



## ¿Qué es el tiempo fuera?

A los niños les gusta recibir atención de sus padres. Esta atención puede ser tanto positiva como negativa. La atención positiva es la que le da a su hijo cuando hace algo que a usted le gusta. La atención positiva incluye dar elogios, abrazos y chocar cinco. La atención negativa es la que le indica a su hijo que a usted no le gustó algo que hizo. La atención negativa incluye regañar, corregir y gritar.

Usted puede mejorar el comportamiento de su hijo según cómo le dé atención. Si le da a su hijo cualquier tipo de atención después de determinado comportamiento, es más probable que repita el comportamiento. El tiempo fuera funciona porque, cuando su hijo se porta mal, usted le quita su atención y otras cosas que le gustan.

## ¿Qué es el tiempo fuera?

El tiempo fuera consiste retirar a su hijo del lugar donde se produjo el mal comportamiento. Queda aislado de todas las cosas que le divierten. No recibe atención cuando está en tiempo fuera. No puede interactuar con sus padres ni con ninguna otra persona. El tiempo fuera es aburrido. El tiempo fuera funciona para cambiar comportamientos problemáticos porque, en general, a los niños no les gusta estar aburridos.

No obstante, el tiempo fuera no se debe usar para todos los malos comportamientos. Algunos comportamientos, como llorar o lloriquear, se pueden ignorar. Otros se pueden prevenir o detener con una distracción, como un juguete o una canción. Los comportamientos que no se pueden ignorar o redirigir con una distracción deben ser seguidos de una consecuencia que los detenga. Las consecuencias de demorar o retirar un privilegio y de tiempo fuera se pueden usar para detener malos comportamientos. El tiempo fuera puede ser una buena opción en los siguientes casos:

1. Su hijo hizo algo peligroso, como correr en la calle.
2. Su hijo hizo algo dañino, como lastimar a otro niño.
3. Su hijo no sigue una instrucción después de que usted le haya dado una advertencia.
4. Su hijo rompe una de las reglas de la familia.

[Haga clic aquí para obtener más información sobre las situaciones en las que la aplicación del tiempo fuera sería una buena opción.](#)

El tiempo fuera es una consecuencia útil que usted puede aplicar cuando su hijo tiene un mal comportamiento. Sin embargo, no le enseña qué debe hacer para recibir atención positiva. Darle elogios y atención a su hijo después de un buen comportamiento le enseña qué comportamientos le gustan a usted y desea que se repitan. Mientras más elogie a su hijo, menos veces tendrá que usar el tiempo fuera.

## Consejos para el tiempo fuera

- Explíquelo el tiempo fuera o demuéstrela de manera que pueda entenderlo. Mostrarle a su hijo exactamente qué debe hacer cuando lo pone en tiempo fuera puede hacer que funcione más fácilmente y probablemente que sea más eficaz. Es posible que necesite demostrárselo varias veces. Así podrá recordar todos los pasos del tiempo fuera.



- Práctiquelo con su hijo cuando los dos estén de buen humor. Luego, pídale que le repita los pasos del tiempo fuera. Esto le permitirá estar seguro de que lo entiende.
- Asegúrese también de que sepa cuáles son los comportamientos que lo ponen en tiempo fuera. Por ejemplo, cuando usted haga la lista de reglas de la familia, dígame a su hijo que el tiempo fuera será la consecuencia por romper una de las reglas.
- Dígame dónde pasará el tiempo fuera. Explíqueme las reglas y los pasos del tiempo fuera.
- Use esta consecuencia de la misma manera todas las veces. Cuando los pasos del tiempo fuera son predecibles, es más probable que esta consecuencia mejore la conducta de su hijo.
- Cuando comience a usar el tiempo fuera, concéntrese en un solo mal comportamiento que quiera detener —por ejemplo, morder—.
- El tiempo fuera debe aplicarse inmediatamente después del mal comportamiento. Cuanto más rápido lo aplique, más probable será que su hijo sepa que su comportamiento lo ocasionó. Esto reduce las probabilidades de que el comportamiento se repita.

No amenace a su hijo con el tiempo fuera. Si usted se olvida de aplicarlo, su hijo podría no creer que habla en serio sobre el tiempo fuera. Si desea usar el tiempo fuera para detener un mal comportamiento, es mejor usarlo inmediatamente después de que se produzca el mal comportamiento.

## Páginas relacionadas

[Cómo comunicarse con su hijo](#)

---

[Crear estructura y reglas](#)

---

[Dar instrucciones](#)

---

[Uso de disciplina y consecuencias](#)

---

[Uso de tiempo fuera](#)

---

[Vídeos sobre crianza](#)