

TRATANDO CON ASUNTOS DIFÍCILES ... El niño irrespetuoso y de mal genio



En un momento u otro tal vez oiga a su hijo decir: "¡No!" "¡No quiero!" "¡No me obligues!" La mayoría de los niños se enojan o son irrespetuosos de vez en cuando. Sin embargo algunos niños pasan la mayor parte de su tiempo peleando y discutiendo con sus padres, sus maestros y el resto del mundo.

¿Qué es lo que causa la falta de respeto y la ira en los niños? ¿Qué es lo que los padres y las escuelas pueden hacer para ayudar a que estos niños desarrollen las habilidades que necesitan para manejar su comportamiento?

Aquí tiene unos aspectos básicos que usted necesita saber acerca de cómo tratar con un niño irrespetuoso y de mal genio.

QuickTips

THE
PARENT
INSTITUTE

¿Qué es lo que causa la falta de respeto y el mal genio?



Los niños irrespetuosos y de mal genio tienden a ser muy estrictos. Ellos demuestran una actitud desafiante y rebelde si las cosas no van de acuerdo a su manera. Existen muchas cosas que pueden provocar su enojo. Por ejemplo:

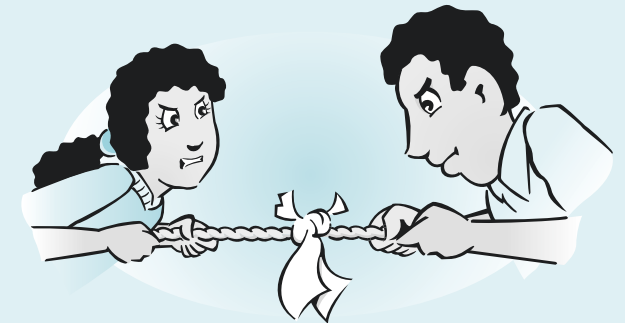
- **Contacto físico**, tal como golpes o empujones.
- **Rechazo de los compañeros**, tal como ser ignorado o no formar parte del juego.
- **Burlas**.
- **Tener que hacer algo** que no quieren hacer, tal como guardar los juguetes o irse a dormir.
- **Reglas que les parecen injustas**, mayormente aquellas establecidas por los padres.
- **Conflicto acerca de las posesiones**. Para los niños pequeños, la ira a menudo tiene que ver con un objeto.

La ira y la falta de respeto también pueden ocultar otras emociones. Por ejemplo:

- **Un sentido de frustración**. Los niños que son buenos estudiantes tal vez se sientan frustrados y enojados consigo mismos si no entienden cómo algo funciona. Otros tal vez sientan ira si no entienden las tareas y les va mal en la escuela.
- **Un sentido de impotencia**. Los niños tal vez reaccionen de manera enojada si se sienten abrumados por la ansiedad causada por una situación en la familia, tal como un divorcio o una mudanza.

¿Qué puede hacer usted?

- **Ser un buen ejemplo**. Sus actitudes y la manera como usted trata a las demás personas tendrán un impacto muy grande en su hijo.
- **Hablar acerca del por qué otras personas merecen respeto**. Cada uno de nosotros tenemos diferentes talentos y habilidades. Cada persona ve las cosas desde un punto de vista diferente. Son esas diferencias las que crean una mejor sociedad. A pesar de que no esté de acuerdo con otras personas, ni con sus puntos de vista, es importante respetar sus opiniones.
- **No apague el fuego con fuego**. Si su hijo está enojado con usted, es un poco difícil no enojarse con él también. Aprender a manejar su propia respuesta al enojo le enseñará a su hijo a cómo tratar con la ira de una manera positiva.
- **Piense acerca de cuán expuesto su hijo está a la violencia**. Los expertos creen que exponer a los niños a demasiada violencia en la televisión y en los videojuegos puede hacer que los niños sean más agresivos e insolentes. Supervise y limite el tiempo que su hijo pasa delante de la televisión y la computadora.



- **No se involucre en una lucha por el poder** en asuntos menores. Con los niños de mal genio es importante escoger las luchas.
- **Expresar su cariño**. Cuando su hijo no se porta bien, él necesita saber que usted aún lo quiere a pesar de que usted no esté de acuerdo con su comportamiento.

