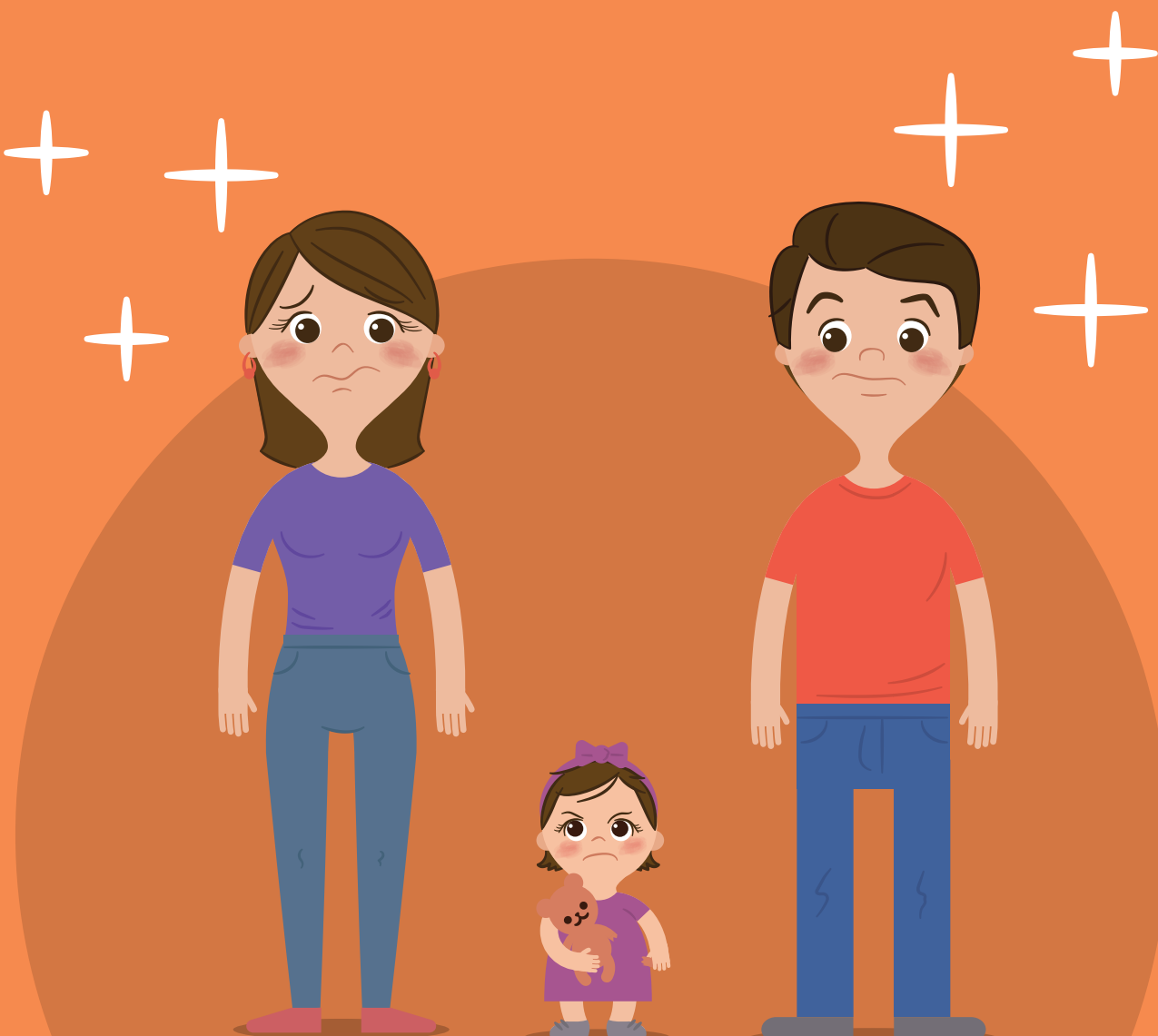


curú

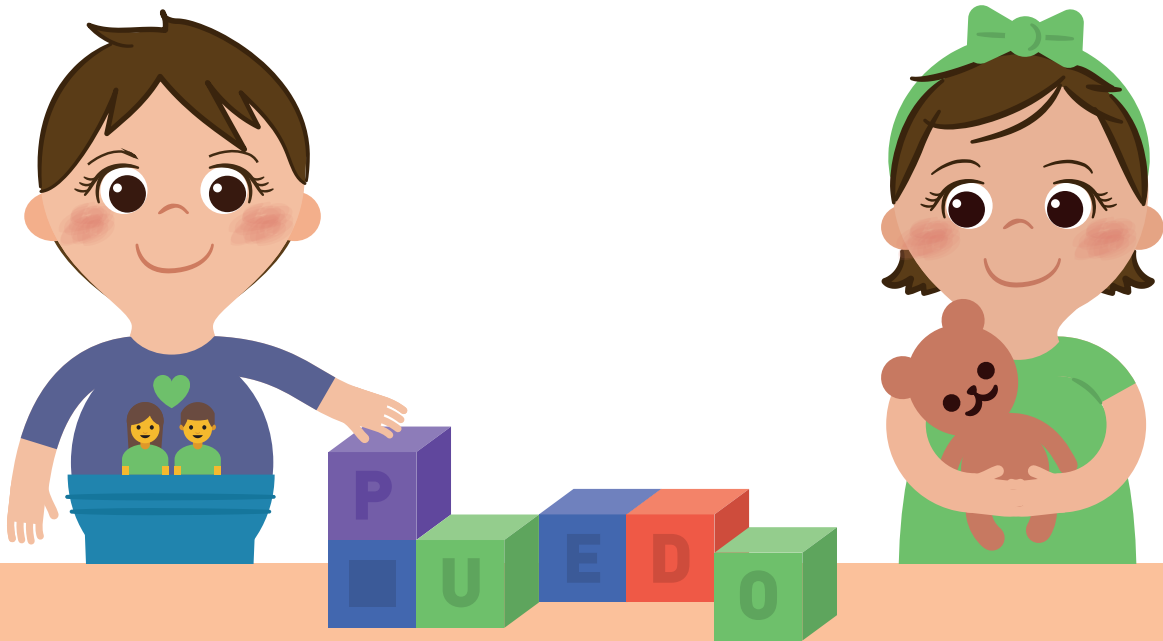
- Consejos de crianza -



Conocer y manejar
los temidos

BERRINCHES

UNA NIÑA O NIÑO EN EDAD DE *transición está probando su* INDEPENDENCIA Y LOS LÍMITES.



EL GRAN RETO DE MAMÁ, PAPÁ
O CUIDADORES PRIMARIOS, ES
AYUDARLE A NAVEGAR LOS
BERRINCHES.

*Esta etapa de emociones tan intensas,
puede convertirse en grandes enseñanzas
para la vida de tu niña o niño.*



*En esta revista de crianza
encontrarás respuesta
a preguntas como:*

¿Cuándo aparecen los berrinches?.....	Pág. 4
¿Porqué los adultos se sienten amenazados por los berrinches?.....	Pág. 8
