

Associa un gesto al comportamento che vuoi

CHE COSA FAI

Scegli un comportamento positivo di tuo figlio che vuoi incoraggiare. Scegli un'azione fisica che farai ogni volta che compare. Ogni volta che compare, falla subito.

CHE COSA GUARDI

Tre cose. Che il comportamento sia uno solo e riconoscibile: ringraziare, mettersi ai compiti senza che glielo si dica. Che l'azione sia semplice e sempre la stessa: un cinque, una mano sulla spalla, un abbraccio. E che arrivi subito, perché è la distanza fra il gesto e il comportamento a decidere se si legano o no. Verbalizza mentre lo fai, e dì per che cosa: «ti abbraccio perché sei stato responsabile a metterti sui compiti senza che te lo ricordassi». Al posto del gesto puoi usare anche una parola, un suono, una musica. Guarda poi se il comportamento torna con più frequenza: è l'unica verifica che conta.

DOVE SI INCEPPA

Il gesto diventa un premio, e allora si comincia a trattare. Qui non stai pagando un comportamento, stai segnalando che l'hai visto.

QUANDO PUOI PASSARE OLTRE

Quando il gesto ti viene automatico e non devi più ricordartelo, e il comportamento compare più spesso di quando hai iniziato.

Se ti blocchi su un esercizio, o quello che vedi non ti torna, scrivimi due righe a **ivan@ivanferrero.it**: ti rispondo io.