



## “En el teléfono”

**Aquí hay unos consejos que le ayudarán a sus niños a aprender a respetar el tiempo en el teléfono.**

### **Haga planes con anticipación**

**Vuelva a llamar más tarde:** Evite el hacer llamadas en momentos en que es más probable que sus niños necesiten su atención (por ejemplo, antes o después de clases, a la hora de las comidas o a la hora de acostarse). Dígale a las personas que le llamen: "Yo te vuelvo a llamar más tarde".

**Mantenga cortas sus llamadas:** Haga llamadas largas cuando sus niños estén dormidos, en la escuela o cuando esté presente otro adulto que le pueda ayudar.

### **Cosas que puede intentar:**

**Busque una actividad:** Tómese el tiempo de involucrar a sus niños en una actividad antes de que usted haga su llamada. Deje unos cuantos juguetes o papel y crayolas junto al teléfono. Los niños a veces solo quieren estar cerca de usted y esto los mantendrá ocupados mientras usted esta en el teléfono.

**Mencione claramente las expectativas:** “Ahora voy a hacer una llamada telefónica. Hablaré con ustedes cuando termine. Cumpla lo que dice.”

**Use un reloj:** Cuando usted fije la alarma en el reloj, explíqueles que usted podrá hablar con ellos cuando suene la alarma. Inclusive puede hacer que los niños fijen la alarma de esta forma los niños revisarán el tiempo en el reloj y no le fastidiaran a usted.

**Interrupciones:** Cuando sus niños lo interrumpen, diga con calma: “Ahora estoy hablando en el teléfono. Hablaré contigo cuando termine. Cumpla lo que dice.”

**Elogios:** Acuérdesse de elogiar a sus niños por seguir las reglas, “ A mí realmente me gustó mucho que jugaran tranquilos mientras yo hablaba por teléfono”

### **Si todo lo demás falla...**

**Consecuencias:** Si sus niños continúan interrumpiéndole o se comportan inapropiadamente, termine su conversación y corrija el comportamiento de sus niños. Cuando se porten mal use consecuencias de acuerdo a la ofensa, por ejemplo: Jugar muy rudo- que pasen un rato solos en sus cuartos; Pelear por la televisión – apague la televisión, etc.

Para mas ‘tips’ llame a Family Help Line: 800.932.4673



1601 2<sup>nd</sup> Avenue, Suite 410 • Seattle, WA 98101  
[www.parenttrust.org](http://www.parenttrust.org)

You may reprint these tip sheets, free and without permission, provided that you include the following copyright statement: © King County Library System, Parent Trust, and Washington State PTA.