

# **El Arte de Criar Niños Difíciles**

❖ Claves Terapéuticas para Conductas  
Difíciles y Retadoras en la Infancia ❖



**Dr. Juan González Ferrer**  
Doctor en psicoterapia Familiar y de Pareja

**“Dedicado a todos los padres y madres que, con valentía y amor, enfrentan el reto de criar a hijos con conductas difíciles y desafiantes. Este libro es un homenaje a su paciencia, a su lucha constante y a la esperanza de que, detrás de cada comportamiento retador, late un corazón que busca ser comprendido y guiado con ternura”**

© (copyright)  
Primera edición 2025

**Centro de  
Terapia  
Psicológica  
Familiar**

Visita nuestro sitio  
Web escaneando  
el código QR



**CIENCIA Y  
CORAZÓN**

PSICOLOGÍA QUE UNE CONOCIMIENTO,  
FE Y TRANSFORMACIÓN HUMANA

**Talleres para  
Parejas**

“Enseñamos el Arte  
de vivir en Pareja”

Visita nuestro sitio  
Web escaneando  
el código QR



<https://cienciaycorazon.com/>

**“Donde la Ciencia Comprende y el Corazón Sana”**

Todos los derechos reservados.  
Prohibida la reproducción de cualquier  
parte del libro sin permisos del autor.



# ÍNDICE DE CONTENIDO

## Prólogo

- La dificultad de criar hijos de conductas difíciles y desafiantes.
- Para quiénes es este libro.
- Cómo usar este libro: Guía para padres, cuidadores y profesionales.
- Testimonio personal del Dr. Juan González Ferrer sobre 20 años de experiencia clínica con familias y niños difíciles.
- Presentación de la intención del libro: guiar, inspirar y dar esperanza.

---

## PARTE I – COMPRENDIENDO A LOS NIÑOS DIFÍCILES

### Capítulo 1. Niños difíciles: mito o realidad

- ¿Qué hace que un niño sea considerado “difícil”?
- Diferencias entre temperamento, estilo de crianza y trastornos clínicos.
- Caso clínico introductorio: Daniel el niño “imposible” que en realidad pedía conexión.
- 5 Estrategias terapéuticas para entender el mito del “niño difícil”.
- Ejercicio práctico: “Etiquetas vs. conductas”.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

### Capítulo 2. La mente infantil bajo presión

- La manera en que un niño procesa la frustración.
- Caso ilustrativo: “Tomás y la torre de bloques”.
- Cómo el cerebro infantil procesa emociones y frustración.
- Neurociencia aplicada: autorregulación, impulsividad y desarrollo frontal.
- Caso clínico 1: Alberto el niño con rabietas intensas.
- Caso clínico 2: Sofía y la sobrecarga emocional.

- 5 Estrategias terapéuticas para acompañar la mente infantil bajo presión.
- Ejercicio práctico: “Mapa de emociones y presión”.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

### **Capítulo 3. El papel de los padres: entre la firmeza y el cariño**

- El equilibrio entre firmeza y cariño.
- Caso ilustrativo: “Emanuel y las reglas del juego”.
- Estilos de crianza: autoritaria, permisiva, negligente, positiva.
- Impacto de cada estilo en niños con conductas retadoras.
- Caso clínico: padres opuestos en su estilo educativo.
- Estrategia: coherencia y comunicación parental.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **PARTE II – CONDUCTAS RETADORAS Y CLAVES TERAPÉUTICAS**

### **Capítulo 4. El desafío de la desobediencia y la oposición**

- El gran reto de las conductas desafiantes de los hijos.
- Diferenciar “rebeldía normal” de un Trastorno Oposicionista Desafiante (TOD).
- Señales de alarma.
- Caso clínico: niño que reta cada regla.
- Intervenciones: refuerzo positivo, economía de fichas, entrenamiento en autocontrol.
- Ejercicio práctico: contrato conductual.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

### **Capítulo 5. TDAH: más que un niño inquieto**

- Relato introductorio: Una familia y el torbellino del TDAH.
- La vida diaria de una familia con un hijo con TDAH.

