

Panfletos Parte 1

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).



NOTA: Los panfletos están divididos en sección uno y sección dos.

Actividades semanales para el hogar

El juego narrado dirigido por el niño fomenta relaciones positivas



Para hacer:

- **JUEGUE** con su niña por 10 minutos dos veces por día. Entre en el foco de atención de su niña y deje que lo guíe; exprésele su alegría cuando jue-guen.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro “Juego narrado por los padres dirigido por los niños” y tráigala a la próxima sesión.
- **USE** instrucciones visuales y la pizarra con opciones de actividades con los niños con lenguaje limitado.

Para leer:



Capítulo 1, “Getting to Know Your Child” del libro *Helping Pre-school Children with Autism*

Y

Capítulo 2, “Getting in Your Child’s Spotlight with Child-Di-rected Narrated Play” del libro *Helping Preschool Children with Autism*



**¡Entre en el foco de atención de su niño
cuando jueguen juntos!**



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

Juego narrado por los padres dirigido por los niños

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba sobre dos oportunidades en las que haya jugado con su niño, lo que hicieron, y cualquier reacción o respuesta que haya notado en el mismo.

Comportamientos del juego con el padre que me gustaría incrementar:

Ejemplo: Pasar más tiempo haciendo lo que mi niña quiere, imitando sus sonidos, y siguiendo sus instrucciones.

1.

2.

Ejemplos de diálogos para las actividades entre padres e hijos

Ejemplo: Jugamos con animales de la granja. "Yo haré lo que tú hagas. ¡La vaca dice muu muu!"

1.

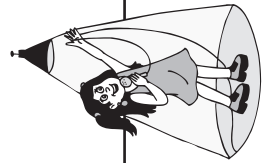
2.

Reacciones del niño

Ejemplo: Robbie imitó los sonidos de animales que yo hacía y nos turnamos para imitarnos mutuamente.

1.

2.



Destaque los logros de su niño

FOCO DE ATENCIÓN



Entre en el foco de atención de su niña al jugar

- Ubíquese con cuidado así puede estar cara a cara con su niño. Trate de que no haya mucha distancia con el mismo.
- Minimice las distracciones: apague el televisor, la computadora, los teléfonos, y evite que haya mucha gente presente.
- Deje que su niña lo guíe y jueguen a su juego favorito.
- Siga el foco de atención o el tema de su niño cuando jueguen.
- Observe y responda a las iniciativas no verbales de su niña; evite dar instrucciones, corregir, o hacer preguntas – controle su deseo de ayudar más de lo necesario.
- Describa y narre lo que está haciendo su niño con palabras simples o frases cortas y con mucho gusto (como si fuera un comentarista deportivo).
- Modele e imite las acciones, palabras y sonidos de su niña con entusiasmo y en forma entretenida; ofrezca ayuda.
- Cuando su niño deje de interactuar con usted, se lo vea sin interés, o envuelto en acciones repetitivas y obsesivas, ofrézcale otra actividad favorita para hacer con usted o cambie ligeramente la acción con una nueva idea, canción, gesto gracioso, o efectos especiales o rutinas sensoriales.
- Aliente a su niña a que lo mire al poner algún objeto deseado cerca de su cara y aguarde una respuesta. Por ejemplo: “Y ahora, ¿qué quieres que haga?”
- Cuando el niño lo mire, recompénselo con sonrisas, elogio, risa, y al darle el objeto deseado. Sea un “público entusiasta”.

Recuerde: Su niña no está tratando de excluirlo intencionalmente. Ella/Él simplemente aún no sabe cómo interactuar.



¡“Arroje luz” sobre su niño durante el juego!



FOCO DE ATENCIÓN

Ejemplo de tarjetas con sugerencias para actividades

Si los padres disponen del programa BoardMaker™ u otro similar que genere símbolos, pueden usarlo para crear sus propios tableros de actividades de acuerdo con los intereses particulares de sus niños.

Ejemplo de tarjetas con sugerencias para actividades:

<p>Amigo</p> 	<p>Tren</p> 	<p>Piezas de Construcción</p> 
<p>Pelota</p> 	<p>Burbujas</p> 	<p>Libro</p> 
<p>Respirar Profundamente</p> 	<p>Cantar Canciones</p> 	<p>Manualidades</p> 



Lista de control de la comunicación del niño (con el padre)

	No entiende / Desatiende / Mirada perdida	Mira al padre	Se queja / Se rehúsa / Tiene berrinches	Tironea al padre del brazo / Gesticula	Señala / Reacciona / Asiente con la cabeza	Usa imágenes visuales	Comparte / Ofrece cosas	Produce sonidos	Repite inmedia- tamente / Copia	Repite más tarde*	Usa 1 a 3 palabras / Señas	Oraciones completas / Señas
Quiere algo de los pa- dres (Comida, juguete, ayuda, jugar, etc.)												
Quiere seguir jugando/ leyendo/cantando con el padre												
No consigue lo que quiere												
Quiere interrumpir la actividad												
Responde a las instruc- ciones del padre que constan de un paso												
Responde a las instruc- ciones del padre que constan de varios pasos												
Responde al padre cuan- do le ofrece opciones												
Responde al saludo del padre (hola, adiós)												
Expresa sentimientos												

Razón por la cual el niño se comunica

Nombre del niño: _____
Fecha: _____

- “Repite más tarde” implica copiar expresiones comunes de la tele.



