caramelo vuelvo a sentirme activo, de nuevo sé qué hacer.

Cuando me quitas los caramelos, mi cabeza está perdida. No lo hago a propósito, las hormonas del estrés inundan mi cuerpo, mis neuronas motoras liberan las tensiones y empiezo a gritar, a llorar, a arrojarme al suelo, golpeándome la cabeza contra él... En ocasiones, logro «soportarlo» hasta llegar a casa y entonces, estallo cuando te tengo para mí solito. Pero en ocasiones, no lo logro.



El sistema nervioso del niño, sobrecargado, desencadena esta reacción para liberar las tensiones acumuladas; es lo que los anglófonos han denominado, de forma evocadora, *tantrum*. El adulto solicita al niño que se tranquilice, pero **esta crisis ES su manera de sosegar-se**. Inmediatamente después, el niño recobra la sonrisa, relajado, ante la mirada, en ocasiones estupefacta, del padre, que interpreta que lo estaba haciendo a propósito.

La alternativa «ceder/no ceder» es una trampa. En ambos casos, la necesidad del niño está siendo negada. Un supermercado satura rápidamente las capacidades de un pequeño. Hay excesivos colores, objetos, sonidos, además de las tensiones que flotan en el ambiente, la irritación del adulto e incluso... la inactividad, cuando el pequeño ha de permanecer sentado en el carro.

Mientras el cerebro del niño recibe miles de estímulos sensoriales, éste no tiene nada que hacer, es decir, ninguna orientación para seleccionar y organizar los estímulos que excitan sus neuronas. El niño intenta tranquilizarse, buscar un punto de referencia, una oportunidad para centrarse en algo... Pedir caramelos es un intento de recobrar el control frente al exceso de estímulos.

¡Cuán paradójico resulta mostrarse irritado y pedirle al niño que se

YA BASTA. NO VOY A PERMITIR
QUE TE HAGAS DAÑO
NI QUE ME HAGAS DAÑO.

¡CALMA!



Cuando tengo una rabieta, mamá, sólo necesito que me detengas, que me tranquilices, que me sosiegues frente a la tormenta nerviosa que invade mi ser y me atemoriza. Si me sujetas con cariño y firmeza cuando empiezo a gritar, me estás ayudando. Si lucho con fuerza para liberarme, sujétame con mayor fuerza todavía. Por favor, mamá, no me compres los caramelos, enséñame a orientar mi cerebro.

tranquilice! Más eficaz resulta acoger al niño en nuestro propio sistema nervioso vegetativo. Contenerlo con ternura y firmeza desencadenará una secreción de oxitocina, hormona que le ayudará a tranquilizarse y a desarrollar las vías de comunicación neuronales que le permitirán controlar sus emociones a lo largo de toda la vida.



Para no tener que comprar muchos caramelos, lo mejor es prevenir. En cualquier entorno novedoso o rico en estímulos –estaciones de tren, calles comerciales, celebraciones, fiestas familiares...–, lo mejor es encomendar al niño una tarea –en la medida de sus posibilidades, claro– para ayudarle a centrar su atención. De este modo, su cerebro secretará dopamina, la hormona de la motivación, de la conducta voluntaria, una hormona que reduce el estrés e inhibe los sistemas del temor y la ira.

Con cuatro años, será capaz de recordar el mismo objetivo durante aproximadamente diez minutos, pero antes no. Cuando son más pequeños, conviene por tanto recordarles la tarea con frecuencia. Comentar sus actos (¡positivamente, por supuesto!) también es una buena idea: «¡Bien! Has elegido esa naranja, ponla en la bolsa. Ahora otra más...».

¡Dedicales este tiempo y un poco de atención a nuestros hijos nos ahorra, a largo plazo, un tiempo muy preciado! Con una ventaja adicional: se acabaron las rabiets y los espectáculos en público...



Me siento mayor cuando me dejas elegir las naranjas o las zanahorias, y mi cabeza se centra en una tarea... Te veo contenta, mamá, y las rabiets ya no tienen razón de ser; además de hacerme sentir mal, me dan miedo.

► No sabe estarse quieto



Muchos adultos interpretan la necesidad de movimiento como si de una demanda de atención o un signo de desobediencia se tratara. ¡Si bien es cierto que en ocasiones los niños solicitan atención, con mayor frecuencia éstos necesitan simplemente... MOVIMIENTO!

Aguardar sin moverse en una fila, en un atasco, en un restaurante, o peor aún, en un tren durante varias

horas... sobrepasa las capacidades neuronales de los niños de 2 a 6 años.

Un niño muy movido no siempre necesita «tranquilizarse», sino orientar su energía de manera distinta. De nada sirve, además de ser perjudicial para su cerebro y equilibrio psíquico, castigarle por no poder estarse quieto. Proporcionarle un objetivo, una tarea, nutrirá las necesidades de su cerebro con mayor eficacia.

