

Daily routines are one of the best ways to help a child use positive behaviors.



Adults should make a plan of daily activities, like bed time, meal times, play time, and bath time.



Following the same plan each day helps children:

Learn how to do things in order.

Feel secure when life is predictable.

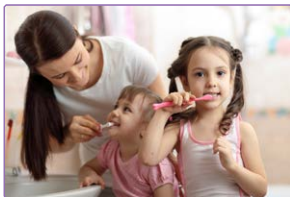
Behave better because they know what adults expect them to do.

Be less likely to whine or protest because they know what's coming.

Look forward to instead of fight routines, like a tuck into bed that includes a story and a hug.

Deal with change and have less stress.

Rutinas diarias son una de las maneras para ayudar un niño a usar comportamiento positivo.



Los adultos deben hacer un plan de actividades, como tiempo de ir a la cama, tiempos para la comida y tiempo para bañarse.

Seguir el mismo plan todos los días ayuda a los niños:

Aprender como hacer las cosas en orden.

Se siente seguro cuando la vida es impredecible.

Comportarse mejor porque saben cómo los adultos esperan que lo hagan.

Sea menos propenso a quejarse o protestar porque ellos ya saben lo que viene.

Espera con ansia en lugar de peleas rutinarias, como meterse a la cama que incluya una historia o un abrazo.

Acepte cambios y tenga menos estrés.