



Rabietas en el niño pequeño



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

¿Qué son?

Las rabietas forman parte de la conducta normal del niño pequeño, especialmente entre los dos y tres años. Es la edad de la obstinación, que supone una barrera contra la voluntad de los demás y 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 naciente 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 manifestación propia del desarrollo del niño. No obstante, los padres no deberían permitir que mediante rabietas los niños consigan todo lo que quieren, aunque pueden y deben ser comprendidas. **Cuando el niño tiene una rabieta quiere transmitirnos algo, debemos plantearnos, como adultos, a qué puede obedecer esa llamada y reflexionar sobre cómo podemos ayudar al niño.**

¿Qué hacer?

De entrada, ante una rabieta, se requiere una actitud tranquila e indiferente por parte de todos los adultos (padres, abuelos *→□ El niño debe tener muy claro que con su rabieta no va a conseguir ganar la atención. Al contrario, obtiene indiferencia, lo que sirve para extinguir la rabieta.

Los padres deben intentar comprender los motivos de las rabietas de los hijos, no olvidemos que se trata de una forma de comunicarse. Pero nunca deben acceder a un deseo que el niño exprese a través de este comportamiento, por más justo y lícito que sea. Acceder sería aceptar su chantaje, lo cual no es adecuado para nadie. Estas recomendaciones pueden ayudar:

- Expresar bien claro y con tranquilidad que no se le atenderá hasta que se comporte de otro modo. Pero **es importante estar cerca del niño, acompañándole.**
- Aunque consideremos que el niño tiene derecho a sus pretensiones y aceptemos que nuestra conducta, como adultos, pueda haber sido injusta, debemos esperar a que se le haya pasado la rabieta para acceder a aquello que solicite o le corresponda.
- Se le debe intentar distraer con actividades alternativas.
- 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.
- No culpabilizar, no insultar, tratarle siempre con cariño, aunque con firmeza.
- □□□□□ fuera □□ cuando la rabieta es muy intensa, puede ser útil, solamente en muy determinados casos, el aislamiento temporal:

1. Dejar al niño solo en un lugar donde no tenga distracciones

2. Durante unos 5 o 10 minutos, advirtiéndole de que si sigue en esa actitud el tiempo puede prolongarse
3. Para que este sistema sea efectivo, es conveniente actuar con tranquilidad: explicárselo antes, sin atolondramientos, con tranquilidad, sin gritos y dejarlo en ella sin explicaciones de ningún tipo
4. Tanto padres como niños deben comprender que no se trata de un castigo sino de una técnica que ayudará a todos a tranquilizarse
5. Asegurarse de que no se pueda hacer daño con nada, ni que pueda herir a nadie, alejándole del público si es preciso

Consecuencias educativas

La rabieta y la crisis deben ser aprovechadas para ejercer la acción educativa de los padres. Algunas sugerencias para evitar el desarrollo de las rabietas son:

- El ejemplo de los padres es fundamental siempre. No se puede bajar la guardia. Solo podemos tranquilizar desde nuestra propia calma.
- La obediencia debe ser un objetivo de educación.
- Hay que estructurar normas en la casa. Para que sean efectivas deben ser pocas, constantes, concretas y de obligado cumplimiento.
- Deben buscarse los mecanismos para encarrilar la fogosidad infantil.
- Debe fomentarse y respetarse la espontaneidad; especialmente a través del juego imaginativo.

Artículo publicado el 1-7-2012, revisado por última vez el 14-2-2025

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>