- Comprender el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.
- Impacto en el hogar y en la escuela.
- Caso clínico: niño etiquetado como “flojo” que en realidad tenía TDAH.
- Intervenciones: psicoeducación familiar, estrategias de organización, colaboración con maestros.
- Ejercicio práctico: tabla de rutinas visuales.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **Capítulo 6. Ansiedad infantil: detrás de los berrinches y miedos**

- Relato introductorio: Una familia con un niño ansioso y con miedos.
- Manifestaciones emocionales y conductuales de la ansiedad.
- Cómo distinguir ansiedad de manipulación.
- Caso clínico: niña con miedo escolar disfrazado de berrinches.
- Intervenciones: técnicas de respiración, desensibilización gradual, acompañamiento parental.
- Ejercicio 1: caja de la calma.
- Ejercicio 2: El globo que respira.
- Ejercicio 3: El guardián valiente de los pensamientos.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **Capítulo 7. Rabietas, berrinches y niños “tiránicos”**

- Relato introductorio: La familia con el niño tirano de las rabietas.
- El berrinche como forma de comunicación.
- Diferenciar berrinches evolutivos de problemáticos.
- Caso clínico: niño que controlaba a la familia con gritos.
- Estrategias: ignorar selectivamente, reforzar la calma, anticipar situaciones.

- Ejercicio práctico: plan de prevención de berrinches.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **Capítulo 8. El niño manipulador: ¿realidad o percepción parental?**

- Relato introductorio: La familia con el niño manipulador.
- Conductas manipuladoras vs. necesidad de poder y control.
- Triángulos familiares y juegos de poder.
- Caso clínico: niña que enfrentaba a papá contra mamá.
- Intervenciones: alianza parental, comunicación firme y clara.
- Ejercicio 1: “hablar con una sola voz”.
- Ejercicio 2: “La regla del espejo”
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **Parte III – ESTRATEGIAS AVANZADAS Y RECURSOS**

### **Capítulo 9. Disciplina positiva: firmeza sin violencia**

- Diferencias entre castigo y disciplina.
- Caso ilustrativo: Emiliano el niño que no quería comer vegetales.
- Principios de la disciplina positiva.
- Caso clínico: familia que dejó de usar gritos y golpes.
- Estrategias: consecuencias lógicas, tiempo fuera positivo, refuerzo de lo deseable.
- Ejercicio práctico: diseñar un sistema de consecuencias.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

### **Capítulo 10. El poder de la conexión emocional**

- Crecer con raíces y alas: la historia de la familia Ramírez.
- La importancia del apego seguro.
- Cómo la conexión previene y reduce conductas difíciles.

- Caso clínico: niño agresivo que cambió al sentirse escuchado.
- Estrategias: tiempo especial, escucha activa, validación.
- Ejercicio práctico: ritual de conexión diaria.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo.

## **Capítulo 11. Cuando la familia también necesita terapia**

- Cuando las peleas se sienten en casa: la historia de la familia Morales.
- Cómo los conflictos maritales y familiares impactan la conducta infantil.
- Señales de que los padres requieren acompañamiento.
- Caso clínico: padres en separación y niño con ansiedad conductual.
- Estrategias: terapia sistémica, coordinación escuela-familia.
- Ejercicio: diálogo estructurado en familia.
- La voz de los expertos.
- Frase inspiradora.
- Bibliografía del capítulo

## **Capítulo 12. Camino hacia la resiliencia: padres fuertes, hijos fuertes**

- Cierre del libro: la crianza como arte y ciencia.
- Síntesis de las claves terapéuticas.
- Caso clínico inspirador: transformación de una familia con un niño opositor.
- Ejercicio práctico: plan personal de crianza positiva.
- La voz de los expertos.
- Frases inspiradoras para padres que no se rinden.
- Bibliografía del capítulo.

**Epílogo:** Invitación final: Criar con paciencia, ciencia y amor.

## **Apéndices**

- A. Resumen práctico: Claves de crianza positiva (Capítulos 6-12).
- B. Guía rápida de crianza positiva (Capítulos 6-12).
- C. Glosario de términos clave en crianza, psicología y neurodesarrollo.