¿Qué puede originar los berrinches?.....	Pág. 18
¿Cómo puedes manejar el berrinche?	Pág. 26
¿Qué herramientas pueden ayudar en esta etapa?	Pág. 34
IDEAS PRINCIPALES	Pág. 38

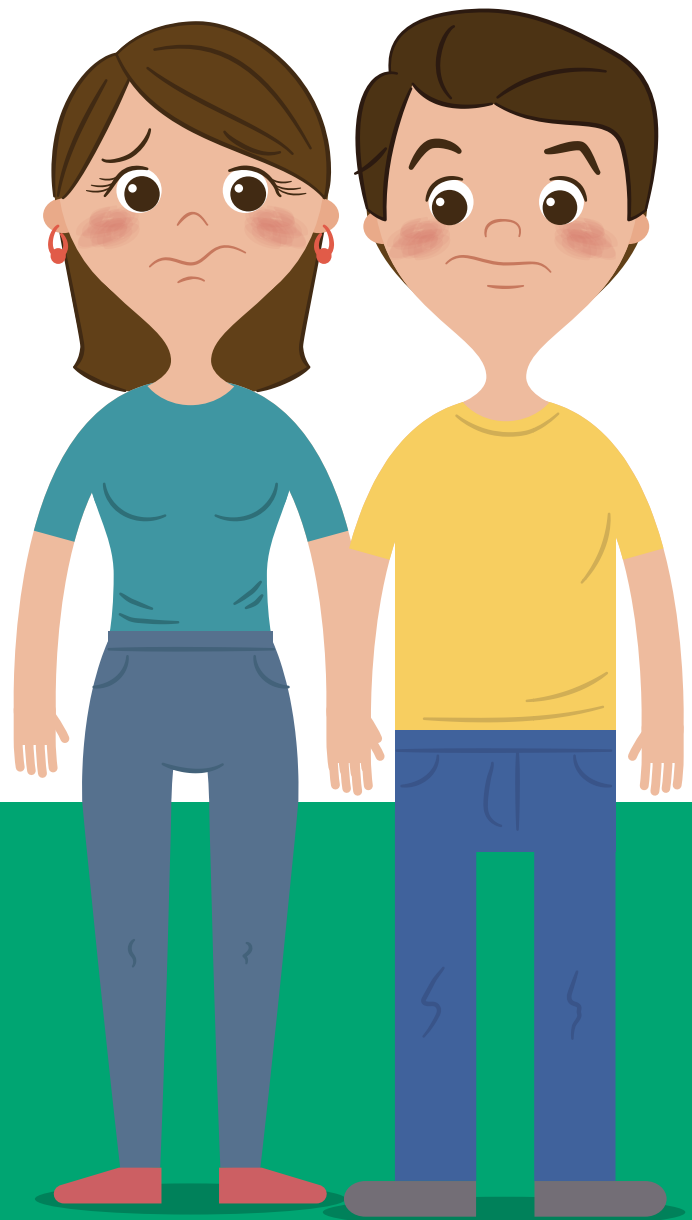
- Consejos de crianza -

¿CUÁNDO aparecen los BERRINCHES?



Los berrinches aparecen entre los 13 meses y los tres años y medio aproximadamente. En esta etapa, conocida como de transición, la niña o niño comienza a caminar y a ser independiente, también a experimentar grandes frustraciones.

Dependiendo de su madurez y de la aparición de lenguaje bien estructurado, los berrinches angustian y desconciertan a mamá, papá y cuidadores primarios.



