

Publicado en *Mom & me Centroamérica* | *1000 Primeros Días del Bebé* (<https://www.momandme.nestle.com>)

[Inicio](#) > ¿Cómo puedes manejar los berrinches de tu hijo?

Comparte esto
X



¿Cómo puedes manejar los berrinches de tu hijo?

Sí, ya sabemos que las pataletas de tu hijo son todo un desafío, pero son un hecho de la vida y parte de su desarrollo.

<https://www.momandme.nestle.com/como-puedes-manejar-los-berrinches-de-tu...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



¿Cómo puedes manejar los berrinches de tu hijo?

Sí, ya sabemos que las pataletas de tu hijo son todo un desafío, pero son un hecho de la vida y parte de su desarrollo.

Viernes, Febrero 16th, 2018

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

La primera vez te puede resultar impactante, pero no te la tomes a pecho. Estos comportamientos son normales y cuando identifiques qué los desencadena, sabrás cómo manejarlos.

Para empezar, debes saber que las rabietas de un bebé son diferentes de las que puede tener tu hijo mayorcito, que ya sabe hablar y hacerse entender verbalmente y, por consiguiente, suelen ser la manifestación de su enfado.

El berrinche de un pequeño de 1 a 2 años, por ejemplo, tiene como causa usual la repentina pérdida de control emocional y su incapacidad de hacerse entender con palabras. Aunque cada niño tiene su estilo –algunos son más reservados y tímidos; otros, más impetuosos o emotivos– lo único que en realidad quieren es liberar la presión y el enfado momentáneos.

Causas más comunes y soluciones para el berrinche de tu hijo

Algo muy importante para sortear una rabietta es saber que siempre va dirigida a alguien en particular: sin testigos, no hay berrinche. Y, en segundo lugar, es el testigo quien alimenta la rabietta con su atención. Los desencadenantes pueden ser muy variados, pero a continuación encontrarás una lista de los más comunes y qué puedes hacer para detenerlos:

Ansiedad o temor – Es natural que tu hijo se sienta ansioso o atemorizado ante situaciones nuevas, que obviamente no sabe manejar. Si notas que no se siente cómodo durante alguna actividad, suspéndela o retíralo de ella. Abrázalo y consiéntelo mucho, y su malestar desaparecerá.

Cansancio excesivo –El pequeño puede estar agotado de jugar y correr todo el día, pero no es consciente de ello y por eso se torna irritable. Invítalo a hacer alguna actividad reposada o arrúllalo hasta que se le bajen las revoluciones o se quede dormido. Pon en práctica una rutina de siestas cortas siempre que te sea posible –en la mañana y en la tarde– y verás cómo tu angelito se despierta renovado.

Frustración – Los niños son pequeños exploradores de su entorno y de sus propias capacidades; apenas están desarrollando sus habilidades motoras y cuando aprenden a hacer algo, no quieren parar. Si tu hijo lleva un buen rato tratando de finalizar lo que está haciendo y no lo logra, puede acabar frustrado. Acompáñalo a terminar ese dibujo, a armar la torre de cubos, a tomar solo la última cucharada de papilla, y apláudelo porque lo hizo solo.

Hambre – Dale un bocadillo o algo de beber con regularidad: no olvides que su barriguita es pequeña y hay que alimentarlo poco pero seguido.

Incapacidad de comunicarse – Tú conoces a tu hijo mejor que nadie; obsérvalo con mucha atención y anímalo con preguntas a que te muestre o te señale con el dedo qué es lo que quiere. Tendrás que jugar al detective, pero lo disfrutarás.

Nuevas destrezas – Enséñale a hacer cosas novedosas y sorprendentes, como armar un rompecabezas, enhebrar un collar de macarrones, subir y bajar escaleras o moldear un muñeco con masilla de colores.

Resistencia al cambio – El secreto es la transición gradual en todo. Si vas a cambiarlo de ambiente o de actividad, lo mejor es que se lo anuncies. Aunque no lo creas, te va a entender. Y dale unos minutos para que se ajuste.

Sobreestimulación – Si este es el caso –demasiados juguetes, personas, ruidos, por ejemplo–, basta con trasladarlo a un lugar tranquilo y con menos estímulos auditivos o visuales.

Por último, un consejo para ti: no reacciones. Si te enojas o te estresas, dejarás que se salga con la suya y aprenderá que las pataletas son efectivas. Ignóralo durante el episodio, ojalá con una sonrisa, porque en ese momento su cerebro racional no está funcionando y las emociones han tomado el poder. Dale un espacio donde pueda sacarlo todo a flote y expresar su incomodidad.

No hay motivos para preocuparse. Con paciencia de tu parte, tu hijo irá aprendiendo a autocontrolarse, a comunicarse mejor y a manejar la frustración. Solo tienes que darle tiempo.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/como-puedes-manejar-los-berrinches-de-tu-hijo>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/como-puedes-manejar-los-berrinches-de-tu-hijo>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/como-puedes-manejar-los-berrinches-de-tu-hijo&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/como-puedes-manejar-los-berrinches.jpg&description=¿Cómo puedes manejar los berrinches de tu hijo?>

[3]

<https://twitter.com/share?text=%C2%BFC%C3%B3mo%20puedes%20manejar%20los%20berrinches%20de%20tu%20hijo>
puedes-manejar-los-berrinches-de-tu-hijo

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/como-puedes-manejar-los-berrinches-de-tu-hijo>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/58611>

[6] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>