# PRÓLOGO



---

## ❖ La dificultad de criar hijos de conductas difíciles y desafiantes

Criar hijos nunca ha sido una tarea sencilla. Pero cuando hablamos de niños que presentan conductas desafiantes, berrinches interminables, desobediencia constante, oposición o problemas de atención, el camino se vuelve especialmente agotador. Muchos padres describen la experiencia como vivir en un campo de batalla diario, donde el cansancio emocional se acumula, la paciencia se desgasta y la culpa se convierte en una compañera constante.

Estos niños, a los que solemos llamar “difíciles”, no solo retan los límites, también ponen a prueba el amor, la unión de la pareja y la estabilidad familiar. No pocas veces los padres llegan a consulta sintiéndose fracasados o creyendo que “algo hicieron mal”. Sin

embargo, la verdad es que **no existen padres perfectos ni hijos perfectos**, sino relaciones que necesitan nuevas formas de comprensión y estrategias que realmente funcionen.

---

#### ♦ Para quiénes es este libro

Este libro está dirigido a:

- **Padres y madres** que se sienten sobrepasados por las conductas de sus hijos y buscan estrategias reales, probadas y aplicables.
- **Cuidadores y maestros**, que día a día conviven con niños que parecen tener “demasiada energía”, “ningún respeto por las reglas” o una sensibilidad emocional extrema.
- **Profesionales de la salud mental y la educación**, que desean enriquecer su caja de herramientas clínicas y comprender mejor los patrones que subyacen al comportamiento infantil desafiante.

Este no es un manual frío de técnicas; es una guía cálida, cercana y fundamentada en ciencia y en la experiencia clínica del autor atendiendo casos reales por más de 20 años.

---

#### ❖ Cómo usar este libro: Guía para padres, cuidadores y profesionales

He diseñado este libro de manera práctica y accesible. Cada capítulo comienza con una introducción clara y ejemplos cotidianos, de esos que cualquier padre reconocerá de inmediato. Luego, encontrarás **casos clínicos reales** basados en mi experiencia, donde describo el problema, las intervenciones terapéuticas y los resultados alcanzados.

Además, cada sección incluye **estrategias concretas y ejercicios prácticos** para aplicar en casa o en el aula, así como frases inspiradoras que recordarán a padres y cuidadores que la

**esperanza nunca se pierde.** Al final de cada capítulo encontrarás referencias bibliográficas para quienes deseen profundizar en el tema.

Puedes leer el libro de principio a fin o elegir directamente el capítulo que más responda a tu necesidad actual: berrinches, oposición, ansiedad, manipulación, TDAH. La idea es que tengas en tus manos un recurso al que puedas regresar una y otra vez.

---

### **Testimonio personal del Dr. Juan González Ferrer**

Hace más de 20 años comencé a atender familias y niños en mi práctica clínica como psicólogo clínico y psicoterapeuta familiar. Recuerdo claramente a los primeros padres que llegaron con lágrimas en los ojos, diciendo: “*Ya no sabemos qué hacer, lo hemos intentado todo*”. Con el tiempo, esas frases se hicieron recurrentes. Madres y padres que amaban profundamente a sus hijos, pero que sentían que cada día era una lucha que los dejaba sin fuerzas.

A lo largo de estas dos décadas he visto **crisis que se transforman en oportunidades** y **niños que pasan de ser fuente de angustia a convertirse en ejemplos de resiliencia**. He aprendido que, detrás de cada conducta difícil, siempre hay una necesidad que clama ser atendida. Y que los padres, con las herramientas adecuadas, pueden convertirse en agentes de cambio y sanidad en la vida de sus hijos.

Este libro recoge no solo lo aprendido en mi formación académica y en la investigación científica más actual, sino en mi propia experiencia como padre de tres hijos, ahora adultos y sobre todo lo que he aprendido **escuchando y caminando al lado de cientos de familias reales**.

---

## **Presentación de la intención del libro: guiar, inspirar y dar esperanza**

La intención de este libro es simple, pero profunda: **guiar, inspirar y dar esperanza**. Guiar, porque encontrarás estrategias claras y realistas para afrontar las conductas difíciles. Inspirar, porque descubrirás que no estás solo en esta batalla: muchas familias han recorrido este camino y han encontrado luz en medio de la tormenta. Y dar esperanza, porque aunque criar a un niño desafiante puede parecer imposible, con paciencia, constancia y amor es posible lograr cambios significativos.

