



## El Poder de la Atención

**En lo que se enfoca, obtiene más.** Como en adultos, nosotros constantemente brillamos la linterna de nuestra atención al mundo. Le damos valor a todo lo que iluminamos. Los niños son más capaces de cumplir cuando alumbramos nuestra luz en sus comportamientos que queremos ver en vez de los que son un problema.



- “Deja de gritar” subraya gritar y obtendrá más gritos.
- “Usa una voz baja como la mía” subraya voces bajas y obtendrá más voces bajas.

Puede ser un desafío cambiar el enfoque de lo que no queremos a lo que si queremos. Intente estos cambios:

- ~~No empujes!~~ → Muévete por favor.
- ~~No mastiques con la boca abierta!~~ → Mastica con la boca cerrada.
- ~~Deja de pegarme con la sonaja!~~ → Sacude, sacude, sacude la sonaja!
- ~~Deja de agarrar!~~ → Puedo tener un turno por favor?
- ~~Deja de jalar mi camisa!~~ → Cuando quieres mi atención, tócame en el brazo así.
- ~~No salpiques!~~ → Mantén el agua en la bañera.
- ~~Le vas a quebrar!~~ → Tráelo para acá para que te pueda enseñar como usarlo apropiadamente.
- ~~No te piques la nariz!~~ → Ten. Usa un pañuelo.
- ~~Deja de correr con comida en tu boca!~~ → Siéntate hasta que mastiques y te pases la comida.

## La Habilidad de la Asertividad

**Enseñando a otros como tratarnos.** La asertividad nos permite que los adultos y los niños establezcan límites y resuelvan el conflicto respetuosamente. Esto le enseña a los niños que las palabras tienen más poder que pegar. Nosotros debemos ser asertivos con los niños para que aprendan a ser asertivos con otros. La asertividad requiere lo siguiente:

1. Enfocarnos en los comportamientos que queremos ver
2. La intención de ayudar a los niños a ser exitosos
3. Un tono de voz “sin duda”
4. Lenguaje descriptivo y movimientos que claramente comunican el objetivo deseado

## Rutinas Visuales:

Las rutinas ayudan a suavizar los puntos problemáticos en su día al comunicar claramente el comportamiento deseado. Si cepillar los dientes o cambiar el pañal es un desafío día tras día, las rutinas visuales ayudaran!

1. Piense sobre lo que quiere que hagan los niños.
2. Enumere los pasos en orden. Seis pasos es el límite. Los niños pequeños harán mejor con solo tres pasos.
3. Tome fotos para que así los niños puedan ver claramente que hacer después.
4. Publique la rutina donde la usan.
5. Practique, practique, practique.

### Rutina a la hora de dormir

Hora del baño	Cepillar Dientes	Ponerse Pijamas	Cepillar el Pelo	Leer Libros	Apagar Luces