



# Habilidades para Controlar las Conductas



Habilidad	Razón	Ejemplo
<b>Reglas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Establece expectativas de conducta deseada.</li> <li>Establece recompensas o consecuencias si la regla se sigue o no se sigue.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>“Hay dos reglas para ir a la tienda; una es permanecer a mi lado y la otra es mantener las manos quietas. Si rompes las reglas, entonces nos iremos de la tienda, o, si sigues las reglas te ganarás un premio.”</li> </ul>
<b>Desviar la atención</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Logra que el/la niño(a) se concentre en otro juguete, conducta o actividad, sin el uso de disciplina estricta.</li> <li>Da la oportunidad de elogiar la Buena conducta y crear una interacción positiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Si el/la niño(a) quiere el juguete de otro de sus hermanos, el padre/la madre puede desviar la atención del/de la niño(a), mostrándole un juguete distinto pero igual de divertido.</li> <li>“Wow, tengo una estación espacial. Es muy divertido preparar los cohetes para que despeguen.”</li> </ul>
<b>Transiciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Da al/a la niño(a) la oportunidad de prepararse para un cambio.</li> <li>Permite que el/la niño(a) complete su actividad actual antes de cambiar a otra.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>“En un minuto más será mi turno para jugar con los Legos.”</li> <li>“Al terminarse este programa de televisión, será hora de dormir.”</li> </ul>
<b>Tono Neutro y Expresiones Faciales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le permite al padre/a la madre mantener la calma durante un conflicto.</li> <li>Ayuda al/a la niño(a) a mantener la calma cuando el padre/la madre la mantiene.</li> <li>Le enseña al/a la niño(a) que al gritar no consigue lo que quiere.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mantenga la cara neutral – evita sonreír o arrugar/fruncir la frente cuando su hijo(a) demuestre una conducta inapropiada.</li> <li>Mantenga el tono de voz calmado.</li> <li>Gritar podría aumentar la conducta errónea.</li> </ul>
<b>Indicación Verbal</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Le deja saber al/a la niño(a) qué conducta quiere usted.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>“Estoy recogiendo mis juguetes tranquilamente.”</li> <li>“Voy a ir más despacio y voy a pensar qué hacer enseguida.”</li> </ul>
<b>Opciones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Da al/a la niño(a) la sensación de que tiene algo de control.</li> <li>Deja que el/la niño(a) se sienta importante.</li> <li>Le enseña al/a la niño(a) a hacer elecciones apropiadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>“Tienes dos opciones. Puedes jugar con los Legos o con el Sr. Cabeza de Papa.”</li> <li>“Tienes dos opciones. Puedes jugar con los juguetes que están sobre la mesa o puedes sentarte y relajarte.”</li> </ul>

<p><b>Afirmaciones Cuando – entonces o Si – entonces</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Da una indicación al/a la niño(a) sobre cuál es la conducta esperada, y qué pasará cuando cumpla con la orden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “Cuando Nancy ponga el juguete en la caja, entonces le podré dar una calcomanía.”</li> <li>• “Cuando Antonio use su voz cortés, entonces puedo hablar con él.”</li> </ul>
<p><b>Mantener la calma</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Da a los padres la oportunidad de modelar habilidades y mantener la calma ellos mismos.</li> <li>• Da a los niños algunas habilidades para aprender cómo mantener la calma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “Estoy muy alterado(a). Voy a calmarme. Voy a respirar profundamente y contar hasta 10.”</li> <li>• “Me siento nervioso(a). Voy a apretar mis hombros y luego relajarlos.”</li> </ul>
<p><b>Recuperación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les permite al padre/a la madre y al/a la niño(a) regresar a un estado positivo sano después de que se haya aplicado una orden o expectativa.</li> <li>• Usa las habilidades de A DIARIO para regresar a la normalidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después de que el/la niño(a) haya completado una orden difícil o haya cumplido con una consecuencia/tiempo aparte por una conducta, vuelva a usar las habilidades de A DIARIO.</li> <li>• “Me divierto mucho jugando contigo con los bloques cuando escuchas.” – elogio específico</li> <li>• “¡Estamos construyendo juntos una torre muy alta!” – descripción ¡con entusiasmo!</li> </ul>
<p><b>Indicación física</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dirige a los niños pequeños a una conducta deseada.</li> <li>• Ayuda al/a la niño(a) a aclarar la expectativa un orden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El padre/la madre puede poner la mano sobre la mano del/de la niño(a) y entonces poner el juguete en la caja.</li> <li>• El/la niño(a) recibe un elogio específico por completar la tarea.</li> <li>• “Cuando Nancy se siente en su asiento (el padre/la madre apunta y toca la silla de Nancy), entonces podemos comenzar nuestra hora especial de juegos.”</li> </ul>
<p><b>Volver a hacer una tarea</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le permite al/a la niño(a) completar una tarea de manera correcta y segura o con una Buena actitud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El/la niño(a) alza el juguete bruscamente.</li> <li>• El padre/la madre saca el juguete de la caja y lo pone enfrente del/de la niño(a).</li> <li>• El padre/la madre puede modelar alzando otro juguete tranquilamente.</li> <li>• El/la niño(a) hace lo que tiene que hacer y recibe un elogio específico.</li> <li>• El/la niño(a) corre al cuarto de juegos y saca todos los juguetes.</li> <li>• El padre/la madre intercede y alza los juguetes.</li> <li>• El padre/la madre usa la afirmación cuando/entonces - “Cuando Antonio entre caminando al cuarto de juegos, entonces comenzará nuestra hora especial de juegos.”</li> </ul>