Imagina a una niña o niño en edad de transición:

SIENTE AMBIVALENCIA

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">* Busca su autonomía y autoafirmación* Tiene pasión por descubrir, explorar, experimentar, probar hipótesis, meter, sacar, jalar* Es incansable* Es una o un pequeño científico* Sus palabras “¡Y000!” y “¡N000!”, son muy frecuentes | <ul style="list-style-type: none">* Está pasando por “Mamitis”* Necesita de un peluche, un chupón, o una manta. Algún objeto que le ayude a sentirse mejor en momento difíciles |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

No sabe si quiere ser bebé o grande. Necesita de tu cercanía, comprensión y paciencia.



Tu niña o niño en edad de transición, no sabe lo que quiere. A ratos, quiere apapachos y contención (que le acompañen con calidez), cinco minutos después quiere libertad para explorar.

Esta ambivalencia le causa conflicto y confusión. En ocasiones, mamá, papá o cuidadores primarios, no saben cómo tratarle y ayudarle a manejar tanta frustración.

Cuando tu niña o niño reta y contradice, es porque necesita autoafirmarse y ser independiente; quiere ver cómo respondes ante este comportamiento y probar los límites de su actuar. El impulso para explorar es grande y su autocontrol es pobre.

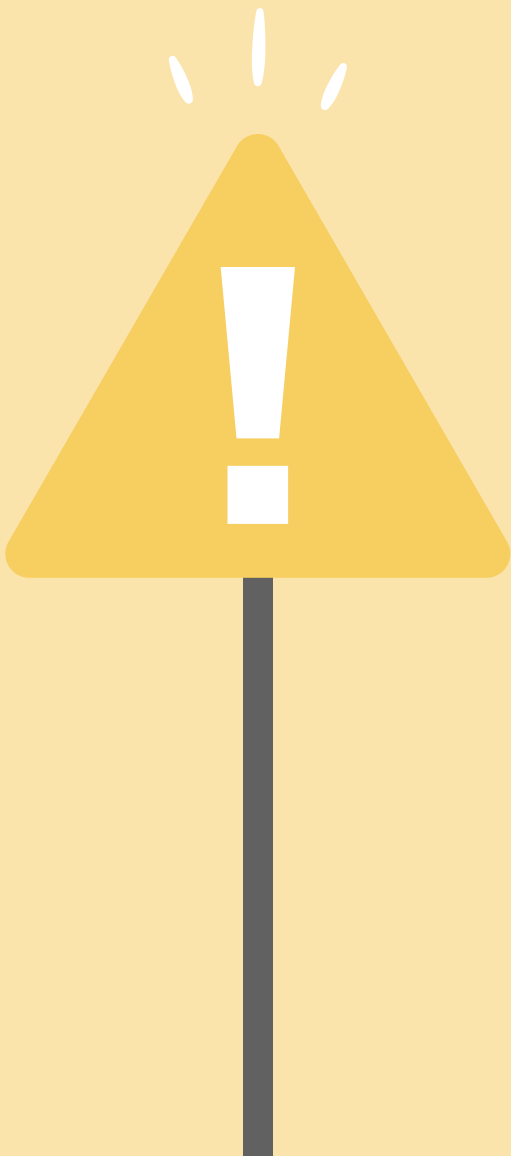
- Consejos de crianza -

¿POR QUÉ LOS adultos se sienten **AMENAZADOS** por los berrinches



La confusión **ASUSTA**

Es común que la falta de conocimiento acerca de cómo ayudarlo o qué hacer, genere un sentimiento de impotencia en mamá, papá o cuidadores primarios. Es difícil cuando no se comprende lo que necesita.



¡ATENCIÓN!

**NO SIEMPRE VAS A SABER
QUÉ LE PASA, NI TAMPOCO
EL ORIGEN DEL
BERRINCHE. PERO LE
PUEDES AYUDAR A
“NAVEGARLO” Y EVITAR
QUE LA FRUSTRACIÓN SE
CONVIERTA EN UN
BERRINCHE.**

El juicio **PRESIONA**

Seguramente antes de ser mamá, papá o cuidador primario, cuando veías a una niña o niño haciendo un berrinche pensabas

"¡A mi no me va a pasar éso!"

"¡Pero qué mal educado está!"

"¡Mira nada mas cómo patalea y grita en pleno centro comercial!"



Ahora que estás a cargo, seguramente quieres hacerlo mejor y no cometer errores. Tu niña o niño no necesita tu perfección, sino tu amor y firmeza, tu capacidad de poner límites claros y consistentes y no sólo buscar la obediencia. Necesita que le enseñes predictibilidad y la seguridad de que le amas.



RECUERDA



UN BERRINCHE NO SIGNIFICA
que estás haciendo algo mal.
TAMPOCO QUE ERES
mala o malo.

Los berrinches son normales en
ESTA EDAD, LO IMPORTANTE es
entender por qué se presentan,
CÓMO MANEJARLOS Y DARLE
elementos para que poco a poco
PUEDA IR TENIENDO
autocontrol.

Tu estado de ánimo **SE EXALTA**



Cuando sientes cansancio, estrés, preocupación, tristeza, o enojo, se exagera la percepción y tolerancia ante el berrinche. Estás en un estado de mayor vulnerabilidad en el que te irritas fácilmente.

