

**Tabla de Contenido**  
**VERSION ACTUALIZADA DEL MANUAL SENCILLO SOBRE EL PROGRAMA**  
**CRIANZA CON CARIÑO**

<b>Sobre los autores</b> .....	i
<b>Introducción</b> .....	1
Capítulo 1 Ser padres cariñosos.....	3
Capítulo 2 <i>La Crianza Con Cariño</i> como estilo de vida.....	7
Capítulo 3 El desarrollo del cerebro infantil.....	11
Capítulo 4 Cómo fortalecer los vínculos y el apego entre padres e hijos.....	20
Capítulo 5 Áreas de desarrollo infantil.....	24
Capítulo 6 Etapa de desarrollo: <i>del nacimiento a un año de edad</i> .....	28
Capítulo 7 Etapa de desarrollo: <i>de uno a tres años de edad</i> .....	37
Capítulo 8 Etapa de desarrollo: <i>preescolar</i> .....	47
Capítulo 9 Etapa de desarrollo: los años de la escuela primaria, <i>de seis a doce años</i> .....	55
Capítulo 10 Ejercicio de destrezas: lista de control del desarrollo.....	61
Capítulo 11 Los cerebros masculinos y los femeninos.....	62
Capítulo 12 Empatía.....	65
Capítulo 13 Las necesidades de los adultos y las de los niños.....	71
Capítulo 14 Cómo manejar los sentimientos.....	74
Capítulo 15 Cómo ayudar a los niños a manejar sus sentimientos.....	79
Capítulo 16 Cómo no malcriar a tus hijos.....	83
Capítulo 17 Cómo mejorar la valía personal en los niños.....	86
Capítulo 18 Cómo reforzar el poder personal y cómo evitar las luchas por el poder.....	92
Capítulo 19 Disciplina con dignidad.....	96
Capítulo 20 ¿Por qué los padres les pegan a sus niños?.....	104
Capítulo 21 La moralidad y los valores.....	109
Capítulo 22 Las reglas familiares.....	112
Capítulo 23 Cómo usar premios para guiar a los niños.....	117
Capítulo 24 Cómo elogiar a los niños y a su buen comportamiento.....	126
Capítulo 25 El contacto físico con mis hijos y mi propia historia con el contacto físico....	132
Capítulo 26 El tiempo tranquilo.....	135
Capítulo 27 Cómo poner su casa a prueba de niños y sin riesgo de peligro.....	139

Capítulo 28	La reorientación verbal y física.....	149
Capítulo 29	Cómo establecer rutinas cariñosas .....	152
Capítulo 30	Las rutinas cariñosas para cambiar los pañales y vestir a los niños .....	156
Capítulo 31	La rutina cariñosa para la hora de comer .....	161
Capítulo 32	Cómo preparar a sus niños pequeños comidas nutritivas.....	167
Capítulo 33	La rutina cariñosa para la hora del baño.....	170
Capítulo 34	Las ETS, el SIDA y el VIH.....	175
Capítulo 35	Cómo desarrollar en los niños la valía personal en cuanto al sexo.....	181
Capítulo 36	La rutina cariñosa para la hora de acostar al niño.....	187
Capítulo 37	Cómo entender y manejar el estrés.....	193
Capítulo 38	Cómo enseñar a los niños a manejar su comportamiento.....	197
Capítulo 39	Cómo usar la técnica de ignorar, en la crianza .....	201
Capítulo 40	Cómo enseñar al niño a ir al baño .....	207
Capítulo 41	Cómo manejar el enojo.....	214
Capítulo 42	Cómo enseñar a los niños a expresar el enojo.....	221
Capítulo 43	Cómo comunicar los pensamientos y sentimientos.....	227
Capítulo 44	La crítica y la confrontación.....	231
Capítulo 45	El alcohol, las drogas y la familia.....	235
Capítulo 46	Cómo evitar que los niños usen drogas .....	237
Capítulo 47	Cómo proteger a nuestros hijos.....	243
Capítulo 48	Las relaciones violentas y posesivas .....	261
Capítulo 49	Fumar y la salud de mis hijos .....	265
Capítulo 50	Cómo resolver problemas, tomar decisiones, negociar y llegar a acuerdos ....	269