

Elogio/Reconocimiento

Los niños a menudo captan la atención de los padres portándose mal. Una forma de mejorar la conducta de los niños es asegurarse que los padres presten mucha atención a sus hijos cuándo se están portando bien. A esto le llamamos “agárrelos siendo buenos” una de las mejores maneras de prestar atención al buen comportamiento es comentarlo.

Consejos para reconocer o elogiar las conductas positivas:

- Diga algo inmediatamente si puede. Lo más pronto que se dé el elogio, más efectivo es.
- Sea específico acerca de lo que le gusta “Johnny, me gusta como guardas tus platos” es mejor que “un buen trabajo”
- Muestre calidez. Un toque en el hombro, contacto visual, una sonrisa, el entusiasmo hace que el elogio sea más poderoso.
- Evite dar elogios ambiguos. Esto es cuándo usted elogia una buena conducta pero le sigue con algo como ¿por qué no puedes hacer eso más seguido? Mantenerse simplemente positivo es la clave.
- Concéntrese en el esfuerzo/conducta que ellos pueden controlar. “Trabajaste muy duro en esa tarea, estoy orgulloso de ti” es mejor que “eres el mejor/más inteligente” También evite concentrarse demasiado en las características físicas como “eres la más bonita.”

Encuentre un elogio de conducta “opuesto positivo”:

Utilice elogios cada vez que vea que su hijo es bueno. Pero una poderosa manera de deshacerse de problemas de conducta es elogiar la conducta que usted DESEA su hijo tenga en lugar de la conducta problemática, en la situación donde usted usualmente ve problemas de conducta. Por ejemplo, si el problema de conducta es un niño negándose a empezar su tarea, el opuesto positivo puede empezar la tarea inmediatamente cuando se pide. Si la conducta que usted desea es algo que su hijo nunca hace por sí mismo, usted puede necesitar enseñarles a ellos una nueva conducta, sea claro acerca de lo que espera de ellos en esas situaciones, o elogie los pequeños pasos en la dirección de la conducta que usted quiere.

Ejemplos de conducta problemática	Ejemplo de opuesto positivo
Discutir cuándo se pide que se haga la tarea.	Hacer la tarea cuándo se pide sin discutir.
No limpiar/guardar la mochila cuándo se regresa de la escuela.	Vaciar la mochila/guardar las cosas cuándo se regresa de la escuela.
Olvida/deja atrás cosas importantes para las actividades después de la escuela.	Está preparado con cosas esenciales para las actividades extraescolares.

Escriba el problema principal a continuación en la izquierda. Después, a la derecha proponga “opuestos positivos” para elogiar.

Conductas problemáticas	Conductas opuesto negativo

--	--

Plan de Elogios para esta semana

Conductas opuesto positivas que buscaré para para elogiar: 1. 2. 3.
Situaciones en específico que voy a buscar para esto de opuesto positivo: 1. 2. 3.
Cualquier recordatorio o apoyo que usaré para asegurarme que lo cumpla:
Posibles desafíos y obstáculos que pueden surgir y como los superaré:

Seguimiento de cómo le fue!

Fecha							
¿Lo hice?							
¿Cómo le fue?							

Para revisar la próxima semana: ¿La frecuencia de la conducta problemática u opuesta positiva en las que usted trabajó usando el elogio le parece que cambio?