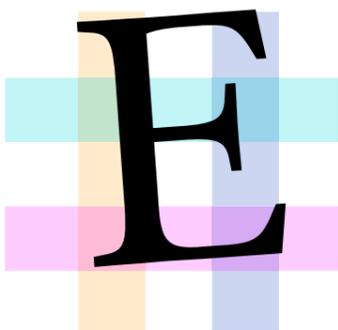


Pequeños tiranos: el síndrome del emperador

Son niños con baja tolerancia a la frustración, que responden con rabietas, ira, insultos e incluso violencia cuando se les pide que hagan algo que no les gusta o no consiguen lo que ellos quieren



Si el niño consigue lo que exige a gritos, insultos, golpes o amenazas, entenderá que esa es la forma adecuada de pedirlo y la repetirá. FREEPIK



En demasiadas ocasiones, más de las que nos gustaría, los hijos no hacen caso a su padres, no aceptan un «no» por respuesta, lo quieren todo, aquí y ahora, a la voz de «¡ya!». Y, cuando no lo consiguen, se enfadan, lloran, montan una rabieta y se comportan de forma disruptiva hasta que los adultos cedemos, se lo permitimos y lo consiguen. Y es entonces cuando surge la gran pregunta: ¿cómo hemos podido llegar a esta situación?

Desde edades muy tempranas, los niños van adquiriendo diferentes formas de actuar para conseguir sus objetivos. Pueden hacerlo de forma adaptativa, es decir, de una manera positiva y respetuosa con los demás, o bien de forma disruptiva, anteponiendo sus intereses a todo lo demás.

Reyes y reinas de la casa

Si los adultos reforzamos el modelo disruptivo, consintiendo comportamientos negativos y dándole al pequeño lo que está exigiendo a gritos e, incluso, mediante insultos, golpes y amenazas, lógicamente, entenderá que esa es una forma adecuada de pedirlo y volverá a repetir este estilo de conducta, que tan bien le ha funcionado, ya que, al fin y al cabo, le ha permitido conseguir lo que él quería. Seguro que estos ejemplos nos resultan familiares: «Le doy lo que me pide para que

no me monte el numerito en el supermercado» o «le dejo que coma dulces, porque es lo único que come».

A veces, compensamos nuestra falta de tiempo y atención hacia nuestros hijos/as consintiendo malos comportamientos, evitando así enfados y discusiones. Con esto, les dejamos salirse con la suya y no les estamos enseñando las normas y límites que tan necesarios son en edades tempranas. No debemos consentirlo, sino educarles con sentido.

Conscientes del impacto negativo, que ocasionó en el pasado un estilo educativo autoritario, intentamos huir de él, pero podemos caer en el extremo opuesto: un estilo permisivo, basado en el dejar hacer al niño lo que le apetece en ese momento; un estilo que carece totalmente de control o disciplina, que puede generar comportamientos tiránicos. De hecho, los

padres y madres de niños/as que tienden a comportarse así, manifiestan tener dificultades a la hora de establecer límites. Ante estas dificultades, se rinden, ceden, toleran las conductas disruptivas y les conceden todos los caprichos. Pero, lamentablemente, cuanto mayor es el grado de tiranía que muestra el niño, más complaciente se muestra el adulto, llegando incluso a sentirse culpable cuando no cumple todos los deseos del pequeño. En algunos casos, si no se interviene a tiempo, estos comportamientos desafiantes por parte de los niños, además de hacia sus padres pueden trasladarse también hacia el profesorado y otras figuras de autoridad. Como estas conductas se van incrementando conforme el pequeño crece, en la adolescencia suelen ser comunes, incluso, los casos de maltrato hacia sus padres.

