



# Recompensar el comportamiento positivo

Puede ayudar a incentivar los comportamientos positivos de su hijo al compartir recompensas específicas que le interesen.

## Empiece por darle algo que le guste

### Primera elección

Permitir que los niños elijan es poderoso. Considere la posibilidad de dejarlos elegir lo siguiente:

Un plato del menú de una comida.

Tres canciones para un viaje en coche.

Un juego en el que participe toda la familia.

Una actividad para un día de diversión familiar.

Un video para compartir en familia.

Comida rápida y para llevar.

Papas fritas y cereales para llevar.

Una película para una noche de cine.

### Pasar tiempo juntos

Pasar tiempo con usted es especial. ¡Incluso pasar 10 minutos con ellos es estupendo!

Jueguen a las cartas.

Píntense las uñas mutuamente.

Láncense una pelota.

Prueben con un proyecto de manualidades.

Soplen burbujas.

Construyan algo juntos.

Bailen juntos.

Jueguen a la búsqueda del tesoro.

### Complementos

Dé un premio adicional cuando sus hijos realmente hayan superado las expectativas.

Premios especiales.

Escoger un libro extra para la hora de dormir.

Pegatinas.

Juegos de cartas o de mesa.

Extender la hora de acostarse por 10 minutos.

Juegos en línea.

Materiales para manualidades.

10 minutos extra en la computadora.

Merienda después de clases.





# Recompensar el comportamiento positivo

Puede ayudar a incentivar los comportamientos positivos de su hijo al compartir recompensas específicas que le interesen.

## Elimine algo que no les guste

Una recompensa también puede ser evitar una tarea o situación desagradable. Intente lo siguiente:

Permita que no hagan una tarea.

Prepáreles el almuerzo un día.

Haga una tarea por ellos.

Recójalos temprano de la escuela un día.

Deles un pase de deberes.

Deje que ignoren el despertador.

Prepare sus mochilas.

Pague una vez por algo que sus hijos normalmente pagan (p. ej., la gasolina de su vehículo).

## ¿Cómo puedo alentarlos más?

Prestarles atención es la fuente de felicidad de su hijo. Demuestre que se fija en ellos al realizar lo siguiente:

Hacerles un dibujo.

Escribirles una nota.

Sonreírles o guiñarles un ojo.

Chocar los cinco.

Inventar una canción sobre lo geniales que son.

Sacarlos a pasear, solo ustedes dos.

Escribir un poema que explique la manera en que son maravillosos.

Darles un abrazo.

