

## **Conducta desafiante**

**(Cómo apoyar a su hijo cuando está frustrado)**

### **¿Qué es una conducta desafiante?**

La conducta desafiante se conoce también como rabieta, colapso, arrebatos o furia. Es una forma de expresar ansiedad o frustración sin usar palabras.

Hay tres etapas:

1. **Murmullos 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 al 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. Así es hasta cuando están en ambientes que los estresan.

### **¿Cómo puedo ayudar a mi hijo durante una rabieta?**

- La seguridad es lo primero. Proteja a su hijo y a sí misma.
- Mantenga la calma. Respire profundamente. Genere un ambiente tranquilo.
- No trate de disciplinar a su hijo durante una rabieta.
- Después de la rabieta, deje que su hijo repose y descanse.

### **¿Dónde me pueden ayudar?**

Centro de Recursos para la Familia de Children's Hospital of Wisconsin (CHW, por sus siglas en inglés) (414) 266-8432. Ahí le pueden ayudar con lo siguiente preguntas y servicios dentro de su comunidad.

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