Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

¿Por qué se porta tan mal mi hijo?

Cualquier niño puede portarse a veces así:

• Explosivo: se enfada a la mínima y tiene rabietas.

• Desobediente: no acepta las normas. Planta cara a quien le manda.

• Siempre dice no, sin motivo.

• Puede ser agresivo, insultar.

• Nunca tiene la culpa. Acusa a los demás de sus errores. Se hace la víctima.

• Molesta sin motivo.

• Se frustra pronto.

• Es rencoroso.

• No se le puede decir nada, porque pronto se enfada.

• Le cuesta adaptarse. Es rígido, blanco o negro.

Pero si estas conductas se repiten y duran al menos 6 meses, se habla de **trastorno oposicionista desafiante**.

¿Qué es el trastorno oposicionista desafiante (TOD)?

El TOD o trastorno negativista desafiante (TND) es un comportamiento anormal del niño, que afecta en la familia y en su entorno (colegio, amigos, etc.).

Hay que detectarlo y tratarlo de forma precoz para que no se convierta en un trastorno de conducta cuando sea mayor.

Se inicia antes de los ocho años, y puede tener síntomas a partir de los 2 o 3 años.

¿Por qué le pasa esto a mi hijo?

El niño o niña no lo hace porque quiera o sea mal niño.

La familia no se debe culpar.

En el niño con TOD se alteran las funciones ejecutivas (FE) que se producen en la corteza cerebral.

Las FE son necesarias para comportarse bien.

El retraso en tener estas habilidades le dificulta:

• ser flexible.

• tolerar la frustración.

• el autocontrol de las emociones.

• reflexionar y planificar.

¿Cómo se diagnostica?

Lo realiza un profesional que conozca bien el TOD.

Hay exploraciones, test y cuestionarios, que ayudan al diagnóstico.

Hay unos criterios ya definidos (DSM-V) de la Asociación Americana de Psiquiatría Infantil.

Se puede asociar a otros trastornos del desarrollo, con frecuencia al Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

¿Como puedo ayudarle?

Las pautas de educación tradicionales suelen fracasar, ya que el castigo les frustra más y les provoca explosividad.

El tratamiento será sobre todo **psicológico:**

- Enseñar a la familia cómo tratar a sus hijos, y a la escuela, si es preciso.
- La colaboración y motivación de los padres será clave.
- Las pautas psicológicas serán según la edad del niño.
- En casa hay que mejorar el vínculo entre los padres e hijos.
- En la escuela hay que evitar el rechazo por maestros y niños.
- El niño tiene que sentir que le quieren, tanto en casa como en la escuela.

A veces se requiere la terapia con **fármacos**.

Clasificación y abordaje de las conductas inadecuadas:

1. Conductas que pueden ser dañinas para el niño o para los demás, con riesgo de romper, estropear, o robar objetos: nos impondremos, aunque provoque una reacción de explosión en el niño.
2. Conductas sin riesgo ni para él ni para los demás. Generan problemas en la dinámica familiar, por ejemplo, negarse a ir a un acto familiar: hay que buscar una solución que guste al niño y a la familia.
3. Conductas inadecuadas que no generan riesgos por sí mismas ni tampoco grandes problemas en la dinámica familiar, como decir tacos, levantarse de la mesa: se ignoran, sin hacer nada.

Para mejorar las conductas se puede usar:

- **“Tiempo fuera” o de reflexión:**

Si insiste en no obedecer y se porta muy mal, se cuenta 5 en voz alta. Si sigue su actitud, de forma rápida, hay que realizar el tiempo fuera o de reflexión.

Esta técnica es para niños por debajo de 9 años.

Será para conductas puntuales y así el niño las relaciona con que haremos el tiempo fuera. Consiste en poner al niño en un lugar tranquilo, sentado, solo, sin distracción ni peligros.

- **Sistema de recompensa con fichas:**

Es una plantilla se valoran una serie de conductas que queremos que realice. Se pone una lista de conductas que debe cumplir, con un menú de premios y castigos.

- **Terapia interacción padres-hijos (PCIT):**

La familia usa el juego habitual del niño o juegos de mesa, para resolver problemas y trabajar el respeto a las normas y poner límites.

Refuerza el vínculo de los padres con su hijo.

OTROS RECURSOS adicionales:

- Materiales de tratamiento de la conducta del Childrens Hospital en español
- Fichas de la web Orientación Andújar

Lecturas recomendadas:

- El niño insoportable, Ross W. Greene Ediciones Médici (84-89778-86-8).
- Hijos desafiantes y rebeldes Russell A. Barkley. Ediciones Paidós.

RESUMEN del tratamiento con esta infografía, descargable en PDF:

Objetivos

1. Conseguir que obedezca

Daremos las órdenes:

- Mirándolos a los ojos y comprobando que ha entendido la orden que le hemos dado
- De forma clara, firme, no contradictorias, sencillas
- Sin gritar, ni elevar la voz, la orden que le hemos dado
- El niño tiene que saber que los papas mandan en casa y que la orden que dan ha de ser cumplida. Para eso nos armaremos de paciencia y nos aseguraremos de que las cumplen. Por ejemplo, si tiene que recoger los juguetes antes de salir a la calle, no saldremos, si es posible, hasta que no los recoja
- Tanto el padre como la madre tendrán la misma autoridad
- Es importante enseñarles a no interrumpir actividades
- Las consecuencias ante comportamientos no adecuados serán siempre las mismas

En casa tienen que existir:

- Unas normas que se han de cumplir, ayudaran al niño a gestionar su tiempo
- Límites claros que no deben negociarse (pocos), horarios para tareas de casa, cuidado personal y diversión.
- En lugares públicos es importante que el niño se porte bien
- Nos anticiparemos a sus comportamientos, por ejemplo, diremos "en diez minutos está la comida y se apaga el videojuego". Así como también intentaremos evitar situaciones que sabemos que pueden acabar en conductas explosivas

2. Haremos refuerzo positivo

- Tiene que ser incondicional para mejorar su autoestima
- Los padres tienen que fijarse en lo positivo que hace su hijo, en sus fortalezas, las conductas positivas aumentaran si el niño recibe un premio o un reconocimiento por ellas, por ejemplo: qué bien que recogiste tus juguetes, buen trabajo
- El refuerzo tiene que ser inmediato, cuanto más inmediato más eficacia
- Demuéstrale con muestras de afecto lo contento que estas, cuando realiza comportamientos positivos, por ejemplo, con un abrazo
- Recompensar buenos comportamientos o malos comportamientos que hemos evitado que haga. Buscar una conducta positiva que sustituya la negativa, por ejemplo, los juguetes se meten en la caja, no decir no dejes los juguetes sin recoger

3. Modificar la conducta

- Enseñar técnicas para autocontrolarse como respirar profundo, relajarse, ("párate, mira, escucha y piensa")
- Corregir el mal comportamiento de forma constructiva, evitar comentarios hirientes sobre su comportamiento. Por ejemplo, eso que hiciste no está bien, en vez de decir que malo eres.
- Si es posible intentaremos que no se salga con la suya mediante los berrinches, que no consiga lo que quiere por agotamiento de los papás
- Utiliza frases para demostrarle al niño que te pones en su lugar, que sabemos cómo se siente "Ya sé que te gusta jugar con el móvil, pero no es bueno para tus ojos...

Fecha de publicación: 10-11-2021

Autor/es:

- Montserrat Hernández Martínez. Pediatra. Centro Asistencia Primaria "Collblanc" Hospitalet de Llobregat (Barcelona)
- Grupo de TDAH y Desarrollo Psicoeducativo (AEPap). .