Un cerebro ocioso encuentra casi de inmediato una tarea que no siempre será de nuestro agrado... Confiarle una misión, a la altura de sus posibilidades, ayudará al niño a conectar las zonas frontales y las asociativas entre sí.

Se balancea sobre la silla



Un niño que se balancea sobre la silla no está siempre pidiendo atención o tratando de regodearse.

Al balancearse, el niño estimula su oído interno, sede central del equilibrio. En ocasiones, no se trata sino de un juego, es decir, de un autoestímulo para no aburrirse; aunque por otra parte, es probable que su cerebro requiera el balanceo para establecer conexiones del sistema del equilibrio. Pedirle que permanezca quieto, generará tensiones que podrían estallar en conductas incontroladas.



Propongámosle que se mueva de manera distinta (sobre un columpio, haciéndole girar lentamente con los ojos cerrados sobre una silla giratoria...). Si la conducta de balanceo sistemático persiste, consulte a un especialista¹ en lugar de regañarle.

De la misma manera, cuando algunos niños siguen chupando su peluche, su mantita o su dedo gordo cuando los otros niños han dejado de hacerlo tiempo atrás, dichos actos no traducen ninguna necesidad emocional o afectiva, sino la necesidad de ejercer sus reflejos de succión y de estimulación del paladar.

Consultar a un odontólogo competente logrará resolver el problema con mayor eficacia que un castigo.

1. Véase Marie-Claude Maisonneuve, *Maman, papa, j'y arrive pas. Comprendre et agir sur les causes physiologiques des difficultés scolaires et comportementales de son enfant.*

A modo de resumen

¿El niño llora, tiene una rabieta, muestra una conducta inapropiada?

- Podemos estar ante:
 - **Una búsqueda de estimulación.** Debemos orientar sus actividades de modo que encuentre los estímulos necesarios para que tenga una buena conducta.
 - **Una conducta para llamar la atención.** Debemos identificar la necesidad, satisfacerla o bien nombrarla si es imposible darle satisfacción inmediata.
 - **Una liberación de las tensiones.** Debemos acoger el llanto o los gritos, contener los movimientos desorganizados capaces de dañarle, absorber su estrés y restituir en el niño la paz interior.

- ¿No se trata de nada de lo anterior? En tal caso, puede ser:
 - una **reacción frente a una actitud inadecuada de los padres**
 - o
 - una **conducta ¡propia de la edad!**

► La parte que compete a los padres

En un tren, una madre promete a su hija de 2 años y medio, que nada le había pedido, lo siguiente: «Cuando regresemos, te compraré un cruasán». Por supuesto, transcurridos unos minutos, la pequeña le preguntó a la madre: «¿Y mi cruasán?».

La madre ha activado inútilmente un deseo, puesto que la niña carece aún de la capacidad de anticipar, es decir, de proyectarse en el futuro y representarse mentalmente la panadería de regreso a casa.



— Cuando las confrontaciones violentas o el llanto distan de ser simples descargas o una búsqueda de estimulación, quizá sean reacciones frente a nuestros intentos de control.

Nuestros hijos sólo tratan de crecer. Analizaremos más adelante el impacto que sobre ellos ejercen nuestras órdenes o prohibiciones mal formuladas, así como las consignas inapropiadas según la edad del niño.

Retomemos la pregunta de una madre durante una conferencia: «¿Cómo se ha de reaccionar frente a las rabietas de un niño de 3 años?».

A dicha pregunta se podría, por supuesto, responder con otra pregunta: ¿una rabieta causada por...? A la madre le resulta difícil precisar: «Pues rabietas en general...».

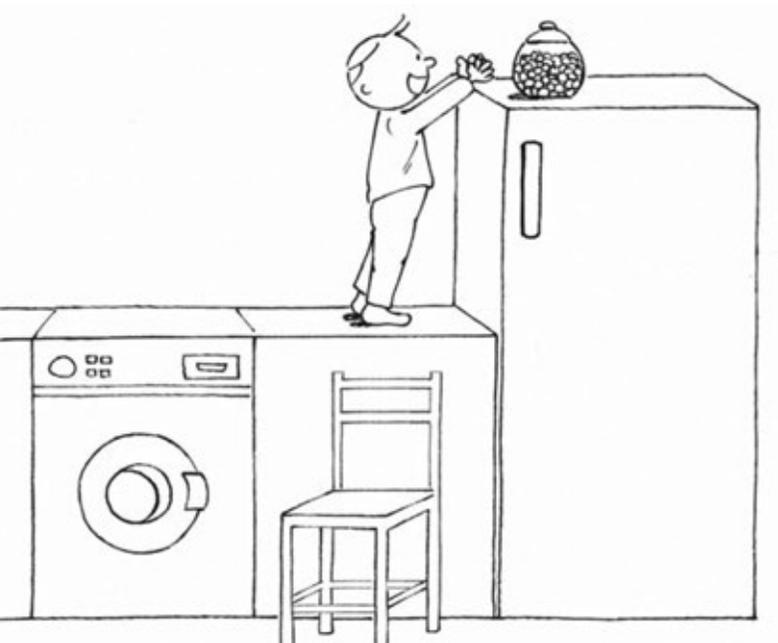
Para la madre en cuestión, la rabieta representa el problema, pese a que sólo se trate de una reacción, puesto que algo ha provocado la rabieta. No cabe duda de que resulta desagradable percatarse de que uno mismo es la causa de la rabieta de un hijo. Le pedí entonces a la madre que tratara de recordar la última rabieta de su hijo.

