

## ¿Por qué se enfadan los niños?

El enfado es una emoción adaptativa cuya expresión varía con la edad. Los niños deben aprender a regular la expresión del enfado.

### Bebés (0 a 18 meses)

Se enfadan por:

- Hambre
- Dolores
- Ruido
- Cansancio
- Sobrestimulación

*Muestran enfado a través del llanto.*

### Los niños pequeños (18-36 meses)

Se enfadan porque:

- Creen ser el centro del universo y quieren que se les dé lo que desean inmediatamente.
- Se frustran cuando no pueden hacer lo que quieren.
- Es difícil para ellos compartir las cosas.
- Tienen una fuerte noción de lo que les pertenece.
- Todavía no saben hablar correctamente y se enfadan cuando los demás no les entienden.
- Tienen dificultad para controlar sus emociones.

*Expresan el enfado con rabietas y pueden causar daños a otros.*

### Los niños de edad preescolar (3 a 5 años)

Se enfadan porque:

- Están aprendiendo a compartir las cosas.
- No les es fácil entender que las otras personas tienen pensamientos distintos a los suyos.
- No pueden controlar sus emociones aún.
- Aún no utilizan bien las palabras cuando están enfadados.

*Expresan el enfado con rabietas y también peleando con otros niños.*

### Los niños 6 y 8 años

Se enfadan porque:

- Ven algo injusto
- Se sienten rechazados, criticados, discriminados o incomprendidos.

*Expresan el enfado causando daños a otros, vengándose y logrando dominar. Pueden usar palabras para intimidar a otros.*

## ¿Qué pueden hacer los padres cuando los niños se enfadan y pelean?

1. Ayude a los niños a calmarse.
2. Separe a los niños.
3. Ayúdeles a pensar por qué están enfadados.
4. Ayude a que cada niño piense cómo se está sintiendo el otro.
5. Explíqueles a los niños cómo se siente usted con la situación.
6. Ayude a los niños a escoger la mejor solución para la situación.
7. Elogie a los niños cuando resuelven el conflicto sin usar la violencia.
8. Explíqueles a los niños que es normal enfadarse, pero no es aceptable herir o hacer daño a otra persona.