**Criar niños difíciles es, al mismo tiempo, un desafío y un arte.** Y como todo arte, requiere dedicación, práctica y pasión. Mi deseo es que este libro te ayude a mirar a tu hijo no solo por sus problemas, sino por su potencial, y que juntos encuentren un camino más amable y humano para crecer.

---

### **\* Frase inspiracional**

**“Un niño de conducta difícil no es un niño perdido. Es un niño que nos pide, con más fuerza que otros, que lo guiemos hacia su mejor versión. Y ese viaje comienza contigo como padre o madre”.**

Gracias por aceptar el reto y el arte de criar a tu hijo con paciencia, ciencia y esperanza, incluso en medio de las conductas más difíciles.

### **Dr. Juan González Ferrer**

Psicólogo Clínico, Maestro en Ciencias de la Familia  
Maestro y Doctor en Psicoterapia Familiar y de Pareja  
Psicoterapeuta con más de 20 años acompañando a Familias

# **PARTE I – COMPRENDIENDO A LOS NIÑOS DIFÍCILES**



# Capítulo 1. Niños difíciles: mito o realidad



## ❖ ¿Qué hace que un niño sea considerado “difícil”?

¿Cuántas veces has escuchado frases como: “Este niño es un caso perdido”, “Ya intentamos todo y nada funciona” o “Mi hija nació con un carácter imposible”? **La etiqueta de “niño difícil” suele caer con facilidad**, especialmente cuando un hijo no responde a las expectativas de obediencia, calma y dulzura que muchos padres sueñan.

Pero la pregunta es: **¿realmente existen los “niños difíciles”**, o lo que existe son contextos difíciles, necesidades no atendidas y estilos de crianza que no siempre encajan con el temperamento del niño?

La psicología del desarrollo y la clínica familiar nos enseñan que **lo que llamamos “difícil” es en realidad un niño con características temperamentales particulares** (intensos,

sensibles, opositores, impulsivos) que, combinadas con la dinámica familiar y social, pueden dar lugar a conflictos constantes. En este capítulo exploraremos cómo pasar del mito al entendimiento real: **no se trata de “niños malos”, sino de niños que necesitan más guía, más estructura y más conexión emocional con sus padres.**

---

❖ **Diferencias entre temperamento, estilo de crianza y trastornos clínicos.**

Cuando hablamos de “niños difíciles”, es fundamental diferenciar lo que forma parte del desarrollo natural del niño de lo que puede ser un patrón de crianza ineficaz o incluso un trastorno clínico que requiere intervención profesional. Esta distinción ayuda a los padres a responder de manera adecuada y evita la sobreinterpretación de conductas normales.

---

## 1. Temperamento

El **temperamento** es la base biológica de la personalidad de un niño: su estilo natural de reaccionar al mundo, manejar emociones y adaptarse a cambios.

- **Características frecuentes:** intensidad emocional, nivel de actividad, sensibilidad sensorial, flexibilidad y atención.
- **Ejemplo práctico:**
  - Martín, de 5 años, se altera fácilmente cuando hay ruido o cambios en la rutina. Esto no significa que tenga un problema de conducta; simplemente tiene un temperamento sensible que necesita mayor preparación y estructura.

**Clave:** El temperamento no se “corrige”, se **acompaña y se guía** con estrategias adaptadas a las necesidades del niño.

---

## 2. Estilo de crianza

El **estilo de crianza** es la manera en que los padres o cuidadores establecen límites, muestran afecto y se comunican con el niño. Existen cuatro estilos reconocidos:

Estilo	Descripción	Ejemplo de interacción con niño difícil
Autoritario	Límites estrictos, poco afecto	“Hazlo porque te lo digo, no hay negociación” → puede aumentar berrinches
Permisivo	Mucho afecto, pocos límites	“Haz lo que quieras, no importa la regla” → puede generar desobediencia
Autoritativo	Límites claros y afecto	“Sé que estás cansado, hagamos esto paso a paso” → favorece cooperación
Negligente	Poco afecto y pocas reglas	Desinterés en la conducta del niño → aumenta riesgo de problemas emocionales

**Ejemplo práctico:** Sofía, de 7 años, grita cuando no obtiene dulces. Si sus padres son autoritarios, los berrinches se intensifican; si son autoritativos, aprenden a enseñarle a tolerar el “no” mientras validan su frustración.

