

Plantilla de lección: El poder de los refuerzos positivos

Pon a prueba el poder de los refuerzos con tus hijos. Al levantarte, mete 5 piedrecitas (lentejas, conchas o cualquier objeto pequeño) en el bolsillo y durante el día ve agradeciendo, haciendo observaciones y ofreciendo elogios sinceros hasta que se terminen.

Usa esta tabla para reflexionar y poner en práctica los refuerzos positivos:

Admiro a mis hijos por...	Fortalezas que reconocen ellos	Momentos que me hicieron feliz, orgullosa y agradecida
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.
4.	4.	4.

Recuerda: Observa cómo reaccionan tus hijos ante las validaciones y refuerzos. ¡Conecta con la emoción positiva que generan para fortalecer vuestra relación!