



1 ¿QUÉ ES Y POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Con frecuencia, los adultos deben decirles a los niños pequeños a dónde ir y qué hacer. Darles una elección equilibra esto ofreciendo momentos en los que su hijo tiene voz y voto. Cuando brinda una elección, permite que su hijo elija lo que quiere hacer entre dos o tres opciones que le ofrece.

Cuando ofrece opciones, le da a su hijo una oportunidad para:

- ◆ Practicar cómo tomar decisiones
- ◆ Aprender a administrar su propio comportamiento

Esta estrategia les brinda a los niños una elección dentro de los límites seguros que *usted* fija. Brindar varias opciones hace que sea más probable que su hijo haga lo que le pide. Brindar una elección lo ayuda a evitar peleas cuando su hijo no quiere hacer algo.



INSTRUCCIONES Y CONSEJOS:

Planifique con anterioridad para dar una elección. Decida:

- Cuándo brindar opciones
- Qué opciones ofrecerá para que su hijo elija

Al brindar opciones:

- Asegúrese de tener la atención de su hijo y luego dígame claramente cuáles son sus opciones.
- Las opciones deben ser específicas y dichas como si fueran cosas que *quiere* que su hijo haga. Por ejemplo, “Puedes caminar o andar de puntitas de pie” en lugar de “No puedes correr adentro”.
- Dé tiempo a los niños (al menos cinco segundos) para que realicen una elección, y ofrezca ayuda si la necesitan.
- Puede dar la opción de en que orden quiere que su hijo haga dos cosas. Por ejemplo, “Es hora de ponerte los zapatos y el abrigo. ¿Cuál te quieres poner primero?”
- Puede dar la opción de hacer algo de inmediato o en unos minutos, por ejemplo, “¿Te gustaría intentar ir al baño ahora o en cinco minutos?”
- Felicite a su hijo específicamente por realizar una elección y actuar al respecto. Por ejemplo, “Elegiste leer libros ahora, ¡qué divertido!”

👁️ ¿CÓMO ES?

Uso de elecciones en casa

- ◆ Vestirse a la mañana: “¿Qué camiseta quieres usar hoy, la roja o la verde?”
- ◆ Antes de ir a la cama: “Puedes elegir entre lavarte los dientes o la cara primero”.
- ◆ En el almuerzo: “¿Prefieres rodajas de manzana o gajos de naranja con tu sándwich?”
- ◆ Cuando es hora de ordenar: “¡Hora de ordenar! ¿Guardamos los bloques en el cesto, o devolvemos la comida de juguete a la cocina primero?”



Qué **LOOK**: El experto sobre su hijo es usted. ¡Nos encantaría saber qué tiene para decir!
¿Cuándo brinda elecciones en casa? ¿Qué tipos de elecciones son las que mejor funcionan para su hijo? ¡Díganos qué funciona bien para su familia!