



THOMPSON
Strengthening Children, Families & Communities

PARENTING TOOL BELT Newsletter

NOVEMBER 2022

Establishing Effective Discipline Techniques

Do you have trouble setting boundaries and limits for your children? Or want to have your children understand the difference between right from wrong? Read below to see a popular technique caregivers/parents have used for themselves and their family. As a helpful tip, **consistency and patience is key** to achieve those long-term results.

**Before implementing a new routine, make sure to explain what will happen ahead of time to the child/children.*



1

BEFORE USING TIME OUT

- Have children understand the concept of time out before using.
- Establish Family Rules.
- Pick a time out place.
- Establish how long the time out will be.

2

HOW TO USE TIME OUT

- Give the child one warning that behavior is inappropriate, and if continues; they will have to take a time out. Make sure to follow through with that command.
- If the child resists, use minimal physical direction to ensure they go to time out. Gently take child by arm and walk them over to the area.
- Ignore all protests, promises, arguments by the child. Any attention by parent may reinforce the child's behavior.
- Tell the child how long they will be in time out. For toddlers; 3-5 mins, older children 7-10 mins. Remind child that time out does not start until he/she is quiet.
- After time out is over, redirect the child back to the activity that put them in time out to begin with. Give them a chance to redeem themselves. When you see child behaving appropriately; praise them for it.
- If you see them behaving inappropriately, repeat the time out process again.

Free or Low Cost Family Events in the Community:

• Charlotte, NC:

- [November 12th McDowell Nature Center Sunday Scavenger Hunt](#)
- [November 25th Free Friday at The Schiele Museum of Natural History & Planetarium](#)
- [November 25th Free Friday at The Schiele Museum of Natural History & Planetarium](#)

• Upstate, SC:

- [November 11th Kids Night Out at Sterling Community Center](#)
- [Saturday Family Storytime at Anderson Main Library](#)

• Tampa, FL:

- [Every Thursday Evening Art on the House at Tampa Museum of Art](#)
- [November 6th Sundays at the St. Petersburg Museum of History](#)



Contact Thompson's Family Education department about programming if you would like to learn more information for your parenting tool belt at 704-376-7180.





THOMPSON
Strengthening Children, Families & Communities

CINTURON DE HERRAMIENTAS PARA PADRES

Boletín informativo

NOVIEMBRE 2022

Como Establecer Técnicas Efectivas de Disciplina

¿Tiene problemas para establecer límites firme en sus hijos? ¿O quiere que sus hijos entiendan la diferencia entre el bien y el mal? Lea a continuación para ver una técnica popular que los cuidadores/padres han usado para ellos y sus familias. Como consejo útil, **la constancia y la paciencia son claves** para lograr esos resultados a largo plazo.



1

ANTES DE USAR EL TIEMPO FUERA

2

CÓMO USAR EL TIEMPO FUERA

- Haga que los niños entiendan el concepto de tiempo fuera antes de usarlo.
- Establecer reglas familiares
- Elija un lugar de tiempo fuera
- Establecer cuánto tiempo será el tiempo de espera
- Déle al niño una advertencia de que el comportamiento es inapropiado, y si continúa; tendrán que tomarse un tiempo fuera. Asegúrese de seguir adelante con ese comando.
- Si el niño se resiste, use mínima dirección física para asegurarse de que vaya al tiempo fuera. Suavemente tome al niño del brazo y llévelo al área.
- Ignore todas las protestas, promesas, argumentos del niño. Cualquier atención por parte de los padres puede reforzar el comportamiento del niño.
- Dígle al niño cuánto tiempo estará en tiempo fuera. Para niños pequeños; 3-5 minutos, niños mayores 7-10 minutos. Recuérdele al niño que el tiempo fuera no comienza hasta que él/ella esté tranquilo.
- Después de que termine el tiempo fuera, redirija al niño de regreso a la actividad que lo puso en tiempo fuera para empezar. Dales la oportunidad de redimirse. Cuando vea que el niño se comporta apropiadamente; alabarlos por ello.
- Si ve que se comportan de manera inapropiada, repita el proceso de tiempo de espera nuevamente

Eventos familiares gratis o de bajo costo en la comunidad:

• Charlotte, NC:

- [November 12th McDowell Nature Center Sunday Scavenger Hunt](#)
- [November 25th Free Friday at The Schiele Museum of Natural History & Planetarium](#)
- [November 25th Free Friday at The Schiele Museum of Natural History & Planetarium](#)

• Upstate, SC:

- [November 11th Kids Night Out at Sterling Community Center](#)
- [Saturday Family Storytime at Anderson Main Library](#)

• Tampa, FL:

- [Every Thursday Evening Art on the House at Tampa Museum of Art](#)
- [November 6th Sundays at the St. Petersburg Museum of History](#)



Si quiere más información para su cinturón de herramientas
contacte el departamento de educación familiar de Thompson
704-376-7180.

