

Niños Enojados

Por Jim Fay

Consejos Tratando con un Niño Enojado

"¿Por qué mi hijo siempre tiene una actitud? A menudo es una persona disruptiva, irrespetuosa o metiéndose con otros niños. Ella siempre es la que tiene una astilla en el hombro." Este padre frustrado expresa los sentimientos de muchos: ¿Por qué está enojado mi hijo y cómo tratar eso?

Un niño que actúa puede estar expresando otras emociones a través de la ira. Un joven puede estar sufriendo una pérdida, un divorcio o una mudanza. Un niño puede estar tratando de hacerle saber al mundo que su vida no es lo que debería ser. Independientemente de la razón, se ve igual. Pero, ¿cómo podemos tratar esta actitud enojada sin ser un psicólogo?

El Trabajo de un Padre es Entender, no Arreglar las Cosas

Escuchar para entender es imposible cuando un niño está "borracho" con ira. Nunca razones con un niño enojado. En cambio, digas: "Parece que estás realmente enojado. Quiero escuchar y comprender. Escucharé cuando tu voz sea tan tranquila como la mía. Vuelve entonces." Si no puedes hacer que el niño se vaya, te vas tú. Estés preparado para repetir tu declaración de calma si el niño está decidido a gritar la ira sin marcharse. "No te preocupes por eso ahora. Hablaremos cuando estés tranquilo." Puede que tengas que decir esto varias veces. Estés preparado para jugar "disco roto" con, ¿qué dije? Usa estas frases en lugar de razonar. El razonamiento solo alimentará la ira.

"Gracias por compartir eso"

Una vez que el niño pueda discutir la ira, escucha sin razonamiento. Intenta evitar decirle al niño por qué él / ella no debe estar enojado. Evita decirles que las cosas estarán bien y cómo hacerlo mejor. Tu trabajo es demostrar que entiendes: "Parece que te enojas cuando te digo que es hora de hacer tus tareas. Gracias por compartir eso conmigo. Lo pensaré. Si piensas en una mejor forma para mí de recordarte, avísame."

Los Padres Pueden que se Hagan las Cosas Peor

Los padres que no tratan a sus hijos con respeto envían un mensaje que dice: "No eres digno". Estos padres a menudo se comunican con muchos gritos. Esto anima al niño a gritar y gritar mientras los padres contraatacan poniéndose más enojados. Es un círculo vicioso que genera ira crónica en el niño.

En lugar de la ira, los padres deben trabajar para escuchar a sus hijos de una manera no amenazante, honesta y abierta. La mayoría de los niños hablarán abiertamente solo después de que realmente crean que sus padres están interesados en lo que tienen que decir y reconocen sus sentimientos.



Cuando la Ira Continúa

Si, a pesar de tus mejores intentos de comprender la ira de tu hijo, no hay cambios en el comportamiento después de tres meses, los padres deben buscar consejería profesional para sus hijos. En algunos casos, la ira crónica es mejor ayudada por un profesional.

Nunca razones con un niño enojado. Usa empatía y comprensión en su lugar. "Parece que estás realmente enojado. Quiero escuchar y comprender. Y escucharé cuando tu voz sea tan tranquila como la mía. Vuelve entonces."

Las personas que realmente han sido exitosas implementando esta habilidad compraron [Simple Parenting Strategies \(Simple Estrategias de Crianza\)](#).

