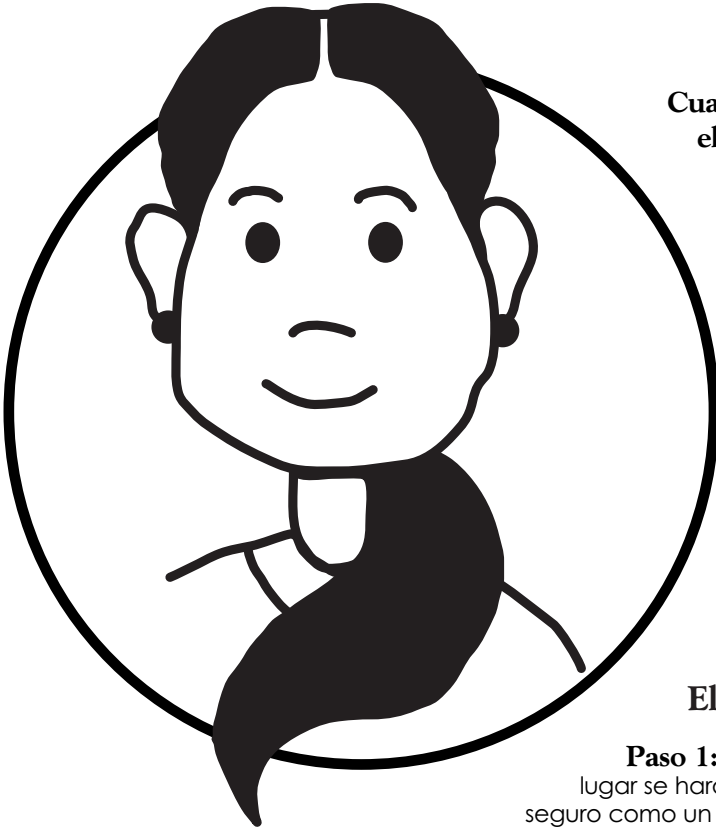


Los Berrinches



Cuando los niños están enojados, frustrados o desesperados, el resultado es a menudo un berrinche. Los niños pequeños patean, gritan y se tiran al piso. Los niños grandes gritan y pierden el control. Los berrinches son normales, naturales e inevitables. ¡Pero no son nada divertidos!

¿Cómo lidian los padres generalmente con los berrinches?

- a. ellos ceden.
- b. ellos gritan y amenazan.
- c. ellos le pegan a los niños y a menudo,
- d. hacen un berrinche también.

Tener un plan por adelantado es la mejor forma de lidiar con los berrinches. Al igual que muchos aspectos de ser padre, mientras mejor preparado esté, mejor podrá controlar la situación, y le será más fácil mantener su propia ira bajo control.

El Plan de Acción.

Paso 1: Escoja un lugar para el berrinche. Decida en que lugar se harán los futuros berrinches. Escoja un lugar privado, pequeño y seguro como un cuarto, el baño o el cuarto de lavandería.

Paso 2: Explíquelo a su hijo la nueva regla en un momento calmado. *Carlos, un "berrinche" es cuando tú estás muy enojado y gritas y lloras y pateas el piso. De ahora en adelante, cuando hagas un berrinche queremos que lo hagas en tu cuarto con la puerta cerrada. Nadie te va a molestar y puedes hacer tu berrinche todo el tiempo que quieras, o puedes escoger leer un libro o jugar tranquilamente. Puedes salir de tu cuarto cuando hayas terminado.*

Paso 3: Seguimiento. Cuando su hijo haga un berrinche llévelo o guíelo al lugar designado. Si es un niño grande y se niega a ir, ofrézcale otra alternativa: "Puedes ir o perderás un privilegio." Entonces dígame calmadamente, "Puedes salir cuando hayas terminado" Regréselo al cuarto si se sale antes del tiempo decidido, "Oh, tú no has terminado." Al principio tendrá que hacer esto muy a menudo, pero los berrinches se acabarán por la poca atención que se les da.

¡Cuando haya terminado – ha terminado. No sienta la necesidad de decir algo, enseñar algo o dar consejos después que haya pasado!

¿Qué hay de los berrinches fuera de casa?

Muchos niños han aprendido hacer berrinches fuera de casa porque Mamá y Papá no imponen las reglas en público. Usted debe ser firme cada vez que sea necesario para ponerle fin a este comportamiento. Respire profundo, ignore a la gente curiosa y siga este plan:

Paso 1: Dele a escoger. *"Déjame de portarte así o nos vamos de la tienda." Espere un momento y entonces:*

Paso 2: Cámbiese de lugar. *"Ya veo que has decidido irte de la tienda." En este momento usted tiene muchas alternativas, dependiendo del comportamiento de su hijo, de su itinerario y de su estado de ánimo. Usted puede pasar un rato en el carro [usted puede quedarse afuera del carro y lo ignora] o se puede ir a casa.*

¡Un padre de una niña de tres años dijo que con su ajustado itinerario esto sería imposible! ¡Yo le recalqué que él podría tomarse el tiempo ahora o vivir lidiando con berrinches en público hasta que su hija cumpliera 16 años!

[Los berrinches necesitan de una audiencia para ser efectivas]

By Elizabeth Pantley, author of "Kid Cooperation and Perfect Parenting."

© 2002 Elizabeth Pantley

Circle of Parents is the National Network of Mutual Support and Self-Help Programs in Partnership with Communities, a collaborative project of Prevent Child Abuse America and the National Family Support Roundtable. This project was made possible by Grant No. 90CA 1668 from the Children's Bureau, Administration on Children, Youth and Families, U.S. Department of Health and Human Services. The contents are solely the responsibility of the authors and do not represent the official views or policies of the funding agency, nor does publication in any way constitute an endorsement by the funding agency.

w w w . c i r c l e o f p a r e n t s . o r g



CIRCLE of PARENTS™
Sharing Ideas. Sharing Support.