---

## 3. Trastornos clínicos

Algunos niños muestran conductas que no se explican solo por temperamento o estilo de crianza, sino que **cumplen criterios de trastornos clínicos** reconocidos en psicología y psiquiatría infantil.

- **Ejemplos:** Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Trastorno Negativista Desafiantes (TND), Trastorno de Ansiedad Generalizada, Trastornos del estado de ánimo.
- **Señales de alerta:**
  - Conductas persistentes que afectan el funcionamiento escolar, social o familiar del niño.

- Dificultad severa para regular emociones y comportamientos, a pesar de la consistencia parental.
- Alteraciones en el sueño, alimentación o habilidades de autocuidado.

**Ejemplo práctico:** Diego, de 8 años, presenta impulsividad extrema en la escuela, desobediencia constante y ansiedad intensa que afecta su sueño y sus relaciones con compañeros. Su conducta va más allá del temperamento o de errores de crianza, por lo que requiere evaluación profesional y tratamiento especializado.

---

### ❖ Conclusión

- **Temperamento:** lo llevamos desde el nacimiento y no se cambia, solo se acompaña y guía.
- **Estilo de crianza:** lo podemos modificar y mejorar, fortalece o limita la conducta.
- **Trastornos clínicos:** requieren evaluación profesional y estrategias terapéuticas especializadas.

Comprender estas diferencias permite a los padres **responder con precisión**, evitando castigos innecesarios, culpa excesiva o sobreprotección, y enfocándose en estrategias efectivas para acompañar a su hijo.

---

### § Caso clínico: Daniel el niño “imposible” que pedía conexión

Hace unos años atendí a una familia que llegó a mi consultorio exhausta y al borde de la desesperación. Sus padres, Laura y Miguel, describían a su hijo Daniel, de 7 años, como “imposible”. Cada mañana era una batalla constante: se negaba a vestirse, tardaba horas en desayunar y terminaba gritando cuando lo presionaban para ir a la escuela. En casa, cualquier indicación era motivo de berrinche o desafío.

## **Observaciones iniciales:**

- Daniel mostraba temperamento intenso, baja tolerancia a la frustración y necesidad constante de atención.
  - Los padres estaban cansados y poco consistentes en aplicar límites, alternando entre castigos, gritos y concesiones para evitar conflictos.
- 

### **▷ Ejemplo de interacción en casa antes de la intervención:**

- **Laura:** “¡Daniel, ya deja de jugar y ponte los zapatos! Vamos tarde a la escuela.”
- **Daniel:** “¡No quiero! ¡Nunca quiero ir!”
- **Miguel:** “Bueno, está bien, toma tu tiempo...”
- **Laura:** (gritando) “¡Miguel, no puedes dejarlo salirse con la suya otra vez!”

**Resultado:** Daniel termina llorando, los padres discutiendo y la salida de la casa llena de tensión.

---

### **❀ Intervención terapéutica:**

En consulta, trabajamos con diálogos entre los padres y el terapeuta para cambiar la dinámica familiar:

- **Terapeuta:** “Laura, Miguel, Daniel no es ‘imposible’. Su temperamento intenso necesita estructura y atención emocional. ¿Qué pasaría si aplicamos límites claros, pero también validamos sus emociones antes de exigir cumplimiento?”
- **Laura:** “Me cuesta no enojarme cuando se rebela.”
- **Miguel:** “Yo normalmente cedo para evitar el conflicto, pero entiendo que eso no ayuda.”
- **Terapeuta:** “Exacto. Necesitamos coherencia entre ustedes y enseñarle a Daniel formas de regular su frustración.”

## ❖ Estrategias aplicadas en casa:

### 1. Rutinas claras y firmes

- Horario de despertar, vestirse, desayunar y salida a la escuela.
- Cada paso con instrucciones simples y secuenciadas.
- Diálogo ejemplo:
  - **Laura:** “Daniel, primero te lavas la cara, luego te pones los zapatos, y después desayunamos juntos.”
  - **Daniel:** “Está bien...”