El cambio de personalidad **SORPRENDE**

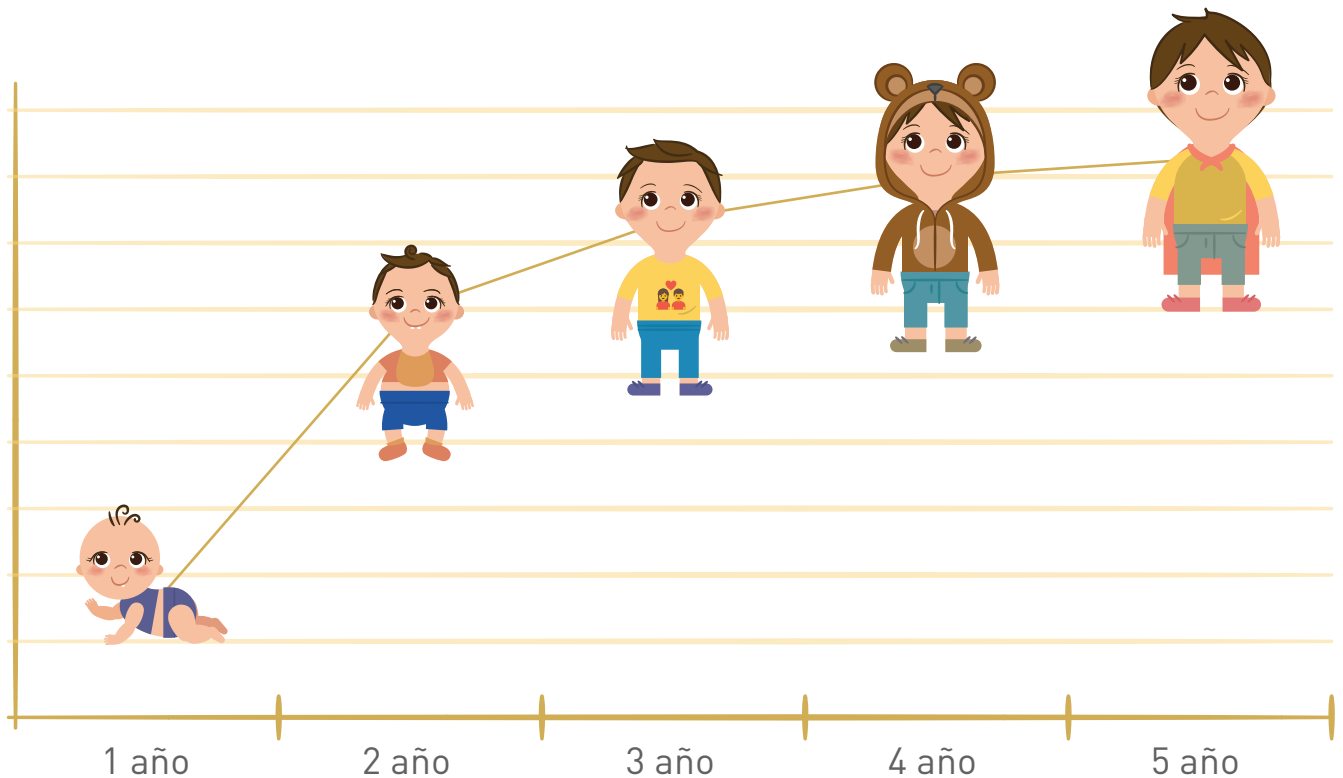
Seguramente has pensado

"antes era muy tranquilo y ahora no sé lo que le pasó; muerde si le quitan un juguete, grita y arrebatata las cosas".

Seguramente te has preguntado

"¿seguirá así toda la vida?"

No será así, esto pasará, solo necesita de ti, de tu paciencia, de tu firmeza amorosa, de límites claros y consistentes para transitar por esta etapa. Recuerda que esta etapa es para que descubra cómo debe de actuar en su infancia.



La culpa estorba muchísimo

En ocasiones escuchas en tu cabeza
y en tu corazón:

"Ya no puedo"
"No lo aguanto"

Quizá te sientas culpable, esto es
normal, no te juzgues.

Si te sientes rebasada o rebasado por
tus emociones y crees no poder, pide
ayuda. Tu red de apoyo, en estos
momentos, es muy importante para ti
y para tu niña o niño.

Esta edad es muy demandante.
Experimentas muchas alegrías y
satisfacciones, pero también
desgaste físico y emocional, al
intentar comprender qué es lo que le
pasa y qué necesita.

Busca espacios de relajación y
manejo del estrés.



Visita
www.proyectodei.org
para descargar
canciones, ideas y
juegos para ayudarle.



Cuando te sientas
rebasada o rebasado:

Respira lento y profundo

Esto te permitirá tomar distancia y ver las cosas con mayor claridad. Cada vez que respiras entrenas a tu cerebro a calmarse y a enfocarse.

Gasta tu energía en lo que valga la pena, te sugiero que en casa uses menos la palabra NO y más veces la palabra SÍ.

Por ejemplo:

En lugar de decirle, “aquí no puedes jugar porque es peligroso”, dile algo como “aquí no puedes jugar porque es peligroso, pero aquí sí”.

“No puedes brincar en la cama, pero sí puedes brincar en el jardín”.

Se sentirá mejor si le das opciones y se frustrará menos; le brindarás alternativas para canalizar sus necesidades de exploración y relacionarse con el mundo.

