

TÍTULO: Fases en los episodios de explosión, oposicionismo y frustración # 232

AUTOR: Mariana Leñero Solar

GRADO Y EDAD: Todos

DESCRIPCIÓN:

En este video se explican las fases de un episodio de explosión y oposicionismo. De esta forma, los adultos identificarán con mayor facilidad en cuál de las fases se encuentra el chico con el fin de elegir el mejor momento de intervención. Este video forma parte de una serie de videos asociados a estos problemas, los cuales se recomienda consultar como complemento a este material.

ÁREAS DE APOYO:

- ✓ Desarrollo emocional y conductual
- ✓ Escuela para padres
- ✓ Trastorno Oposicionista Desafiante y TDAH
- ✓ Regulación de conducta e impulsos

INTRODUCCIÓN:

En los episodios de explosión que generalmente sufren los niños o los jóvenes con este trastorno existen ciertas fases distinguibles antes de que se dé la explosión o la inflexibilidad como tal. Es decir, que no empieza a ser intenso desde el principio, sino gradualmente. Tanto el enojo como la reacción a la situación va acrecentándose hasta que llega la explosión. Es un proceso que se puede comparar con el de ebullición en una olla de presión o una máquina de vapor. Debido a que, como padres o adultos, cansados porque día tras día estamos viviendo constantemente el problema no nos damos cuenta o no identificamos estas fases; pensamos que siempre hay una explosión. Sin embargo, hay fases antes de que se dé la explosión como tal. Si analizamos como se van dando, es posible que busquemos una mejor forma de encontrar estrategias para entender o entrar en cada fase.

FASES DEL EPISODIO

1. **Prefase- Reflexión-** Es necesario que los que estamos fuera reflexionemos sobre qué es lo que enoja al niño. ¿Qué lo pone en esta situación? Muchos padres responden a esta pregunta con un “todo”; sin embargo, del todo hay algunas situaciones más conflictivas para ellos: la comida, el cambio de alimentación, cuando salen al recreo, que se les piden que estén callados y más dependiendo de cada caso. Muchas veces, si somos sensibles, podemos identificarlas, diferenciarlas. ¿Cuáles son las circunstancias más sensibles que provocan la cólera o el enojo? En esta fase se puede intervenir para analizar cómo se enoja? ¿Qué es lo que más le molesta? Es aconsejable llevar una bitácora para buscar estrategias de acuerdo a lo que observemos.

2. **Empieza el enojo** - Observar cuáles son las expresiones de enojo: la cara va cambiando, se tensa. Estas expresiones demuestran que el enojo empieza; es comparable a una olla de presión o una máquina de vapor. Podemos intervenir, porque aún no está saliendo la explosión, sino que va empezando. En esta etapa se puede intervenir y podemos ver hacia dónde podemos dirigirnos. En las actividades que ofrece ActiviBox®, se encuentran estrategias que se útiles para esta etapa.

3. **Encrucijada**- En esta fase ya estamos acompañándolo los adultos, o el compañero o sus hermanos, dependiendo del entorno. La encrucijada es como una Y en donde se uno va a decidir hacia dónde se va la expresión de enojo, hacia un evento explosivo o matizado o tranquilo. Es un momento de frustración. Es una fase donde podemos intervenir. Si el papá o la mamá están conectados, obviamente, se van con ellos y responderán de la misma forma. Esta encrucijada no es sólo de ellos, sino de nosotros, los adultos, también.

4. **Actitud desafiante**- Berrinche total, golpe, patadas, grito. Generalmente los adultos reaccionan ante el evento, y por lo tanto, la intervención resulta reactiva a la situación que se está dando. Reacciono ante evento negativo. En este momento, como se explica en el video *Qué nos diría u niño con problemas de conducta y oposicionismo #229*, el niño ya no se acuerda; hay tanta explosión del niño o el joven y una dificultad madurativa del sistema nervioso que no ayuda a poder regular estas emociones, que no hay forma de entenderlo. Esta es la que más nos daña como papás, maestros, hermanos, terapeutas porque queremos intervenir y es donde menos debemos intervenir. Debemos alejarlo o alejarnos. Hay que darles tiempo, alejarlos y alejarse de la situación. Esperar a la siguiente fase que es la de la tranquilidad y, sobre todo, de la culpa .

5. **Culpa**- El chico no supo qué le pasó; tiene la consecuencia que se supone que platicaron muchas veces, pero no la entendió. Él se siente tonto y nosotros, los adultos, tenemos mucho enojo y no hay comprensión; mezclamos sentimientos. Aprovechamos para regañar, para decir “te lo dije”, “ya viste”. Esta es una fase vulnerable para niños y jóvenes, pues aunque parezcan fuertes, no lo son en realidad. Es la etapa más dañina en la que si intervenimos, no vamos a educar, en donde la autoestima se afecta. El chico no se acuerda de la fase en que platicaron mucho, pero no la entendieron. Por lo tanto, no es el momento de intervenir, sino después cuando esté y estemos más calmados, en la etapa de la tranquilidad. Analizar y describir, entonces, qué sucedió, que nos pasó, etc.

Como hemos apuntado antes, revisar la serie de videos relacionados con este tema, les ayudará a entender mejor lo que pasa y las formas de acercarse a estos problemas asociados a los problemas de conducta, oposicionismo desafiante, junto con el TDAH.