Mala conducta y disciplina

En niños de 1-5 años

Si su hijo golpea, muerde o de otra manera actúa sin pensar, usted no es la única persona a quien esto le pasa. Esta conducta es común en los niños pequeños y puede ser el resultado de muchas cosas. Los niños en su mayoría actúan de esta manera sólo por un corto tiempo hasta que aprenden mejores maneras de expresar sus sentimientos.

¿Por qué se portan mal los niños?

No hay una sola respuesta para esta pregunta.

- ***Exploración.*** Los niños pequeños aprenden acerca del mundo que los rodea con los sentidos. Un niño pequeño quizá no sepa la diferencia entre masticar un juguete y morder un dedo.
- ***Los dientes le están saliendo.*** Si es un niño muy pequeño, probablemente le están saliendo los dientes. ¡Por eso se sienten bien masticando y mordiendo!
- ***Están poniendo a prueba a sus padres.*** Los niños quizás muerden o golpean sólo para ver qué pasa o para asustar a los padres.
- ***Atención.*** Los niños están dispuestos a hacer cualquier cosa, "buena" o "mala", para atraer la atención.
- ***Copiar lo que otros hacen.*** A los niños les encanta hacer lo que hacen los demás. Jamás le devuelva al niño un golpe o un mordisco porque esto le enseña que está bien hacerlo.
- ***Independencia.*** A menudo el niño actúa sin pensar porque así consigue lo que quiere sin pedir ayuda.
- ***Frustración.*** Los niños pequeños no tienen el vocabulario para expresar sus sentimientos. Por eso quizá los expresen golpeando, mordiendo y pateando.
- ***Estrés.*** Los cambios grandes o pequeños (como perder un juguete o comenzar a ir a una escuela nueva) pueden resultar muy estresantes para el niño.

¿Qué pueden hacer los padres al respecto?

Averigüe por qué su hijo golpea, muerde o actúa sin pensar. Pregúntese quién, qué, por qué, dónde y cuándo. Quizá el comportamiento de su hijo revele un patrón de conducta. Si es así, busque las pistas que anticipan que su hijo va a golpear o morder y trate usted de prevenir tales acciones.

Prevenga las mordeduras y los golpes

Establezca una rutina. Las rutinas resultan reconfortantes para los niños y pueden reducir el estrés en épocas de cambio.

No deje que su hijo llegue a estar demasiado hambriento o cansado. Sirva con frecuencia comidas en porciones pequeñas a la misma hora cada día. Compruebe que su hijo descanse lo suficiente.

Establezca una zona segura para jugar. Oculte aquellas cosas que no quiera que su hijo toque o agarre. Así evitará tener que decir "No" y quitarle cosas al niño.

Asegúrese de que el niño tenga muchos juguetes durante la hora de jugar. Así se evitarán las peleas. Los niños pequeños no saben cómo compartir.

Dedique tiempo a su hijo cuando no le dé guerra. Con esto le enseña que no hace falta portarse mal para atraer la atención.

Detenga las mordeduras y los golpes

- Reconozca los sentimientos de su hijo. Dígale que está bien ponerse furioso, enojarse o sentirse asustado.
- Enseñe a su hijo cómo expresar sus sentimientos. Pida a su hijo que use palabras en lugar de morder o golpear.
- Dígale a su hijo que está bien morder un juguete de peluche o golpear una pelota con el bate, pero que no está bien morder o golpear a otra persona.
- Enséñele a decir "perdón" y a consolar a la persona que haya lastimado.
- Puede dar una "penitencia" a los niños mayores de 2 años. Lleve al niño a un lugar silencioso para que se tranquilice. Una buena regla para ello es un minuto por cada año de vida. Ejemplo: un niño de 3 años de edad debería tener una penitencia de 3 minutos.

Pegar a los niños

Seguro que su hijo le va a prestar atención si le pega, pero la paliza no le enseña la manera correcta de comportarse ni resolver problemas. Quizá le enseñe que está bien golpear. Déle un buen ejemplo de conducta. Elogie a su hijo cuando se porta bien.

Si desea información adicional sobre este tema, llame a su médico o al departamento de servicio para miembros de su plan de seguro médico.

Developed by L.A. Care Health Plan working with our contracted health plan partners. Together, we provide Medi-Cal managed care services in Los Angeles County.

Copyright © 2006. L.A. Care Health Plan

LA0278 08/06