



## Rabietas en el niño pequeño



### Rabietas y pataletas, una conducta asociada a la crisis de los tres años

Las rabietas forman parte de la conducta del niño pequeño, especialmente alrededor de los tres años. Es la edad de la obstinación, que supone una barrera contra la voluntad de los demás. Es la edad de la tozudez, a través de la cual el niño quiere mantener su propia opinión, aunque sea de forma violenta. Y es la edad de la desobediencia, como consecuencia de la obstinación y de la tozudez. A menudo supone un reto para los padres, pues el niño quiere poner a prueba un nascente sentimiento de independencia.

A esta edad, el niño tiene una clara propensión a las rabietas. Pueden nacer del afán de posesión, del egocentrismo, de la necesidad de centrar la atención de los demás, de la ambición de poder, del afán de independencia y del despertar de la voluntad. Es la época de las explosiones emotivas. Se trata de una edad que implica un importante compromiso educativo por parte de los padres.

Las rabietas no dejan de ser una manera de llamar la atención, de forma inadecuada, que utiliza el niño. Por lo tanto, se trata de unas conductas que no deberían ser aceptadas por parte de los adultos, aunque pueden y deben ser comprendidas. Cuando el niño, con su rabieta, intenta llamar nuestra atención, debemos plantearnos, como adultos, a qué puede obedecer esa llamada y reflexionar sobre cómo podemos ayudar al niño.

### ¿Qué hacer?

De entrada, se requiere una actitud tranquila e indiferente por parte de todos los adultos (padres, abuelos \*↔ ante la rabieta del niño. El niño debe tener muy claro que, con su rabieta, no consigue ganar la atención. Al contrario, obtiene indiferencia. La indiferencia sirve para extinguir la rabieta.

Los padres deben intentar comprender los motivos de las rabietas de los hijos, ya que, no olvidemos, se trata de una llamada de atención. Pero nunca debe accederse a un deseo que el niño exprese a través de rabietas, por más justo y lícito que sea. Acceder sería aceptar su chantaje. Y el chantaje nunca puede ser bueno para nadie.

Aunque consideremos que el niño tiene derecho a sus pretensiones y que aceptemos que nuestra conducta, como adultos, ha sido injusta, debemos esperar a que se le haya pasado la rabieta para acceder a aquello que le corresponda.

Cuando la rabieta es excesiva, puede ser útil el aislamiento temporal: dejar al niño solo en una habitación, donde no tenga distracciones, durante unos 5 o 10 minutos, advirtiéndole que si sigue en esta actitud, el tiempo puede prolongarse. Pero para que este sistema sea efectivo, es conveniente actuar con tranquilidad: conducir al niño a la habitación de aislamiento sin atolondramientos, con tranquilidad, sin gritos y dejarlo en ella sin explicaciones de ningún tipo.

Hay que evitar entrar en negociaciones. La rotundidad y las pocas palabras en el adulto redundarán en beneficio del niño. Aquello que se pueda decir en dos palabras, no necesita ni una palabra más.

### Consecuencias educativas

La rabieta y la crisis debe ser aprovechada para ejercer la acción educativa de los padres. Algunas sugerencias

son:

1. El ejemplo de los padres es fundamental siempre. No se puede bajar la guardia.
2. La obediencia debe ser objeto de educación.
3. Hay que estructurar normas en la casa. Para que sean efectivas deben ser pocas, constantes, concretas y de obligado cumplimiento.
4. Deben buscarse los mecanismos para encarrilar la fogosidad infantil.
5. Debe fomentarse y respetarse la espontaneidad; especialmente a través del juego imaginativo.
6. Y deben vigilarse los posibles elementos contra-educativos, a menudo procedentes de la televisión. Los programas, por más infantiles que sean, deberían ser vistos en compañía de los padres.

Artículo publicado el 1-7-2012, revisado por última vez el 2-10-2013

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/rabietas-en-nino-pequeno>