Enséñele a su hijo a lidiar con el enojo

Sentirse enojado es normal, pero los niños necesitan saber que tienen opciones acerca de cómo comportarse y lidiar con la ira. Hable con su hijo y ayúdelo a tener un plan para lidiar con los momentos cuando sienta enojo.

- **Aprenda a reconocer las cosas que tienden a enojarlo.**

¿Tiende su hijo a perder su temperamento en ciertas situaciones?

¿Cuáles son? Por ejemplo, si él sabe que tiende a enojarse si otro estudiante se burla de él,

ayúdelo a pensar en una manera más eficaz de responder. Su hijo podría dar un paseo o hablar con un adulto.

- **Aprenda a calmarse.** A veces es difícil predecir cuando una situación le causará enojo. Pero si su hijo ve que se está enojando, él puede decidir contrarrestar los síntomas físicos de la ira (pulso y respiración elevada, por ejemplo) y mantener la calma. Enséñele estas estrategias para lidiar con la ira:

- **Respirar profundamente.**
- **Pensar por un minuto** antes de hablar.
- **Marcharse.** Más tarde, cuando su hijo esté calmado, él puede responder a la situación.



Fije un plan de comportamiento

Usted no puede cambiar los *sentimientos* de su niño, pero lo que sí puede hacer es cambiar su *comportamiento*. Si su hijo actúa fuera de sí cuando está enojado o se porta de manera irrespetuosa, usted necesita fijar límites con respecto a lo que usted permitirá y no permitirá. Eso significa fijar consecuencias claras como resultado de la acción.

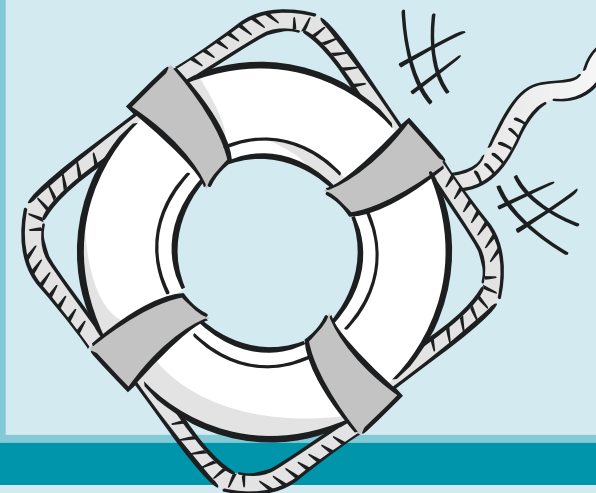
Por ejemplo, usted puede decirle, "No debes de pegarle a nadie. La primera vez que le pegues a alguien te vas a tener que ir a tu cuarto. La segunda vez perderás tu privilegio de ver televisión por un día."

No se preocupe si sus consecuencias no son muy estrictas, lo más importante es la constancia. Enviar a un niño a su cuarto por cinco minutos es tan eficaz como mandarlo a que pase una hora. Haga que sus consecuencias sean razonables y después aplíquelas— cada vez que sea apropiado.

OBTENGA AYUDA si la necesita

Si su hijo está enojado frecuentemente de tal manera que altera la vida familiar es posible que necesite buscar ayuda profesional. Investigue con el consejero de la escuela, un doctor o un centro de atención mental en su área para conocer los recursos que hay en su comunidad.

La buena noticia es que las mismas cualidades que hoy hacen que sea difícil vivir con un niño irrespetuoso y de mal genio, muy posiblemente son las mismas cualidades que le lleven a triunfar en la vida. Su trabajo es ayudarlo a canalizar esa energía, persistencia y firmeza de voluntad en maneras constructivas.



THE
PARENT
INSTITUTE®

Una de las series de *QuickTips*® de The Parent Institute®,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474
(800) 756-5525 • www.parent-institute.com
Stock No. 1160 (English) • Stock No. 2160 (Spanish)
Copyright © 2020 The Parent Institute®