



# ¿CANSADO?



# ¿FRUSTRADO?



# ¿ESTRESADO?



# ¿ENOJADO?

**ES NORMAL. PERO NO TE DESQUITES CON UN NIÑO.**

Todos los bebés lloran, todos los pequeños arman berrinches y todos los niños discuten. Un niño que llora o que arma un berrinche puede resultar agobiante. Un adolescente puede poner a prueba la paciencia de los adultos.

**Tienes que tener un plan.**

Un plan te ayudará a mantener la calma si lo has intentado todo y tu niño sigue llorando, o sientes que ya no aguantas más.

**Pregunta cómo crear un plan de seguridad personal.**

# ¿TIENES UN PLAN?