

---

## Del niño tirano al adolescente violento: cómo reaccionar

Como pasa con los animales, los padres garantizan la supervivencia de sus crías. Los padres dan y los hijos reciben y obedecen hasta que son capaces de valerse por sí mismos. Es incuestionable el liderazgo de los padres en la infancia.

Hay circunstancias que favorecen [criar hijos sanos](#). Por ejemplo: estar unidos en sus decisiones y por vínculos de amor. Tratar a los hijos desde la igualdad (independientemente de las cualidades de éstos). Facilitar vínculos fraternales. Someter las necesidades de los hijos a las del núcleo familiar.

Es fundamental no seguir sobreprotegiendo al adolescente. Hay que darle autonomía.

Es muy importante detectar a tiempo problemas como los descritos en el artículo "[Del niño tirano al adolescente violento: causas y síntomas](#)" para buscar ayuda.

Lo primero que se debe hacer es restablecer la jerarquía familiar. Más que nunca, los padres deben estar unidos, apoyándose el uno al otro, no del lado del [hijo "tirano"](#). Si los hijos ejercen el poder y la autoridad (por ejemplo, *sólo se ve el programa de televisión que quiere el niño, come lo que desea, se hace lo que él diga...*), se altera la dinámica familiar. No toda desobediencia termina en maltrato, pero sí todo maltrato se inicia por un comportamiento desobediente. Y si no se es capaz de restablecer [los límites familiares](#) es necesario pedir ayuda. No se trata aquí de culpar a los padres sino de salir reforzado de la situación y que no se vuelva a producir en el futuro.

### **Pautas para corregir estas conductas**

Se debe [trabajar con los padres](#) y sensibilizarlos para que cuando digan un NO a su hijo/a no se sientan culpables. La culpa hay que sentirla cuando corresponda (por ejemplo, es lógico si se causa daño a algo o alguien, pero no es lógico si le negamos a un hijo una golosina antes de cenar o limitamos el horario de salida de esta tarde por no haber cumplido la hora de llegada pactada con él o ella el día anterior).

Si unos padres se sienten culpables cuando dicen un NO a su hijo/a se deberían preguntar: *¿cuándo está enfermo le atiende bien?, ¿tiene un hogar en buenas condiciones?, ¿le falta comida?, ¿está sucio o mal vestido?, ¿le faltan vacunas?, ¿abuso de poder por mi parte y le pego o insulto?...* La culpa mal administrada es un sentimiento que nos convierte en presa fácil del que lo ha suscitado; en este caso, su hijo, su hija.

### **1º ESTABLECER LÍMITES**

Nadie nace sabiendo cómo comportarse. Por ello se aprende a ser padres siguiendo los modelos de las familias de

origen. Está demostrado que las que tienen más problemas son las que no han establecido [los límites](#) con más claridad e insistencia.

En los hogares que [no tienen una dinámica familiar "sana"](#) es recomendable elaborar, según la edad del niño/a, una tabla que recoja conductas permitidas y no permitidas, otra de conductas deseables con puntuaciones y un listado de "premios" canjeables. Por cada conducta inadecuada se quita un punto (o más), sin hacer ningún comentario crítico (sólo actuar). Después se le mostrará la forma de recuperar el punto perdido, sin dramatizar (conviene centrarse en lo positivo). La tabla debe situarse en un lugar visible de la casa y accesible.

## **2º EXTINCIÓN Y "DISCO RAYADO"**

- **Extinción:** ignorar las reacciones inadecuadas. Esta técnica requiere gran autoconfianza y firmeza. Como muchas veces el estallido emocional (rabieta, pataletas...) sube en intensidad, se pasa al "disco rayado".
- **Disco rayado:** se trata de repetir con serenidad siempre lo mismo ("*cuando te calmes, te atiendo*").

Se debe asegurar que no está en un sitio peligroso (como cruzando la calle) y que el niño no pueda lesionar a otras personas, objetos o a él mismo. Si lo consigue una vez, lo conseguirá muchas veces.

## **3º ASERCIÓN NEGATIVA**

Es reconocer con valentía que el otro tiene razón. Por ejemplo:

- Hijo: "*Eres una bruja y la peor madre del mundo*".
- Madre: "*Sí, es verdad*".

No se debe dar muestras de debilidad. Aunque a corto plazo genere dolor. Ni entrar en discusiones de reproches o de víctimas ("*¿pero cómo puedes decirme que soy la peor madre del mundo con todo lo que hago por ti?*"...). En estas situaciones, una técnica que puede ayudar a relajarse es esperar unos segundos e hiperventilar (respirar más profundo y despacio). De esta manera, pensamos más racionalmente y menos emocionalmente.

## **4º REFORZAR**

Cuando haya un comportamiento positivo, hay que prestar atención inmediatamente y [premiarlo](#). El mejor premio para un hijo es [la mirada de sus padres](#).

EN ADOLESCENTES, además de las técnicas anteriores, se recomienda:

- No repetir lo que no haya servido anteriormente. Para el adolescente es "más de lo mismo" y aguantará pacientemente las quejas de los padres. Si no funcionó, para qué repetir.
- Evitar posturas opuestas entre los padres. Deben ser un único frente. Si los padres envían mensajes que entran en conflicto entre sí, se induce al joven a que se comporte inadecuadamente y no entienda nada.
- Dejar de cumplir sus responsabilidades, sin reproches ni recriminaciones. Debe asumir él las consecuencias. Se puede parecer a "echar un pulso". Por supuesto que los padres deben ayudar a los hijos, pero una ayuda no es lo mismo que hacer todo.
- No cambiar de centro educativo. La solución no suele estar en el exterior, sino dentro de su hijo/a. Al menos en el centro en el que está ya lo conocen.

- En algunos casos, cambiar el profesional que le ayuda si le hace sentir mal padre/madre. Un padre/madre no es omnipotente. Precisamente, el adolescente tirano juega con la responsabilidad de ser padres, la manipula y se aprovecha.
- No justificar los comportamientos inadecuados. Cuanto más lo justifique, más se potencia al adolescente. Hay que trabajar con las conductas y no con las personas. Es mejor decir “no quiero que llegues de madrugada”, en vez de “eres un golfo porque llegas de madrugada”. Dígale lo que espera de él, no lo que usted no quiere o él no hace.
- No dar explicaciones que no conviene dar. Por ejemplo, con las pagas semanales o el estudio (“entendemos que no te guste ir al colegio, pero tienes que ir”).
- No dar nada sin recibir antes algo a cambio. El adolescente promete más que miente. En vez de regalarle usted una moto a su hijo porque le ha prometido que se esforzará más en los estudios, le diga que le regalará una moto si aprueba el curso.
- No descalificarse entre los padres. Si en la pareja hay desacuerdos sobre la conducta del adolescente, se puede dar hacer una media con la puntuación de ambos progenitores.

---

**Fecha de publicación:** 19-01-2015

*Última fecha de actualización:* 30-12-2018

**Autor/es:**

- [Rafael López García](#). Pediatra. Centro de Salud de Alhaurín el Grande. Alhaurín el Grande (Málaga)

