|  |  |
| --- | --- |
| **FOLLETO 10C** | **Decidiendo cuándo usar qué estrategia** |

Los padres tienen tres opciones principales para apoyar el comportamiento positivo y prevenir el comportamiento problemático. Cada una de estas opciones apoya el bienestar y el desarrollo de sus hijos/as de diferentes maneras.

**Apoyo al comportamiento positivo**

Esta es una excelente primera estrategia para probar cuando su hijo/a ha demostrado que está aprendiendo una nueva habilidad o comprendiendo una regla o un límite. Elogiar la cooperación y el éxito de su hijo/a le ayuda a ellos saber cuándo está en el camino correcto.

* Note a s/au hijo portándose bien. Este es un gran primer paso para apoyar el comportamiento positivo: notar y responder con aliento, elogios o un incentivo cuando su hijo/a se porta bien.
* El apoyo para el comportamiento positivo incluye todo, desde una sonrisa hasta chocar cinco, desde pasando tiempo extra con los amigos hasta una narración muy detallada sobre lo que su hijo/a hizo bien y por qué le aprecia.
* El apoyo al comportamiento positivo también incluye notar las fortalezas únicas de su hijo, como “Eres tan paciente” y “Tu amabilidad realmente marcó la diferencia allí" y "Gracias por ser tan responsable de completar tu tarea.”

**Comunicación y reuniones familiares**

Hablar sobre los cambios familiares, los desafíos o las reglas que no funcionan bien es una estrategia útil para ayudar a todos los miembros de la familia a comprender mejor la situación.

* Es esencial comunicarse sobre los valores, las rutinas, las expectativas, las reglas, las actividades divertidas, los pensamientos y los sentimientos de la familia.
* Comunicando efectivamente (como el uso de declaraciones neutrales de problemas y un tono de voz tranquilo) prepara el escenario para una mayor comprensión y resolución de problemas.
* Invitar a todos involucrados a dar su opinión puede generar nuevas opciones y proporcionar información sobre incentivos y límites.

**Establecer límites**

Lo crea o no, establecer límites es una forma importante de hacerles saber a sus hijos que se preocupa por ellos.

* Monitore y supervise a su hijo/a para que tenga información sobre lo que está haciendo en casa y con sus compañeros.
* Crea reglas claras para que los padres y los niños sepan lo que se espera.
* Elogie y apoye cuando se sigan las reglas, y use consecuencias predecibles cuando se rompan las reglas.

Si se enfrenta a una situación o comportamiento desafiante y ha probado todo lo anterior, o si ninguna de las estrategias anteriores parece encajar, por favor considera la posibilidad de ponerse en contacto con un amigo que le apoye o con un profesional para obtener más ideas y orientación.