

# Berrinches y pataletas

## Tantrums



**Ana Díaz** *Psicóloga del colegio Agora Lledó International School / School Psychologist Agora Lledó International School*

Cuando un niño pequeño no es estimulado lo suficiente o lo es en exceso, puede ocurrir lo mismo: **una gran pataleta**. Y en estos momentos de cuarentena y confinamiento, ambas situaciones están servidas.

Hay una gran variedad de situaciones que llevan a un niño hacia un berrinche: estimular al pequeño haciendo que se divierta fuertemente, no atenderle en su demanda en el momento en que lo requiere, darle un NO cuando quiere un SÍ, parar su actividad cuando no está preparado para hacerlo, y muchas otras más.

Pero una vez ha estallado su berrinche, lo peor que podemos hacer es ceder ante su demanda si hubiera sido ésa la situación, o darle un SI cuando antes era un NO.

### ¿Qué podemos hacer cuando ya ha estallado?

Un niño en pleno berrinche no debe estar solo, porque no sabe ver el camino adecuado hacia el desbloqueo.

**OBJETIVO:** que salga de ese bloqueo para no hacerlo tan perdurable en el tiempo, para saber pararse con control antes de llegar a parar por agotamiento.



*When a young child is not stimulated enough or is over-stimulated, both can have the same effect. In these moments of quarantine and confinement, both situations are occurring daily.*

*There is a great variety of situations that lead a child to a tantrum: stimulating the little one by making them have a lot of fun, not attending to their demands or replying with the answer they desire: NO when he wants a YES or stopping their activity when they are not ready to do so.*

*But once their tantrum has broken out, the worst thing we can do is give in to their demands.*

### **And what can we do when the tantrum is in full swing?**

*A child in the middle of a tantrum should not be alone, because they don't understand what is happening.*

**OBJECTIVE:** to get him out of that blockage as quickly as possible, to know how to take control before stopping due to exhaustion.



**LÍNEA DE ACCIÓN:** En estos momentos hay que estar con él, no dejarle solo.

- Hay que transmitirle cordura.
- Hay que hablarle con firmeza y con deseo de resolución.
- Hay que decirle que puede conseguir salir de ahí, que ya es momento de hacerlo.
- Hay que decirle que estoy ahí para animarle y ayudarlo a conseguirlo.

**QUÉ HACER:** Darle las expectativas de que puede conseguir parar y modelar el cómo hacerlo.

- Estoy con él.
- Le hablo, le indico que es momento de parar pasado un cierto tiempo.
- Le toco y le abrazo.
- O bien, simplemente estoy a su lado. Impido que se haga daño o dañe algo.
- Lo sujeto y paso con él esos momentos de descontrol.

**QUÉ LE DIGO:**

- Estás desbordado.
- Te sientes abrumado por tus emociones.
- Yo estoy aquí. Te voy a ayudar.
- Basta. Ha llegado el momento de parar.
- Puedes llorar, pero no dar patadas ni morder.
- Si podemos, detendremos lo que hace que te desbordes.

**FINALIDAD:** Tras el berrinche valoro su progreso:

- Menos tiempo invertido en el bloqueo.
- Mejora en su autocontrol.

**MENSAJE:** Le transmito que poco a poco lo conseguirá; le transmito mi seguridad y mi apoyo.

**RECUERDA:** Empieza a observar y a darte cuenta de las señales que indican la llegada de un berrinche y haz Prevención. Organiza tu escenario para que la probabilidad de que un berrinche se dé, disminuya. Se pueden hacer planes para garantizar el éxito en cualquier momento, y la prevención de situaciones difíciles en un niño pequeño, es un gran plan.

**LINE OF ACTION:**

- Stay with your child at this difficult time
- Keep calm
- Speak firmly
- Encourage your child

**HOW TO DO IT:**

- Give him the expectation that he can stop and show them how to do it.
- Be with your child.
- Talk to them, tell them it's time to stop after a certain time.
- Hug and cuddle them
- Make them feel safe and loved

**WHAT I SAY:**

- You feel overwhelmed by your emotions
- I'm here. I'm going to help you.
- Stop it. The time has come to stop
- You can cry, but you can't kick or bite
- Let's find a solution to your problem
- Use your words, talk to me

**PURPOSE:**

After the tantrum value your progress:

- Less time spent on the tantrum,
- Improved self-control

**MESSAGE:** I convey to you that little by little you will succeed; I convey to you my assurance and my support.

**REMEMBER:** Start observing and take note of the signs that indicate the arrival of a tantrum. Organize your setting so that the probability of a tantrum occurring decreases. Plans can be made to ensure success at any time, and preventing difficult situations occurring in a young child is a great plan.



**Agora Lledó**  
INTERNATIONAL SCHOOL  
Shaping the world



*Si me abrazas, el mundo puede detenerse en ese instante.*

