



Tiempo Aparte/Fuera de Dos Opciones

Estrategias para Mejorar el Cumplimiento de Ordenes

Para **LOS NIÑOS MÁS PEQUEÑOS**, un tiempo aparte/fuera es muy eficaz para reducir las conductas problemáticas. Si usted sigue la misma secuencia específica cada vez que los ponga en tiempo aparte. El tiempo aparte que les enseñamos a los padres en *PCIT-TC* les da a los niños una “opción” para cumplir (las órdenes) y les da tiempo para tomar una decisión.

Acto del padre/de la madre	Ejemplo
El padre/la madre da una orden directa y el/la niño(a) no la cumple	“Por favor, dame el Lego amarillo.” (El/la niño[a] ignora al padre/a la madre)
El padre/la madre levanta la mano, cuenta hasta cinco con los dedos	“Uno, dos, tres, cuatro, cinco.” (El/la niño[a] continúa ignorando al padre/a la madre)
El padre/la madre da una advertencia	“Tienes dos opciones; o me das el Lego o te vas a tiempo aparte/fuera.” (El/la niño[a] continúa ignorando al padre/a la madre)
El padre/la madre levanta la mano, cuenta hasta cinco con los dedos	“Uno, dos, tres, cuatro, cinco.” (El/la niño[a] continúa ignorando al padre/a la madre)
El padre/la madre da una explicación y pone al/a la niño(a) en tiempo aparte/fuera	“No hiciste lo que te dije que hicieras.” (El padre/la madre se pone de pie y lleva al/a la niño[a] a la silla de tiempo aparte/fuera)
El padre/la madre da una orden directa para que el/la niño(a) se siente en la silla y se aleja de él/ella	“Siéntate aquí en silencio/calladito(a), hasta que yo te diga que puedes levantarte.”
El padre/la madre espera hasta que el/la niño(a) se sienta en silencio (por lo menos 5 segundos)	(El/la niño[a] se sienta en silencio)
El padre/la madre le pregunta al/a la niño(a) si está listo(a) para regresar y acatar la orden original	“Estás sentado(a) en silencio/calladito(a) en la silla. ¿Estás listo(a) para regresar y darme el Lego amarillo?” (El/la niño[a] dice, “sí”.)
El padre/la madre espera silenciosamente hasta que el/la niño(a) cumpla la orden (puede apuntar o señalar)	(El padre/la madre apunta al Lego amarillo)
El padre/la madre reconoce el cumplimiento/obediencia con la orden	“Gracias.”
El padre/la madre da una segunda orden	“Ahora, por favor pon el Lego verde en el envase.” (El/la niño[a] acata la orden)
El padre/la madre da un elogio específico con entusiasmo por el cumplimiento de la orden	“¡Buen trabajo, sequistes mi orden/obedeciste a mama/papa!” ¡¡¡ENTUSIASMO AQUÍ!!!

Órdenes y su Cumplimiento. Una parte importante del tiempo aparte/fuera de dos opciones es asegurarse de que **el/la niño(a) cumpla con su orden inicial** después de regresar del tiempo aparte/fuera. Sin embargo, mientras practicamos el tiempo aparte/fuera en la clínica, le pediremos que dé otra orden después de que su hijo(a) cumpla la primera orden. De esta manera, nos aseguramos de que su hijo(a) entienda que la obediencia es fácil y los tiempos aparte pueden evitarse cumplimiento con las órdenes de inmediato.

Contando en Voz Alta. En el tiempo aparte/fuera de dos opciones, le pediremos que levante la mano y cuente hasta cinco en voz alta con los dedos, ¡dos veces! Le pedimos que cuente después de que dé la primera orden directa. El contar en voz alta con los dedos es una buena manera de comunicarse con niños muy pequeños y con niños con problemas de aprendizaje o con necesidades especiales porque es muy concreto. Si se usa consistentemente, también es una manera muy rápida de hacerle saber al/a la niño(a) lo que viene enseguida – ¡que usted espera que cumpla con la orden! La segunda vez, le pedimos que cuente después de que le dé al/a la niño(a) la opción de cumplir la orden o irse a tiempo aparte/fuera. Esta opción, seguida por el tiempo aparte/fuera, le da al/a la niño(a) la opción de calmarse un poco y reflexionar sobre su conducta.

Consecuencias Lógicas. Pueden imponérsele a un(a) niño(a) de cualquier edad. La ventaja de usar consecuencias lógicas es que la consecuencia debe ser justa y “adecuada para el crimen.” A menudo, las consecuencias lógicas corresponden con “la vida real” y lo que los niños experimentarán a medida que crezcan. Es útil que los niños entiendan que los actos tienen consecuencias, y que no todas son felices. Una parte importante de madurar es tomarse el tiempo de preguntarse, “¿qué pasará si hago esto?”

Quitar Privilegios. El poder hacer cosas divertidas es un privilegio que tienen los niños ¡cuando siguen las reglas y escuchan a sus padres! Usted puede usar esta lógica para ayudar a su hijo(a) a ver cómo es mucho mejor obedecer que portarse mal. Haga una lista de las golosinas favoritas o las cosas favoritas del/de la niño(a). Cuando su hijo(a) no obedezca una orden, puede darle una opción: o cumple la orden o pierde una actividad favorita. Cuente hasta cinco después de darle la opción, para que su hijo(a) tenga tiempo para decidir si va a cumplir la orden antes de perder un privilegio. Usted necesita saber que quitar privilegios es un incentivo eficaz para obedecer, siempre y cuando el privilegio sea valioso, pero éste también tiene que ser algo ¡que usted pueda hacer cumplir!

Predecible y Consistente. Es importante ser predecible y consistente al imponer una consecuencia por una conducta inapropiada. Si usted le ha dicho a su hijo(a) que perderá un privilegio, ¡tiene que quitárselo! Es posible que tenga que pasar por una larga lista de cosas favoritas, antes de lograr la obediencia con de las órdenes. Pero, si lo quita consistentemente, su hijo(a) cumplirá las órdenes, en lugar de perder sus privilegios favoritos.

Estrategias para Mejorar el Cumplimiento de Órdenes = Consecuencias Predecibles y Consistentes