

## Desarrollo social y emocional / Desarrollo emocional

### Los Berrinches



Estimada Alina,

Últimamente, mi hijo de dos años está haciendo muchos berrinches. ¿Es normal este comportamiento? ¿Qué puedo hacer para ayudarlo?

– **Sandra Osuna**

#### Consejos de Alina



**Alina Rosario**

Presentadora

- Anticipe las situaciones que pudieran causar un berrinche
- Mantenga la calma, ignore el berrinche y no ceda ante el mismo
- Déle atención positiva y felicítelo cuando se porte bien

#### Expert Advice



**Julie Ruelas**

Especialista en desarrollo infantil

Los berrinches son una manera como los niños pequeños se expresan, pero pierden el control de sus emociones. Son arrebatos de emociones que se presentan como llantos, gritos, golpes, etc. Esta es su manera de expresar sentimientos de tristeza, cansancio, entre otros.

Los berrinches son una parte normal del desarrollo de un niño porque emocionalmente es el momento en que los niños experimentan con la independencia. Por eso muchas veces el niño siente que no puede controlar sus emociones. Están tratando de buscar su independencia, pero a la vez no son lo suficientemente maduros como un adulto para ser capaces de tomar sus propias decisiones.

Un niño trata de manifestar su autonomía a los dos años. Una manera constructiva es darle al niño dos opciones y hacerlo sentir que está tomando una decisión. Esto no quiere decir que debemos darles lo que quieren porque están haciendo un berrinche. Lo último que usted debe hacer es ceder. Lo usarán en contra suya cada vez que quieran algo.

Definitivamente hay niños que tienen mayor tendencia a los berrinches. La clave es evitar situaciones que puedan causar un berrinche. Si esto es imposible entonces los padres deberán ejercitar la paciencia y la calma. Esta calma será transmitida al niño.

Una manera de manejar los berrinches es ignorar al niño cuando está teniendo un berrinche. No le dé al niño lo que quiere porque esto sólo fomentará este

comportamiento. Primero, los padres deben asegurarse de que el niño no se haga daño. Una vez que el niño se ha calmado, los padres deberían de tomar la oportunidad para enseñarle y explicarle al niño la manera apropiada de comportarse. Enséñele al niño a expresar sus sentimientos a través de palabras y enséñele a pedir las cosas sin hacer un berrinche.

### Comentario de Proveedores



**Roger Pérez**

Cuida a su niño en casa

Si el niño está haciendo un berrinche, yo trato de re-dirigir su atención a algo que lo calme. A veces esto no funciona y entonces también trato de darle opciones al niño. Esto no quiere decir darle lo que quiere. Los padres deben entender que es importante darle al niño tiempo a adaptarse. Si usted se está yendo de algún lugar, dígame que tiene 5 minutos antes de irse. Si usted dice, "Vámonos ya", será muy difícil para el niño adaptarse.



**Eugenia Jimenez**

Abuela de un niño, cuida a su nieto

Los niños tienen berrinches porque se frustran por no obtener lo que quieren. Yo siento que uno tiene que negociar con el niño. Hable con el niño y dígame, "cuando te calmes entonces hablaré contigo. También seré capaz de ayudarte si necesitas algo". Si estamos en casa, le digo "estás portándote así porque estás cansado o quieres algo". A veces le doy un abrazo y le canto. La causa de los berrinches puede ser que simplemente están cansados o que quieren atención.



**Nelly Nuñez**

Proveedora por dos años

Es normal que los niños hagan berrinches y usualmente es porque quieren obtener cosas. A esa edad, ellos están aprendiendo a conseguir las cosas y llevarse con los demás, y esa es la manera como los niños tratan de ver qué pueden conseguir. Primero, usted tiene que esperar hasta que el niño se calme y sostenerlos. Luego, yo le hablo al niño y le digo que no conseguirá nada si sigue llorando.

[▶ Haga parte de la discusión en los foros](#)