

(Cómo apoyar a su hijo cuando está frustrado)

¿Qué es una conducta desafiante?

La conducta desafiante se conoce también como berrinche, explosión, arrebato o furia. Es una forma de expresar ansiedad o frustración cuando no se usan palabras.

Hay tres etapas:

1. **Murmulllos de descontento.** Es posible que su hijo haga ruidos fuertes o intensos con la voz. Además, es posible que su hijo: agite las manos, se meza, salte, dé pequeños golpes con los pies en el piso, camine de un lado a otro, tararee, repita palabras, frases y sonidos. En algunos casos los niños pueden realizar estos mismos movimientos o acciones para calmarse. Esta es su forma de enfrentar sus emociones y evitar arrebatos.
2. **Rabia.** Es posible que su hijo grite, muerda, golpee, patee o salga corriendo.
3. **Recuperación.** Es posible que un niño demuestre que está arrepentido cuando:
 - a. Se va a dormir.
 - b. Deja el comportamiento de rabia.
 - c. Dice "lo siento".



¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?

- Ayúdelo a que tenga un sentido del control.
- Cuando elogie a su hijo, sea específico. Dele un ejemplo de la conducta positiva. Por ejemplo, "me encanta cómo gruñes en lugar de golpear".
- Los niños responden de forma positiva al orden y estructura. Así es incluso cuando están en ambientes que los estresan.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo durante un berrinche?

- Recuerde que un padre enojado no puede calmar a un niño enojado.
- La seguridad es lo primero. Protéjase a usted y a su hijo.
- Mantenga la calma. Respire profundamente. Genere un ambiente tranquilo.
- No trate de disciplinar a su hijo durante un berrinche.
- Después del berrinche, deje que su hijo repose y descanse.

¿Dónde me pueden ayudar?

Centro de Recursos para la Familia de Children's Hospital of Wisconsin (414) 266-8432. Ahí le pueden ayudar si tiene preguntas y dándole información sobre los recursos en su comunidad.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.