|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Categoría | Comportamientos (ejemplos) | Conducta alternativa a reforzar (para los negativos) |
| Gestión de emociones | - Llorar o gritar al frustrarse (casa, escuela)  - Rabietas o pataletas frecuentes  - Ansiedad o miedo excesivo ante nuevas situaciones  - Explosiones de ira | - Respirar profundo o contar hasta 5 antes de reaccionar  - Expresar con palabras lo que siente (p. ej., “Estoy triste/enojado”)  - Pedir ayuda o consuelo (abrazar un peluche) |
| Impulsividad/Autocontrol | - Interrumpe o habla sin pensar (en clase, con amigos)  - Empuja o golpea a otros al jugar  - Corre o salta sin permiso- Se niega a esperar su turno | - Levantar la mano y esperar turno para hablar  - Utilizar una señal o gesto para indicar pausa  - Caminar tranquilamente o pedir “tiempo fuera” en lugar de actuar impulsivamente  - Reforzar actitudes de paciencia y obedecer instrucciones claras |
| Atención y tareas | - Se distrae con facilidad durante deberes o clases  - No termina actividades; abandona tareas escolares o de casa  - Olvida materiales (libros, chaqueta)  - Sueña despierto o mira alrededor en lugar de concentrarse | - Dividir tareas en pasos pequeños y reforzar cada paso completado  - Usar recordatorios visuales (lista de tareas, reloj con alarma)  - Mantener contacto visual y hacer preguntas para verificar comprensión  - Recompensar la finalización de tareas (elogios, stickers) |
| Habilidades sociales | - No comparte juguetes o materiales con compañeros  - Dificultad para respetar turnos en juegos o conversaciones  - No saluda o ignora normas sociales básicas  - Hace berrinches si no obtiene atención inmediata | - Enseñar a saludar y turnarse (p. ej. con un calendario de turnos)  - Reforzar comportamientos cooperativos (esperar turno, ayudar a otro)  - Modelar y premiar pedir permiso (“¿puedo jugar?”)  - Premiar con elogios la conducta amistosa, calmada y prosocial |
| Rutinas y organización | - Desorden en su lugar de estudio/juego (no recoge, ropa desordenada)  - Olvida rutinas diarias (cepillarse dientes, preparar mochila)  - Llega tarde por no seguir horarios  - Rechaza hábitos saludables (no quiere comer verduras/dormir temprano) | - Establecer rutinas visuales (listas de tareas, temporizadores)  - Reforzar el cumplimiento de cada paso de la rutina (e.g. armar la mochila)  - Recompensas por seguir horarios (elogios, actividades preferidas)  - Enseñar autocuidado reforzando hábitos (premiar el cepillado dental) |