Existe la idea de que **ENOJARSE ES "MALO"**

¿Cuántas veces has escuchado decir?
"¡las niñas bonitas no se enojan!", "¡los niños no lloran!"

Estas creencias te impiden empatizar con la tristeza y la frustración de tu niña o niño y evitan que exprese sus sentimientos.

El cerebro nace programado para manifestar el enojo como una emoción básica de sobrevivencia. El enojo es normal y necesario.

Hay que validar todos los sentimientos, permitir la expresión del enojo, la tristeza, el miedo, la alegría, el gozo, etc.

Se vale enojarse pero sin lastimarte, ni lastimar a nadie o romper las cosas.



En esta edad su cerebro todavía está en proceso de maduración, necesita de un adulto que pueda contenerle (acompañarle con calidez), limitarle y rodearle de mucho afecto para que cuando crezca tenga las herramientas y los recursos para ser una niña o niño seguro y feliz.



El cuento del “**Dragoncito**” de **Ana Serrano** es un recurso que le enseña a las niñas y los niños a expresar sus emociones de una manera adecuada.

Les ayuda a autorregularse y practicar el autocontrol.

- Consejos de crianza -

¿QUÉ PUEDE originar los BERRINCHES?



Los berrinches son normales porque es una etapa llena de frustraciones. De acuerdo a María Montessori, alguna de las principales razones por las que una niña o niño hace un berrinche son:



- * Se sintió “atropellada o atropellado” por un adulto. (Interrupción importante en un proceso de aprendizaje de la niña o niño)
- * Sienten gran ambivalencia en su actuar
- * Poca tolerancia a la frustración y a la espera
- * Tiene poco lenguaje y autocontrol
- * Necesita un abrazo o una mirada
- * Tiene memoria de corto plazo

Sintió que **UN ADULTO LE ATROPELLÓ**



Tu niña o niño siente pasión por investigar, por explorar, tiene su propio ritmo, sus tiempos e intereses. Es común que al adulto le cueste reconocerlo entre las prisas de la vida diaria, las preocupaciones y el estrés, lo que se traduce en interrumpir su actividad.

Si le cargas en tus brazos sin previo aviso, o le cambias de actividad de la nada y sin avisar, se frustrará y reaccionará por el interés que le causaba dicha actividad.

¿Cómo te sentirías si estás viendo el final de tu programa favorito y te apagan la tele? Seguro te daría coraje, te enojarías y reclamarías.

La niña o niño en edad de transición, no tiene recursos verbales para decir “espérame un poco a que termine esta actividad”, la manera como te lo demuestra es frustrándose y haciendo un berrinche. Su lenguaje es una explosión de emociones con una demostración muy física.

Siente **AMBIVALENCIA**

En esta etapa, tu niña o niño no sabe lo que quiere, se siente ambivalente entre ser grande y ser bebé.

Seguramente te ha pasado que te pide que le cargues y a los 3 minutos te pide que le bajas diciéndote

"¡quiero caminar!"

le bajas y al minuto te pide que le vuelvas a cargar.



Visita
la página
para descargar
más contenidos de
crianza positiva
y estimulación oportuna

Poca tolerancia a la **FRUSTRACIÓN** *y a la espera*

Quiere hacer más cosas de las que puede, como abrir un bote, armar un rompecabezas, subir a un banco para bajar las galletas, etc. Enfrentarse a sus limitaciones le provoca frustración.

También le cuesta trabajo esperar a recibir la gratificación y no tolera que le digas “ahorita no”. Quiere todo en el momento preciso.



Tiene poco lenguaje **Y AUTOCONTROL**

Le cuesta trabajo expresar lo que quiere y lo que necesita y esto le causa frustración.

Como característica propia de la edad, su autorregulación es escasa y pasa de una emoción a otra con facilidad.



Necesita un abrazo **O UNA MIRADA**

Tu niña o niño necesita sentir el amor y la mirada de mamá, papá y cuidadores primarios.

Existen situaciones que exponen más a las niñas o niños a hacer berrinches; como la llegada de un hermanito, la entrada al kínder, el cambio de casa, un divorcio, la muerte de una mascota o un ser querido. En situaciones así, se siente más vulnerable y al no poder explicarlo con palabras, la manera de expresarlo es a través de los berrinches.



Tiene memoria de **CORTO PLAZO**

La memoria es de un minuto cuando comienza a caminar y poco a poco va aumentando. Por eso se le olvida cuando le dices “**esa planta no se toca**”, y a los pocos minutos regresa otra vez a tocarla.



No es que sea desobediente. Poco a poco irá adquiriendo autocontrol en su actuar, a través de tu consistencia, tu predictibilidad y su madurez.

- Consejos de crianza -

¿CÓMO PUEDES *manejar* EL BERRINCHE?



Cuando tu niña o niño está haciendo un berrinche, es porque no puede expresar lo que siente o lo que necesita. Funciona como un volcán en erupción. Conociendo la estructura del berrinche, puedes aplicar estrategias que lo desarmen antes de que explote.

