

# ORIENTACIONES PARA FAMILIAS

## ¿CÓMO PUEDO GESTIONAR LAS CONDUCTAS EN CASA?

### NORMAS

1

Establecer normas claras y coherentes. Las normas ayudan a los niños/a a entender qué se espera de ellos/as y brindan seguridad. Utilizad un lenguaje positivo, escribidlas en cartulina y colocadla en un lugar visible.

### MODELOS

2

Los niños/as aprenden observando. Vuestro comportamiento es el mayor ejemplo. Si queremos que nuestros hijos/as usen un tono respetuoso, evitaremos gritarles.

### APOYOS

3

Los apoyos visuales son útiles para estructurar tareas y rutinas, podéis crear un panel de tareas diarias con dibujos o fotos, y usar un reloj visual para delimitar tiempos.

### RUTINAS

4

Las rutinas aportan estabilidad y previsibilidad al día a día, reduciendo la incertidumbre que puede generar conductas desafiantes. Podéis colocar un cuadro con pictogramas en el frigorífico.

### REFORZAR

5

Los refuerzos positivos aumentan la probabilidad de que las conductas adecuadas se repitan. Podéis utilizar un sistema de economía de fichas.

### REDIRIGIR

6

Redirigir en lugar de reñir. Es más efectivo redirigir la conducta hacia algo positivo que simplemente señalar el error.

### CONSECUENCIA

7

Es importante que las consecuencias sean lógicas y estén relacionadas con la conducta. Por ejemplo si va a jugar se le explica que si no los recoge no podrá jugar al día siguiente con ellos. Si así sucede se cumple la consecuencia sin discusiones ni enfados.

