

LA BRÚJULA DE TETO

Llega un hermano o hermana



Una herramienta para mirar antes de reaccionar

No sustituye la observación ni convierte cada conducta en una explicación única.

ANTES DE ELEGIR QUÉ HACER

Cinco preguntas para abrir la mirada.

1. ¿QUÉ HA CAMBIADO?

Rutinas, sueño, disponibilidad, espacios, expectativas, atención...

2. ¿QUÉ PODRÍA ESTAR NECESITANDO?

Conexión, información, descanso, ayuda, autonomía, espacio...

3. ¿QUÉ PUEDE HACER AHORA?

Según su edad y su estado. No pedimos razonamiento complejo en pleno desborde.

4. ¿QUÉ PUEDE CAMBIAR EL ADULTO O EL CONTEXTO?

Hacer visible una espera, mantener un ritual, bajar demandas, ofrecer dos opciones...

5. ¿QUÉ NO PUEDE RESOLVERSE AHORA MISMO?

El bebé seguirá necesitando cuidados. La meta no es eliminar toda frustración.

SI LA CONDUCTA SUBE DE INTENSIDAD

La Brújula no reemplaza el límite ni la seguridad.

1. SEGURIDAD

Si hay golpes, empujones o riesgo, detenemos la acción. La emoción puede estar; hacer daño, no.

2. MENOS PALABRAS EN EL PICO

No necesitamos convencer ni explicar mucho cuando el niño está desbordado.

3. NO ADIVINAR EL MOTIVO

“Estás enfadado” describe mejor que “estás celoso”. Después podremos investigar qué hay detrás.

4. VOLVER CUANDO HAYA CALMA

¿Qué cambió? ¿Qué echabas de menos? ¿Qué podemos hacer ahora?

5. REPARAR

Si hubo daño, ayudamos a reparar sin convertir la reparación en vergüenza.

CASOS PARA PRACTICAR

Preguntas posibles, no diagnósticos.

“Desde que nació el bebé vuelve a pedirme ayuda para todo.”

Antes de llamarlo retroceso o manipulación: ¿qué cambió? ¿Cuándo pide ayuda? ¿Busca capacidad o conexión? Podemos ayudar en unas cosas y mantener autonomía en otras.

“Cada vez que cojo al bebé monta una rabieta.”

La emoción puede validarse y la conducta puede necesitar un límite. Primero seguridad; después investigamos qué estaba perdiendo o esperando.

CASOS PARA PRACTICAR

Seguimos mirando.

“Le digo que espere y explota.”

Para un niño pequeño, “luego” puede ser demasiado abstracto. Cuando sea posible: AHORA esto → DESPUÉS aquello → LUEGO voy contigo.

“No quiere saber nada de su hermano.”

No hace falta obligar a sentir entusiasmo ni convertir al mayor en ayudante. La relación puede construirse a su ritmo.

A veces la mejor intervención empieza por una pregunta distinta.