Tres momentos del berrinche

MEDICINA PREVENTIVA	DURANTE	DESPÚES
<p>Prepararte para que sucedan</p> <p>Conocerle</p> <p>Reconocer sus sentimientos</p> <p>Apapacharle (atención especial)</p> <p>Darle avisos</p> <p>Evitar atropellarle</p> <p>Distraerle</p>	<p>Respira (OOOMMM)</p> <p>No engancharte y no enojarte</p> <p>Reconoce su necesidad (acompañale)</p> <p>Ponle en un lugar seguro</p> <p>Conéctate</p> <p>Hazle sentir tu presencia, pero no intentes que razone, no es el momento</p> <p>No permitas que logre el objetivo</p>	<p>Retoma la actividad</p> <p>Describe lo que pasó</p> <p>Demuestra tu cariño</p>



Antes de que se presente el berrinche.

MEDICINA PREVENTIVA



Prepárate para que suceda

Tanto a ti, como a tu niña o niño, les ayudará saber que es normal hacer un berrinche en etapa de transición, es algo esperado y no quiere decir que esté haciendo algo mal



Conoce su temperamento

Conocer su temperamento te ayudará a prevenir frustración. También identificar su estado emocional: cansancio, sueño, hambre, tristeza, celos, aburrimiento



Reconoce sus sentimientos

Reconocer sus sentimientos le ayudará como espejo. Sentirá que le comprendes y le escuchas



Algunas formas de hablarle

"¿Estás triste porque me fui a trabajar y querías que me quedara a jugar contigo otro ratito?"

"¿Sientes enojo porque no puedes armar el rompecabezas? ¿Te gustaría que te ayude?"



Apapáchale

Cuando tiene tu mirada y tu presencia, se siente especial. En la etapa de "Mamitis", un rato de calidad, sana la relación y en ocasiones ayuda a disminuir los berrinches, pues siente tu comprensión y escucha. Si la plataforma es el afecto, puedes ser una mamá, papá o cuidador primario más firme y consistente en los límites.



Dale avisos y crea rutinas

Los avisos le dan mucha seguridad, anticiparle lo que va a suceder y la secuencia de las actividades le ayudará a aprender su rutina y a saber qué va a suceder "primero", "después" y "por último".

"Te vas a quedar con la abuela, con ella vas a comer y a jugar un rato y cuando regrese te voy a dar un beso y un abrazo".



Evita atropellarle

Cuida no interrumpir la actividad que está haciendo con placer y concentración. Déjale tomar decisiones y dale avisos.

"Sé que estás feliz jugando, cuando escuches la campanita le vamos a decir, 'adiós amigo juguete', para irnos a bañar".



Ofrécele una distracción

En ocasiones puede ser un recurso para evitar el berrinche, en otros momentos necesitará de tu paciencia y cariño para que pueda ir tolerando poco a poco el malestar que le provoca no haber obtenido aquello que quería.



Durante EL BERRINCHE

Las estrategias durante el berrinche inician el manejo de tus propias emociones. Es importante que primero te observes a ti, para luego poder acompañar a tu niña o niño.

Respira

Inhala y exhala 3 veces por la nariz muy lento y profundo. La respiración es tu principal vehículo para que puedas calmarte, te ayuda a bajar el estrés y tomar distancia de la situación, no te enganches.

Reconoce su necesidad

Sentir tu amor y comprensión, independientemente de si logra o no lo que quiere. En esta edad su conducta está dominada por el hemisferio derecho, es decir, el de las emociones, la fantasía y la imaginación.

“El hemisferio derecho escucha desde el corazón”.

Acompáñale con empatía

“Tenías muchas ganas de la paleta... ahora estás enfermo, en cuánto te alivies iremos a comprar una de tu sabor favorito”.

“Querías salir a jugar y está lloviendo y eso te puso muy enojada, ¿qué podríamos hacer en casa para que te la pases mejor?”

Ponle en un lugar seguro durante el berrinche

Si es necesario, llévale a un lugar seguro para que no se lastime. Requiere sentir en estos momentos del berrinche que hay un adulto que le cuida.

Reconoce su necesidad

Conecta, hazle sentir tu presencia amorosa, pero NO intentes razonar sobre sus actos. No le sirve que le expliques, no está lista o listo para poder escucharte en esos momentos. Será después. No engancharte en la acción o con su emoción es lo más difícil.

No dejes que logre el objetivo

Sin duda es lo más difícil. Si obtiene lo que quiere con el berrinche, se instalará y sabrá que es la forma de conseguirlo. En su cabecita dirá, “**si me funciona ...lo vuelvo a hacer la próxima vez que quiera algo**”.

CADA VEZ QUE LE AYUDES
a manejar su frustración
Y AUTORREGULARSE
será un berrinche
MENOS EN SU VIDA.

No hay que tenerle miedo al NO.

- *Acompáñale en su tristeza, desilusión y frustración*
 - *Enséñale a respirar lento y profundo*
- *Ayúdale a favorecer habilidades emocionales como: esperar su turno, tolerar la frustración, reconocer sus emociones*

**LA DISCIPLINA AFECTIVA
(SER FIRME Y AMOROSO)
DESARROLLA LA TOLERANCIA
A LA FRUSTRACIÓN EN TU NIÑA O NIÑO.**

Después del berrinche:

RETOMA

Elabora el berrinche con tu niña o niño. Ya que se calmó, acércate, mírale a los ojos, y hazle sentir tu cariño.

DESCRÍBELE LO QUÉ PASO,
después explícale
Y SI LO PERMITE DALE UN ABRAZO.

