

Momentos especiales

También conocidos como “juegos infantiles dirigidos”

Una estrategia basada en lo positivo para los problemas de comportamiento en general.

El propósito es establecer momentos de experiencias positivas frecuentes entre padres e hijos para impulsar la confianza, la alegría y la esperanza en la familia. Estos momentos especiales son como guardar dinero en el banco para aliviar momentos de crisis y restablecen la motivación para el comportamiento positivo. La disciplina correctiva da menos resultados sin estas interacciones frecuentes entre padres e hijos. Por ejemplo, es común que la familia note que el tiempo de aislamiento funciona mejor después de haber iniciado los momentos especiales.

Cómo lograr los momentos especiales:

- La frecuencia es importante. Lo ideal es hacerlo todos los días, pero también funciona si se hace dos o tres veces a la semana con continuidad. Los hermanos también deben tener la misma oportunidad.
- Decida la hora del día.
- Llámelo “momento especial”.
- Escoja un tiempo que no sea muy largo para que se pueda hacer siempre, según lo planeado, normalmente entre 15 y 30 minutos.
- Cúmplalo sin importar si ha pasado un buen o mal día.
- Brinde atención individual sin interrupciones.
- El niño escoge la actividad para hacer con el padre o madre. Debe ser algo que al padre o madre no le disguste y que no sea necesario gastar dinero ni se trate de terminar una tarea. Puede ser algo como jugar con los juguetes del niño o dibujar juntos.
- Termine a la hora programada: puede usar un reloj para contar el tiempo. Recuérdele al niño cuándo será el próximo momento especial. Usted puede decidir jugar con el niño un poco más, pero después de tomarse un descanso de estar juntos.
- Si el niño se niega al principio, dígame que solo se sentarán juntos y/o que seguirá invitándolo a participar cada vez que llegue la hora de otro momento especial.
- Los padres también deben tener momentos especiales para sí mismos. A los padres que se sienten satisfechos consigo mismos esta actividad les resulta más fácil.

Dr. Robert Hilt