

Cuando tu hijo pega y muerde

Método Umbral12 **D.A.R.** — *Detener · Acompañar · Redirigir*

EN EL MOMENTO

D

Detener — frenar y proteger

Frena con calma y atiende primero al que se lastimó. Pocas palabras: “No dejo que pegues. Eso duele.”

A

Acompañar

Nombra la emoción y traduce el mensaje, sosteniendo el límite sin justificarlo.

R

Redirigir

Enseña qué Sí puede hacer. La regla del reemplazo: por cada “no”, un “sí”.

LA PREVENCIÓN · CUATRO BASES

Palabras — préstale lenguaje, señas y gestos para lo que aún no puede decir.

Anticipación — prevé y prepara los momentos de conflicto (espera, reparto, cansancio).

Necesidades físicas — cuida hambre, sueño y sobreestimulación.

Conexión — tiempo diario de afecto y atención exclusiva.

La antesala: cuerpo que se tensa, puños o mandíbula apretados, quietud súbita. Actúa ahí.

SI NO RECUERDAS NADA MÁS

“Por cada ‘no’, un ‘sí’.”

Frases para el momento

Puntos de partida, no fórmulas. Adáptalas a tu voz y a tu hijo.

Para detener

- No dejes que pegues. Eso duele.
- Para tus manos. A las personas no se las muerde.
- Primero veo cómo está tu amigo.

Para acompañar

- Estabas muy enojado porque lo querías.
- Entiendo tu rabia. Y morder no se puede.

Para redirigir (cada "no" con un "sí")

- Si estás enojado, di "no" bien fuerte.
- A las personas no, pero esto sí puedes morder.
- Puedes apretar este cojín o pisar fuerte.

Para reparar

- Tu amigo está triste. ¿Le llevas su peluche?
- Vamos a ponerle agua fría donde le dolió.

Cuando te pega o muerde a ti

- No se muerde. Me dolió, por eso te bajo.
- Si estás enojado, dímelo, pero a mí no se me pega.