

Cómo utilizar las recompensas

Utilice un sistema: Hay varias formas de hacer esto; es decir, tablero de fichas, sistema de puntos, asignación o pago por trabajos / tareas, tablero de calcomanías, sistema de fichas de rompecabezas, etc. Un sistema lo mantendrá a usted y a su hijo en el camino, mostrando cuántos puntos / fichas deben ganarse antes de que haya un descanso y / o recompensa.

Establezca expectativas: su hijo debe saber qué comportamientos generan puntos. Si establece las expectativas con anticipación, siempre podrá ajustarlas más tarde. Puede ser útil tener una lista actualizada de comportamientos o tareas y cuántos puntos / fichas ganará cada uno. Saber exactamente qué hacer para ganar puntos ayuda a que el sistema sea confiable y predecible tanto para el niño como para los padres. Recuerde elogiar comportamientos específicos. Desea que su hijo sepa qué es lo que lo recompensa específicamente para que repita esos comportamientos en el futuro. En lugar de decir "¡Guau! ¡Eres tan inteligente! ", Diga " ¡Guau! ¡Buen trabajo mostrando tu trabajo en matemáticas y terminándolo! ".

Conozca a su hijo en su nivel ACTUAL: recuerde, este es un momento extraño para todos nosotros. Es posible que necesitemos ajustar nuestras expectativas y reforzar un menor esfuerzo o comportamientos más fáciles. En lugar de dar un punto por completar una tarea completa o una cantidad de tareas, es posible que deba darles un token solo para comenzar y otro o dos mientras están trabajando. Elija las recompensas que su hijo desee: las recompensas deben elegirse en equipo. Su hijo debe ser la principal influencia en las recompensas que se obtienen. Puede sugerir o ajustar las recompensas según la disponibilidad, el valor monetario, el tiempo / esfuerzo necesario para obtener o utilizar la recompensa, el tiempo con la recompensa, etc.

El acceso a la recompensa debe ser limitado: la recompensa es algo que su hijo desea en este momento. Si su hijo puede acceder al mismo artículo en otros momentos del día de forma "gratuita", la recompensa no será tan valiosa para él y puede obstaculizar el sistema. Cuanto más tiempo retenga una recompensa, más valiosa será. Por ejemplo: ¡me encanta el chocolate! Si no he comido chocolate en un par de días, estoy más dispuesto a hacer algo para recibir chocolate. Si comiera chocolate todo el día, no es probable que participe en comportamientos que me den chocolate porque estoy satisfecho. Haga todo lo posible para acordar múltiples recompensas para que tengan una variedad de cosas en las que trabajar.

No quite las recompensas ganadas: las recompensas deben entregarse tan pronto como se ganen y no deben quitarse debido a un comportamiento indeseable. La recompensa debe estar vinculada a comportamientos específicos. Si su hijo se mete en

problemas por realizar un comportamiento diferente, no se le debe quitar la recompensa que obtuvo por el comportamiento apropiado. Si le quita las recompensas, es posible que su hijo no vea el sentido de "trabajar en el sistema" o continuar con su "buen comportamiento".

Alabanza y recompensa a menudo: Debe felicitarse a su hijo durante el día. Mírelos "siendo buenos" tan a menudo como sea posible. El elogio hará que su hijo sepa que le gusta lo que está haciendo y lo alentará a seguir participando en los comportamientos deseados. Se deben ganar pequeñas recompensas muchas veces a lo largo del día. Es posible que desee dar recompensas más frecuentes para motivar a su hijo a realizar tareas más difíciles. Además, cuanto más joven sea su hijo, cronológicamente y en términos de desarrollo, más frecuentes serán las recompensas.

Hágalo visual: usted y su hijo deberían poder ver su progreso hacia su recompensa. Puede explorar la creación de un sistema colorido o interactivo para seguir su progreso con una imagen para lo que están trabajando. A algunas familias les gusta usar un sistema de pizarra / tabla de calcomanías / papel pegado a la pared o al refrigerador, mientras que otras se vuelven más creativas y crean sistemas interactivos (por ejemplo, una torre de lego, un rompecabezas, una jarra o tubo grande para verter agua, etc.).