Este estilo de conductas tiranas

—también conocidas como síndrome del emperador o emperatriz— son producto de una disfunción educativa que puede corregirse, tal y como señala el psicólogo Vicente Garrido, autor de 'Los hijos tiranos: el síndrome del emperador'. Se trata de niños con baja tolerancia a la frustración, que responden con rabietas, ira, insultos o violencia cuando se les solicita hacer algo que no les gusta, no les apetece, o cuando no consiguen lo que quieren. Presentan escasas estrategias para resolver problemas por sí mismos, pues están acostumbrados a que un adulto se los resuelva.

Estos pequeños tienen un egoísmo exacerbado, no muestran empatía y, por tanto, no sienten remordimientos cuando hieren o agreden —física o psicológicamente— a los demás. De hecho, siempre encuentran justificación a sus conductas o culpabilizan a otros de las mismas, lo que, además, puede indicar una baja autoestima. No aceptan las normas y castigos de sus padres y los manipulan hasta conseguir que cedan de nuevo ante ellos.

No podemos olvidar que un niño que no sufre cierta frustración, que tiene todo lo que pide de forma inmediata, que no está acostumbrado a escuchar la palabra «no», se convertirá en una persona ansiosa, exigente, impaciente y vulnerable. Y, cuando le toque enfrentarse a situaciones difíciles en su vida, no sabrá afrontarlas, ya que no contará con las capacidades y/o competencias suficientes para tolerar esa frustración. Esto repercutirá en una baja autoestima al no sentirse hábil para hacer frente a sus propios problemas.

Otra consideración que deberíamos tener en cuenta es la influencia de la actual cultura y sociedad de consumo en la que crecen nuestros hijos. Esta 'era de la inmediatez' incita a querer tener en nuestras manos lo más novedoso, lo mejor, lo último, rápidamente, sin esperar. Por eso, es tan importante educar a las nuevas generaciones en valores de esfuerzo, constancia y persistencia, pues no todo se consigue a la primera y, en muchas ocasiones, la recompensa solo llega tras un largo esfuerzo. Valorar y agradecer lo que se tiene es todo un aprendizaje.

Partiendo de la base de que el estilo educativo familiar es decisivo en la aparición de este tipo de conductas, debemos buscar una forma intermedia de actuar, el llamado estilo educativo 'democrático': marcar límites y normas mediante una comunicación asertiva, sin juzgar a nuestros hijos, escuchando sus necesidades y sentimientos, teniendo en cuenta siempre su autoestima.

Autoridad sin autoritarismo

Para educar hijos sanos fuertes e inteligentes emocionalmente es necesario, como ya hemos indicado, establecer normas y límites claros, desde edades tempranas, mediante los cuales sepan diferenciar las conductas que están permitidas de las que no, así como las consecuencias que pueden

derivarse de las no permitidas. Es importante fomentar la realización de tareas y asignar responsabilidades en el hogar, acordes a su edad, para fomentar su autonomía y, por ende, su autoestima, pues se sentirán útiles, hábiles y 'mayores'. También se debe trabajar el reconocimiento de las emociones, entendiendo cuáles son, cómo se llaman, cómo se representan en su cuerpo y su función. Así, también podrán entender las emociones ajenas, desarrollando la empatía y aprendiendo cómo pueden afectar sus comportamientos a los sentimientos de los demás. Es decir, trabajar en inteligencia emocional. Y recordar que, como padres y madres, somos su modelo a seguir. Todo lo que digamos y hagamos en casa será escuchado e imitado. Por eso, debemos intentar ser siempre el mejor ejemplo: la mejor versión de nosotros mismos.

También debemos aprender a gestionar ese sentimiento de culpabilidad que sentimos los padres, por no poder pasar con ellos todo el tiempo que nos gustaría, para que esto no se traduzca en permisividad ni en el consentimiento de conductas disruptivas o de sus caprichos. Y conviene dar prioridad a dedicar tiempo de calidad en familia al llegar a casa: tiempo de conversación, de juegos, de cosquillas y de risas. Es necesario fomentar una comunicación asertiva, positiva, sin gritos ni



«Debemos educar en valores de esfuerzo y constancia»



«Todo lo que digamos y hagamos será escuchado e imitado»

LAS CLAVES

1 Sin remordimientos: Estos pequeños suelen tener un egocentrismo exacerbado, no muestran empatía y, por tanto, no sienten remordimientos cuando hieren o agreden -física o psicológicamente- a los demás.