«No quería darle un caramelo.»

De nuevo, pedí más detalles: «¿En qué situación concreta?».

Entonces la madre inició el siguiente relato: «Estaba de pie sobre una silla, y trepó a una escalerilla para alcanzar el tarro de caramelos situado en el último estante del armario de la cocina».

¡Entendí la situación de inmediato! Todos los padres solemos centrarnos (todos y cada uno de nosotros, no sólo esa madre) en «cómo reaccionar» frente a las consecuencias (en este caso, la rabieta), sin darnos cuenta de que podríamos haber obrado previamente de otra manera. ¿La causa de la rabieta del niño co-



rrespondía realmente al hecho de que su madre le negara un caramelo?

Analicemos la situación desde la perspectiva del niño. Estamos hablando de un niño de 3 años. Hay un tarro de caramelos al alcance de la vista sobre un estante del armario de la cocina, una escalerilla y una silla allí cerca...

Solicité entonces al público presente que nos recordara la necesidad básica de un niño de 3 años. En coro y con una sonrisa en los labios (lo habían entendido), todos contestaron al unísono:

«Probar sus capacidades»

En efecto, el niño trataba de alcanzar los caramelos; pero nuestros cerebros adultos, centrados en los conte-

nidos, los objetivos..., sólo perciben el acto en sí. Sin embargo, al niño lo que más le interesaba era «alcanzar» el caramelo.

La madre no comprendió que el tarro de caramelos no era más que el objetivo de su iniciativa, mientras que el ejercicio corporal adquiría para el niño una importancia mucho mayor. Si nos centramos en la iniciativa del niño, una posible respuesta podría ser: «¡Vaya! Has logrado trepar hasta ahí arriba, casi puedes alcanzar el tarro de caramelos. ¡Estoy impresionada! ¡Te felicito! Te has ganado un caramelo. Ahora coge el tarro y dámelo para que puedas elegir un caramelo para después de cenar. ¿Dónde quieres guardarlo mientras tanto? ¿Sobre la mesa de la cocina o en tu cofrecito? ¿O prefieres que lo guarde yo hasta después de la cena?».

De este modo, la rabieta desaparece y el problema se desvanece.

Fue entonces cuando la madre intervino: «¡Pero tampoco quiero darle un caramelo después de cenar!».

Pues entonces, si no desea que su hijo coma caramelos, ¿por qué ha dejado el tarro de caramelos al alcance de la vista, sobre la alacena de la cocina? Es una auténtica incitación para el cerebro de un niño de 3 años. ¡Y después decimos que los hijos provocan a los padres!

► ¡Es lo propio de su edad!



Los padres autoritarios suelen interpretar las conductas excesivas o irritantes de los pequeños como si se tratara de manifestaciones de mala voluntad, o incluso de malos modales.

Por el contrario, los padres permisivos las interpretan como un trauma, culpabilizándose de los pésimos padres que son. ¿Y si existieran otras causas?

Cuando una niña hace lo que su madre acaba de prohibirle mirándola fijamente a los ojos, cuando un niño

de 3 años teme la oscuridad o miente con 4 años, dichas conductas son sin duda irritantes, pero ¡son NATURALES y NORMALES!

Una niña de 1 año se adentra emocionada en el mar en brazos de su padre, pero se siente aterrorizada con 3 años... El cerebro no se desarrolla de manera lineal sino por reorganizaciones sucesivas. Esto significa que lo que parece adquirido a cierta edad puede cuestionarse más tarde, ya que las conexiones de las neuronas se reconstruyen sin cesar.

¡Cuando estemos a punto de estallar con nuestra hijita de 1 año, recordemos que su cerebro está creando aproximadamente un millón de sinapsis¹ por segundo! Un trabajo que sin duda inspira respeto. Visualicemos su cerebro en construcción, nos ayudará a controlarnos. Respiremos profundamente...

¡CUIDADO! ¡CEREBRO
EN CONSTRUCCIÓN!



1. Sinapsis: especie de botón situado en el extremo de una dendrita o axón de neurona que permite la conexión con otras neuronas.