

# Me porto lo mejor que puedo

Una advertencia cariñosa y algo de ánimo contribuyen a que sus hijos se porten bien. A continuación les ofrecemos algunas sencillas estrategias que pueden usar con ellos. Y en la página siguiente encontrarán una gráfica ¡en la que pueden rastrear sus éxitos!



## Sean claros

Cuando su hijo entiende claramente lo que se espera de él, probablemente coopere. Elija normas que se acoplen a las necesidades de su familia. No complique las normas, ni las razones de las normas. *Ejemplo:* “Cuando cruzamos la calle nos damos la mano. Así es más seguro”.

## Sean serenos

Su hija reaccionará mejor si usted le explica con serenidad lo que hizo mal y cuál será la consecuencia. Por ejemplo, dígame: “Shannon, nuestra norma es que no hacemos daño a los demás, ni con palabras ni con las manos. Como has pegado a Sally, nos vamos del parque”.

## Sean firmes

Es normal que su hijo intente ver hasta dónde puede llegar. Pero una vez que usted haya puesto una norma, no se vuelva atrás. Diga algo como: “Ya sabes cuál es la norma sobre la TV y por hoy ya has visto bastante. Insistir una y otra vez no va a cambiar nada”. Si cede, su hijo se dará cuenta de que ponerle a prueba le deja salirse con la suya.

## Sean positivos

Cuando vea que su hija es considerada o servicial, indíqueselo en seguida. Al prestar atención a su buen comportamiento la motivará a repetirlo. *Ejemplo:* “Gabby, gracias por ayudarme a colocar los platos. Ahora tenemos tiempo de ir al parque”. Pida a los adultos con los que trata su hija que la feliciten cuando se porte bien. ¡La alabanza es poderosa!



## Sean parte de un equipo

Una buena manera de influir en el comportamiento de su hijo es cerciorarse de que todos están del mismo lado. Hable con su cónyuge o su pareja y con otros familiares. Procure que todos conozcan las normas y las consecuencias que usted ha establecido.

## Sean flexibles

Al darle opciones a su hija cuando sea posible, le permite que sienta algo de control sobre su mundo. Reforzará su espíritu de cooperación y la seguridad en sí misma. Podría decirle: “Lucy, la merienda. ¿Qué te apetece hoy, una manzana o una banana?”

## Gráfica de los avances

En la página siguiente tienen una gráfica que sus hijos pueden usar para seguir los avances en su comportamiento. En la columna izquierda escriban los comportamientos que les suele recordar ¡y dígameles que con la gráfica los recordarán solos! *Ejemplos:* Lavarme los dientes. Compartir mis juguetes. Decir “por favor” y “gracias”.

Sus hijos se ganan una marca cada día que usted y ellos están de acuerdo en que hicieron bien un “trabajo”. Podrían dibujar una estrella o una cara sonriente en el recuadro adecuado. Al ver que su gráfica se llena se animarán a seguir esforzándose. *Consejo:* Sigán rastreando los éxitos en el comportamiento haciendo copias de la gráfica y usándolas cada semana.



continúa



# ¡Bien hecho!

Estoy esforzándome en esto	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado

## Early Years