### 2. Refuerzo positivo

- Elogios inmediatos y pequeñas recompensas por seguir la rutina o expresar emociones adecuadamente.
- Ejemplo:
  - **Miguel:** “Excelente, Daniel, te pusiste los zapatos sin protestar. ¡Qué bien!”

### 3. Habilidades de autorregulación

- Juegos de respiración y pausas activas antes de momentos de frustración.
- Ejemplo:
  - **Terapeuta:** “Cuando sientas que te enojas, Daniel, tomamos tres respiraciones profundas y contamos hasta cinco antes de responder.”
  - **Daniel:** “Como un superhéroe respirando profundo...”

## Resultados:

- En pocas semanas, las rabietas disminuyeron, la comunicación mejoró y la familia pudo iniciar el día con menos tensión.
- Daniel seguía siendo un niño intenso, pero dejó de ser percibido como “imposible”.

- Los padres aprendieron a trabajar como equipo, aplicando límites coherentes y mostrando afecto al mismo tiempo.

### **Reflexión:**

Este caso ilustra que muchas veces los niños “difíciles” no tienen un trastorno grave, sino un temperamento intenso combinado con falta de estructura o coherencia parental. **Con límites claros, refuerzos positivos y herramientas de regulación emocional, es posible transformar la convivencia diaria y fortalecer la relación familiar.**

---

## **❖ 5 Estrategias terapéuticas para entender el mito del “niño difícil”**

### **1. Replantear la etiqueta**

- **En lugar de decir:** “*Mi hijo es necio*”, cámbialo por: “*Mi hijo tiene dificultades para aceptar un ‘no’*”.
- **Ejemplo:** Mariana, de 6 años, suele responder con gritos cuando le dicen que no puede comer más dulces. Al redefinir la conducta, los padres dejan de verla como “niña insopportable” y empiezan a trabajar con ella estrategias para tolerar la frustración.

### **2. Buscar el “mensaje oculto”**

- Cada berrinche tiene una razón: cansancio, hambre, necesidad de atención, miedo o deseo de independencia.
- **Ejemplo:** Diego, de 5 años, hace rabietas antes de dormir. En lugar de interpretarlo como manipulación, sus padres descubren que siente miedo a la oscuridad. Con una lámpara de noche y un ritual de despedida, la conducta mejora.

### **3. Evitar la comparación**

- Los niños tienen diferentes ritmos y temperamentos. Compararlos con hermanos o compañeros solo incrementa la frustración.
- **Ejemplo:** Los padres de Sofía, de 8 años, suelen decirle: “*Mira cómo tu hermano se porta bien y tú no*”. Tras el trabajo terapéutico, comienzan a valorar los progresos individuales de Sofía, celebrando cada pequeño logro sin compararla.

#### **4. Fortalecer la alianza parental**

- Cuando mamá y papá aplican reglas distintas, el niño aprende a dividirlos y se refuerza la conducta desafiante.
- **Ejemplo:** En casa de Samuel, de 7 años, la madre es firme, pero el padre suele ceder cuando el niño insiste. Despues de sesiones conjuntas, ambos acuerdan responder con la misma regla frente a los berrinches. La consistencia reduce el conflicto.

#### **5. Reconocer fortalezas**

- Detrás de un temperamento desafiante hay cualidades como persistencia, valentía o creatividad que, con guía, se convierten en virtudes.
- **Ejemplo:** Carla, de 9 años, discute cada regla y parece “muy contraria”. En terapia, se les muestra a sus padres que su fuerte capacidad de argumentación puede ser encauzada en actividades como debates escolares o liderazgo en equipos, transformando un problema en un recurso.

#### **↳ Ejercicio práctico: “Etiquetas vs. conductas”**

**Objetivo:** Aprender a distinguir entre las etiquetas negativas que ponemos a los hijos y las conductas observables que realmente necesitamos trabajar.

##### **Paso 1. Identifica las etiquetas**

Haz una lista con las palabras o frases que sueles usar para describir a tu hijo cuando se porta mal.

