

# CONSEJOS PARA REACCIONAR ANTE UNA "RABIETA"



- **Calma**, nunca pierdas la calma... difícil pero no imposible. Debemos tener total control de nuestras emociones, como adultos que somos, y en ningún momento perder los nervios.
- **Autoridad**, pregúntate ¿quién manda aquí? Nunca podemos ceder a "las lágrimas de cocodrilo", porque de lo contrario, estaremos dando a entender que con este tipo de comportamientos podrá conseguir lo que quiera.
- Educar en **Respeto**, es decir hacerle entender que hasta que no se calme no lo escucharás o lo atenderás, que con gritos, llantos, malas formas o comportamientos destructivos no habrá "negociación" alguna.
- **Comunicación** "limpia", ésta es aquel tipo de comunicación que se encuentra fuera de gritos o cualquier falta de respeto, y que busca el contacto con los ojos (en la mirada encontraréis el punto medio, y más con los niños). A la vez el tono debe ser firme, incluso invitando a un contacto físico que comience poniéndose a su altura. Será una buena invitación a que el niñ@ comience a entrar en razón.



- Peeeeero....si después de intentar conciliar no se obtiene algún resultado, es bueno dejar **que el niñ@ se desahogue**, eso sí, tras manifestarle que esa es una actitud que no es buena. Después podemos alejarnos un poco o seguir con la actividad/tarea que estuviéramos haciendo pero sin perderlo de vista.