



# Rabietas

Una oportunidad para crecer

*mg*

PSICOLOGÍA Y PSICOTERAPIA



## RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LAS RABIETAS

2. Ofrecerles pautas claras y pocos “no”
3. Ajustar las normas y expectativas a su edad de desarrollo
4. Empatizar para que el niño se sienta comprendido y sentido
5. Permitirle que realice pequeñas elecciones que le permitan reforzar su identidad
6. Anticipar (ejemplo: dentro de 5 minutos vamos a recoger e ir a dormir)
7. Evitar dar explicaciones. Cuando hay pasado la rabieta podremos hablar con él.

# QUE NO HACER DURANTE LA RABIETA

1.No castigos ni amenazas

2. No gritos ni cachetes

3. No ceder ante la rabieta

4. Identificar mi propia emoción

¡Recuerda que eres su principal modelo!



*mg*

PSICOLOGÍA Y PSICOTERAPIA