2 Baja autoestima: Siempre encuentran una justificación a sus conductas o culpabilizan a otros de las mismas, lo que, además, puede indicar una baja autoestima.

3 Grandes manipuladores: no aceptan las normas y castigos de sus padres y los manipulan hasta conseguir que cedan de nuevo.

4 Faltos de estrategias: presentan escasas estrategias para resolver problemas por sí mismos, ya que, por lo general, están acostumbrados a que un adulto se los resuelva.

amenazas, con un tono de voz adecuado, sin titubear, sin dudar, así como practicar la escucha activa, y, por supuesto, reconocer el valor del esfuerzo, reforzar la dedicación de nuestros hijos en cada intento que hagan, independientemente de los resultados que consigan, para aumentar su tolerancia a la frustración e interiorizar la importancia de la persistencia, de modo que aprendan a valorar más las recompensas.

Por último, es importante pedir ayuda a profesionales del ámbito educativo y sanitario si se observan dificultades para controlar y/o reconducir las situaciones que hemos descrito.

Algunas herramientas

Pero la conducta de estos pequeños tiranos puede modificarse. Y algunos cuentos nos serán de gran utilidad:

• **'Rabietas'**, de Susana Gómez Redondo y Anna Aparicio Catalá (Takataka). Describe la rabietas a nivel gráfico, identificándola con el color rojo que quema como el fuego. Este cuento les ayuda a entenderlas y transmite la importancia de saber canalizarlas y de aprender a comunicarnos.

• **'¡No me dejan hacer nada!'**, de Thierry Robberecht y Annick Masson (Cubilete). Explica situaciones que pueden provocar una rabietas. Conociéndolas, podemos anticiparnos, prevenir la aparición de estos comportamientos y

gestionar la emoción de enfado de forma positiva.

• **'Vaya Rabietas'**, de Mireille d'Allancé (Corimbo). Analiza las sensaciones que la rabietas provoca en el cuerpo de Roberto, que pierde el control y no es dueño de sus actos. Por eso, es importante conocer esas sensaciones y aprender a gestionarlas.

• **'Soy un dragón'**, de Philippe Gossens y Thierry Robberecht. (Edelvives). Describe las fases de la rabietas y les ayuda a identificar lo que les pasa.

• **'Soy un volcán'**, de Míriam Tirado y Joan Turu (Carambuco). Ofrece herramientas para reconocer las emociones negativas, como el enfado, y cómo gestionarlas mediante, por ejemplo, la respiración consciente.

• **'El cojín de Martina Repentina'**, de Ester Llopis y Sefelinda Mustache (Naniero). Un gran recurso para que los niños liberen toda la tensión que van acumulando antes de que 'exploten' en forma de rabietas. Propone que se 'descarguen', gritando en su cojín.

• **'Así es la vida'**, de Ana Luisa y Carmen Ramírez. (Diálogo). Habla de las frustraciones que pueden provocar las rabietas. Invita a pensar y a reflexionar, pero, sobre todo, a hablar y a dialogar con los pequeños.

Por **Macarena López Peco**
Psicóloga social y comunitaria.
Asociación Aragonesa de Psicopedagogía

MIRÍADAX_

Cuando creas una oportunidad en cada horizonte, ya no tienes límites.

La educación digital es un pilar para Telefónica, por eso apostamos por Miríadax. La mayor plataforma de MOOCs, en español y portugués, impartidos por las universidades más prestigiosas de Iberoamérica. Más de 600 cursos online, abiertos y gratuitos, con certificaciones digitales.

¡Amplia tus horizontes actualizando tus conocimientos desde ya!

www.miriadax.net
Abrimos horizontes de conocimiento.

Movistar / vivo | SON MARCAS DE TELEFÓNICA

Telefonica