*¿Estabas muy enojado
verdad?, tenías muchas
ganas de la paleta.
¿Quieres un abrazo?*

*Niña grosera
Niño berrinchudo*

Hazle sentir lo especial
que es y no le etiquetes.

HAZLE SENTIR CUÁNTO LE AMAS. *Esto le rescata en esos* MOMENTOS DIFÍCILES.

Que sienta la confianza de que le ayudarás día con día a ganar autocontrol y a manejar su frustración. Que tenga la certeza que cuenta con tu compañía y que nunca le dejarás de querer por un berrinche.



- Consejos de crianza -

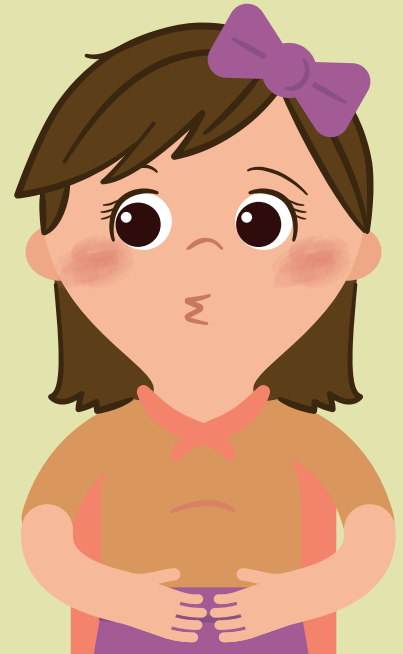
¿QUÉ HERRAMIENTAS *pueden ayudar* EN ESTA ETAPA?



Enseña a tu niña o niño **A RESPIRAR**

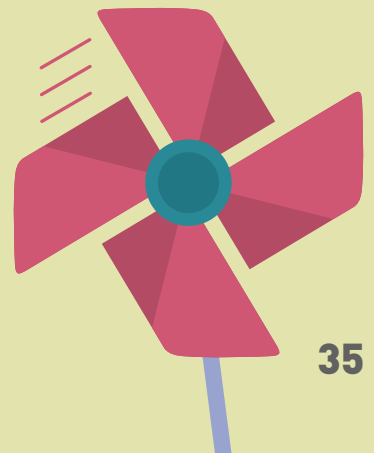
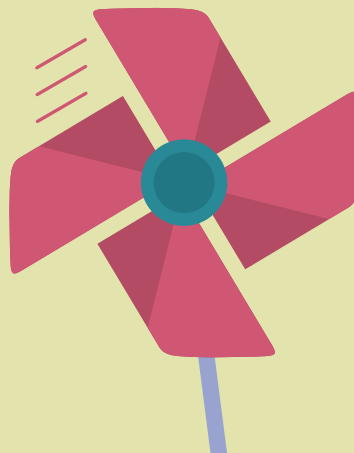
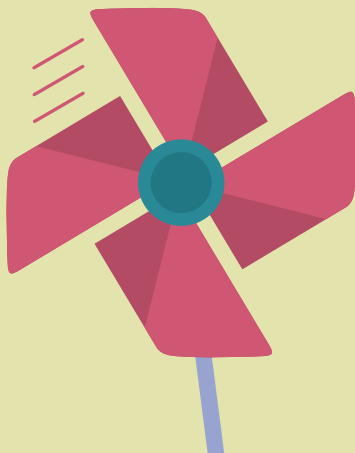
“Imagina que tiene una nariz en la panza y tiene que inflarla al entrar el aire y desinflarla al sacar el aire”.

LE AYUDARÁ A CONTROLARSE



RESPIRA CON UN REHILETE.

Le dará la experiencia de controlar el soplido, se puede hacer rápido con un soplido grande y fuerte o hacerlo con una exhalación profunda y lenta. Aprenderá con cual respiración, se relajará y podrá usarla en momentos de enojo o ansiedad.



Dale el frasco DE LA CALMA

Es una metáfora que se usa para explicar lo que sucede en nuestro cerebro cuando estamos agobiados o abrumados. El ver la brillantina asentarse en el frasco y que el agua empiece a verse más limpia, le hará sentir que las cosas se ven más claras. Enfocarse en una sola cosa ayuda al cerebro a estabilizarse y a darle un descanso antes de realizar otra actividad.

Cuando agitas el frasco no podrá ver el agua, todo se verá revuelto, así sucede con su cerebro cuando está haciendo un berrinche y no puede pensar bien o resolver problemas o jugar feliz, hasta que se asiente la brillantina.



MATERIAL:

Bote de 250 ml. lleno de agua tibia, una cucharada de diamantina y una cucharada de pegamento con brillantina. **Cerrar fuerte la tapa y agitar.**

Objetos Y CUENTOS



El Dragoncito

Cuento de Ana Serrano que ayuda a expresar emociones como el enojo, la tristeza y la frustración de una manera adecuada que favorece el autocontrol.

Abrazo de peluche

Un abrazo hace que el cerebro genere una sensación de bienestar en el cuerpo.

“Todos tenemos un peluche interno que vive junto al corazón y se siente mal cuando estamos tristes o lastimados, lo que le hace sentir mejor es un abrazo”.

Puede abrazar un peluche cuando se sienta triste, o puedes darle un abrazo. Es importante que comente cómo se sintió después y qué le hizo sentirse mejor.