Ejemplos:

- “Flojo”
- “Necio”
- “Hiperactivo”
- “Manipulador”
- “Desobediente”

**Ficha para llenar:**

Etiqueta negativa ¿Qué quiere decir realmente? (Conducta observable)

Ej: Flojo                  No recoge sus juguetes después de jugar

Ej: Necio                  Discute cuando le pido que se lave los dientes

Ej: Manipulador    Llama a papá cuando mamá le dice que no

---

## Paso 2. Traduce la etiqueta en conducta concreta

**Pregúntate:** ¿Qué hace exactamente mi hijo para que yo le ponga esa etiqueta?

- **Ejemplo:** En lugar de decir “es desobediente”, escribe “no apaga la televisión cuando se lo pido”.

---

## Paso 3. Define una conducta deseada

**Ahora cambia la mirada:** ¿qué sí quieras que haga tu hijo en lugar de esa conducta?

- **Ejemplo:** En lugar de “no recoge sus juguetes”, el objetivo sería “recoge los juguetes antes de cenar”.

**Ficha para llenar:**

Conducta actual	Conducta deseada	Estrategia que puedo usar
No apaga la tele cuando se lo pido	Apaga la tele cuando le pongo un recordatorio de 5 minutos	Poner un temporizador y reforzar cuando lo cumple
Grita cuando no obtiene dulces	Pide con palabras y respeta un “no”	Refuerzo positivo cuando pide con calma + ofrecer alternativa

#### **Paso 4. Celebra el esfuerzo, no la perfección**

Cada vez que tu hijo se acerque a la conducta deseada, reconócelo: “*Gracias por recoger tus juguetes antes de cenar*”. Esto refuerza el cambio y quita fuerza a la etiqueta negativa.

♦ **Consejo extra:** Coloca esta tabla en un lugar visible (puerta del refrigerador, escritorio o pizarra) y úsala en familia como recordatorio de que lo importante no es cambiar al niño, sino acompañarlo en el cambio de conducta.

#### **⌘ La voz de los expertos:**

##### **Dr. James Dobson – *Cómo criar a un hijo de voluntad firme***

- **Idea central:** Dobson afirma que un niño de voluntad firme no es un problema a eliminar, sino un carácter a moldear. Su fortaleza, bien guiada, puede convertirse en liderazgo y resiliencia.
- **Aplicación práctica:** La clave no es quebrar el espíritu del niño, sino enseñarle que existen límites claros, constantes y amorosos.
- **Cita:** “*El desafío consiste en dirigir la fuerza de voluntad hacia un propósito constructivo, sin apagar la chispa que hace único al niño.*” (Dobson, *Cómo criar a un hijo de voluntad firme*).

---

\* Frase inspiradora:

**“No existen niños imposibles, solo niños que necesitan ser comprendidos con más paciencia, más ciencia y más amor.”**  
— Dr. Juan González Ferrer

---

☞ **Bibliografía del capítulo**

- Dobson, J. (2015). *Cómo criar a un hijo de voluntad firme.* (Tyndale House / Edición en español).
- Siegel, D. & Bryson, T. (2012). *El cerebro del niño: 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo.* (Editorial Alba).
- Greene, R. (2016). *El niño explosivo: una nueva forma de comprender y educar a los niños con problemas de conducta.* (Editorial Paidós).
- Kazdin, A. (2009). *Parent Management Training: Treatment for Oppositional, Aggressive, and Antisocial Behavior in Children and Adolescents.* (Entrenamiento en manejo parental: Tratamiento para conductas oposicionistas, agresivas y antisociales en niños y adolescentes). Oxford University Press.

## **El Arte de Criar Niños Difíciles**

*"Entender y guiar a niños con conductas difíciles es un desafío que requiere estrategias claras y efectivas. En los próximos capítulos encontrarás herramientas terapéuticas y ejemplos prácticos para lograrlo. **No te quedes solo con la introducción: compra el libro completo y aprende a criar con eficacia y empatía.**"*

Visita nuestra tienda virtual para comprar el libro completo en formato digital y descargable siguiendo el enlace:

**<https://cienciaycorazon.com/tienda-de-libros>**

O escanea el código QR

