



IES Grant
#R324A160086

Estrategia Universal Tiempo de Calidad



VANDERBILT
UNIVERSITY

Barton Lab

bartonlabvu@gmail.com

El tiempo de calidad es un tiempo dedicado a divertirse y construir una relación positiva con su hijo. Planificar de forma intencional tiempo de calidad en su día puede aumentar las interacciones positivas entre usted y su hijo, haciendo que los momentos difíciles del día sean un poco más controlables.

HACIENDO TIEMPO



Trate de reservar al menos **15 minutos** al día para tiempo de calidad con su hijo.

Comience con pocos minutos (2-3 minutos) y gradualmente añada más, lo que permita su horario. Recuerde: ¡calidad es más importante que cantidad!

CLAVES PARA TIEMPO DE ALTA CALIDAD



Dirigido por el niño



Basado en el juego



Libre de instrucción y distracciones



EN LUGAR DE:

INTENTE:

Decírle a su hijo cómo jugar



Dejar que su hijo le diga o le muestre cómo jugar

Elegir usted una actividad para usted y su hijo



Dar a su hijo opción de actividades

Preguntar a su hijo acerca de su juego (por ejemplo: "¿Estás conduciendo el auto?")



Comentar sobre su juego (por ejemplo: "¡Estás conduciendo el auto!")

Comentarios críticos (por ejemplo: "Así no se juega con bloques")



Dar comentarios descriptivos positivos (Ejemplo: "¡Eres muy creativo como estás jugando con tus bloques!")

Tener un momento estresante



Disfrute el momento de compartir con su hijo sin expectativas