- Consejos de crianza -

IDEAS

principales



IDEAS PRINCIPALES

- ✳ **Los berrinches son normales**, no son señal de que estés haciendo algo mal
- ✳ **Aparecen en la edad de transición**, una edad característica por muchas frustraciones
- ✳ Puedes ayudar a que **no toda frustración se convierta en un berrinche**
- ✳ **La medicina preventiva ayuda** en muchas ocasiones a que no haga un berrinche
- ✳ Conocer su temperamento y comprenderle **ayudará a minimizar los berrinches**
- ✳ **La disciplina afectiva** promueve la tolerancia a la frustración
- ✳ **La respiración es tu principal herramienta**, no necesitas comprarla en ningún lugar
- ✳ **Durante el berrinche no intentes que entre en razón, NO puede**
- ✳ **Acompáñale, hazle sentir tu presencia** y reconoce sus sentimientos
- ✳ **Después del berrinche dile que le amas y platica de lo que pasó**
- ✳ **Eres mamá, papá, o cuidador primario con lo que eres**, no con lo que sabes
- ✳ **Si necesitas pide ayuda profesional**
- ✳ **Cuando haga un berrinche no le pegues**, la violencia genera más violencia y se quedará grabado en la memoria de su piel y de su corazón
- ✳ **Sé compasiva o compasivo contigo**
- ✳ **Los avisos y las rutinas le dan seguridad**
- ✳ **Dale atención concentrada**. Tu mirada le hará sentir que es importante y que le amas por lo que irán disminuyendo los berrinches

- Consejos de crianza -

Otras revistas
RECOMENDADAS

Otras revistas
RECOMENDADAS

Conocer y aceptar los diferentes **temperamentos**

*

Conocer, nombrar y expresar las **emociones**

*

Cuidar la presencia de la **tecnología**

*

Cuidarte para criar

*

Educar con **disciplina** y poner **límites** con amor

*

Entender y acompañar la etapa de **“Mamitis”**

*

Establecer **rutinas** en la familia

*

Recibir al nuevo bebé y manejar la **rivalidad**

- *Consejos de crianza* -

BIBLIOGRAFÍA *y otras fuentes*

BIBLIOGRAFÍA *y otras* FUENTES

Serrano, Ana. 2004. **Ayudando a crecer 0 a 3 años. Volumen 1.**
México. Editorial PEA.

Esta compilación de consejos de crianza fue posible gracias al compromiso de Fundación FEMSA con la infancia

Material desarrollado por Proyecto DEI con el objetivo de acompañar a madres, padres y cuidadores primarios en la crianza y el desarrollo oportuno de sus niñas y niños. ©2017 Proyecto DEI. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.

Proyecto DEI lleva más de 25 años fortaleciendo vínculos afectivos entre padres, madres y cuidadores primarios y sus niños y niñas durante la primera infancia; para fomentar la crianza satisfactoria y el desarrollo infantil integral. Acompaña a las familias desde el embarazo y durante la crianza, a través de un modelo basado en: neurociencias, escuela para padres, estimulación sensorial, inteligencias múltiples, desarrollo de habilidades emocionales, disciplina afectiva y pedagogía musical.

Instituciones privadas y no gubernamentales, han adoptado el Modelo DEI para acompañar a las familias en sus labores diarias, tales como ChildFund México - Fondo para Niños de México y Guatemala, UNICEF, IMSS PROSPERA, IMSS ORDINARIO, De 0a3, Tado, DIF, Fundación Harp Helú y otras tantas que han sido capacitadas para guiar el desarrollo infantil.

Ana Serrano, fundadora del modelo DEI, es Licenciada en Ciencias Sociales por el ITAM, Maestra en Educación Comparada y Doctora ABD de Educación por la Universidad de Chicago. Ha impartido conferencias, talleres, seminarios y pláticas por más de 20 años. Autora del programa de educación inicial de ChildFund México - Fondo para Niños de México y Guatemala. Ponente en congresos internacionales. Autora de varios libros, artículos, cuentos y folletos de crianza, algunos en México y otros en el extranjero. Figura reconocida como una de las voces a la punta de la investigación en desarrollo infantil oportuno, crianza y neurociencias.



COLECCIÓN
- Consejos de crianza -

1. **Alimentar** sanamente
2. Ayudar a dejar el **pañal** en el momento adecuado
3. Conocer y aceptar los **diferentes temperamentos**
4. Conocer y manejar los temidos **berrinches**
5. Conocer, nombrar y expresar las **emociones**
6. Cuidar la presencia de la **tecnología**
7. **Cuidarte** para criar
8. Despertar el **juego**, la **creatividad** y la **imaginación** en chicos y grandes
9. Despertar la magia de los **cuentos**
10. Despertar y desarrollar al **cerebro**
11. Educar con **disciplina** y poner **límites** con amor
12. Educar e impulsar sin **sobreproteger**
13. Entender y acompañar la etapa de **“Mamitis”**
14. Entender, acompañar y proteger la **sexualidad** infantil
15. Establecer hábitos de **sueño** desde el nacimiento
16. Establecer **rutinas** en la familia
17. Identificar **alertas** en el desarrollo
18. Integrar la presencia de **papá** en la crianza
19. Preparar el **posparto** y la **lactancia**
20. Recibir al nuevo bebé y manejar la **rivalidad**
21. Unificar la crianza entre mamá, papá, abuelos y **otros cuidadores**