Lista de control de la comunicación del niño (con compañeros/hermanos)

Razón por la cual el niño se comunica	No entiende / Desatiende / Mirada perdida	Mira al niño	Se queja / Se rehúsa / Tiene berrinches	Tironea al niño del brazo / Gesticula	Señala / Reacciona / Asiente con la cabeza	Usa imágenes visuales	Comparte / Ofrece cosas	Produce sonidos	Repite inmediatamente / Copia	Repite más tarde*	Usa 1 a 3 palabras / Señas	Oraciones completas / Señas
Quiere algo de los compañeros (Comida, juguete, ayuda, jugar, etc.)												
Quiere seguir jugando/ leyendo/cantando con el compañero												
No consigue lo que quiere												
Quiere interrumpir la actividad												
Responde a las sugerencias de sus compañeros												
Responde a las iniciativas de sus compañeros												
Responde a los saludos de sus compañeros												
Expresa sentimientos												

Razón por la cual el niño se comunica

Nombre del niño: _____

Fecha: _____

- "Repite más tarde" implica copiar expresiones comunes de la tele.

Los padres piensan como científicos



Metas

Problemas del niño



Puntos fuertes del niño



¡En qué forma soy increíble!

La gente que me apoya:

El nivel de mi lenguaje (por ejemplo, lenguaje no verbal, lenguaje visual, 1 a 2 palabras, ecolálico, buen lenguaje):

El nivel de mi juego (por ejemplo, juego solo; ansioso o retraído; quiero iniciar el juego con otros, pero no sé cómo; inicio el juego, pero en forma inadecuada):

Mis gustos sensoriales (por ejemplo, trocas, balanceo, música, jugar con agua, bananas):

Mis desagrados sensoriales (por ejemplo, ruidos fuertes, ciertos olores):

Las metas que mis padres tienen para mí: (por ejemplo, entablar una amistad, más palabras, seguir instrucciones):

Actividades semanales para el hogar

El juego narrado dirigido por el niño fomenta el desarrollo del lenguaje



Para hacer:

- **JUEGUE** con su niña por 10 minutos dos veces al día. Sea amable, deje que su niña lo guíe y siga sus instrucciones.
- **NARRE** el juego de su niño; imite las palabras de su niño y entable interacciones recíprocas en su rutina diaria (por ejemplo, al vestirse, al comer).
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro “El juego narrado por el padre dirigido por el niño” y tráigala a su próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 2, “Getting in Your Child’s Spotlight with Child-Directed Narrated Play” del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Entre en el foco de atención de su niña al jugar juntos!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

El juego narrado dirigido por el niño

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba sobre dos oportunidades en las que haya jugado con su niño, lo que hicieron, y cualquier reacción o respuesta que haya notado.

Comportamientos del juego con el padre que me gustaría incrementar:

Ejemplo: *Pasar más tiempo describiendo las acciones de mi niño y entablando interacciones que requieran la atención de ambos.*

1.

2.

Ejemplos de diálogos para las actividades de padres y niños:

Ejemplo: *Jugamos con rompecabezas. "Veo que estás buscando atentamente esa pieza con el avión."*

1.

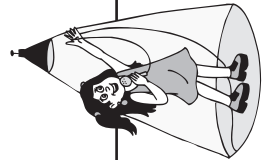
2.

Respuestas del niño:

Ejemplo: *Me parece que a Robbie le gustó que yo describiera sus acciones y cada tanto me miraba para copiar lo que yo decía.*

1.

2.



Destaque los logros de su niña

FOCO DE ATENCIÓN



El juego narrado dirigido por el niño

Los aspectos claves para promover la expresión lingüística en los niños que producen pocos sonidos o lenguaje son los siguientes:

- Tratar de establecer contacto cara a cara y llamar la atención de su niña antes de empezar a hablar.
- Usar oraciones simples y cortas para describir y narrar lo que su niño hace, ve, y experimenta; etiquetar sus acciones y objetos. Reducir las directrices y preguntas. Seguir el ejemplo de su niño.
- Hacer una pausa y esperar para darle a su niña la oportunidad de responder con un gesto, una mirada o palabra antes de empezar a hablar y narrar nuevamente.
- Imitar y repetir los sonidos, gestos, comportamientos y palabras de su niño (los efectos especiales como los sonidos de los animales y los motores ayudan a estimular la producción de sonidos).
- Tratar de entablar un intercambio verbal recíproco mientras su niña demuestre interés, reafirmando sus respuestas verbales y no-verbales.
- Si su niño sólo está hablando con una palabra, empezar por agregar una más. Simplificar, ir despacio, y establecer la repetición.
- Combinar sus palabras con gestos y canciones, e imitar las palabras y acciones de su niña.
- Narrar las actividades de su niño al jugar y al completar las rutinas diarias como a la hora de comer, de dormir, de vestirse, de lavarse los dientes, al cambiarle los pañales, y mientras están en el carro o en el autobús.

Nota: No necesita concentrarse en describir números, letras y colores con los niños que recién están empezando a hablar. Estos podrán describirse una vez que su niña pueda nombrar algunos objetos e interacciones básicas.



¡Entre en el foco de atención de su niño!



Lista de control del “Comentario descriptivo”

El comentario descriptivo es una forma poderosa de fortalecer las habilidades lingüísticas del niño. A continuación, encontrará algunos ejemplos de acciones, objetos, preposiciones, o sonidos sobre los que puede comentar cuando interactúa con un niño en el espectro del autismo. Ajuste la cantidad de palabras y la complejidad de su vocabulario de acuerdo con la regla del “uno más”. Combine gestos físicos con lenguaje animado. Recuerde utilizar un lenguaje simple, ir despacio, y establecer la repetición. Escriba las comunicaciones verbales y no-verbales que utilizará para alcanzar su objetivo.

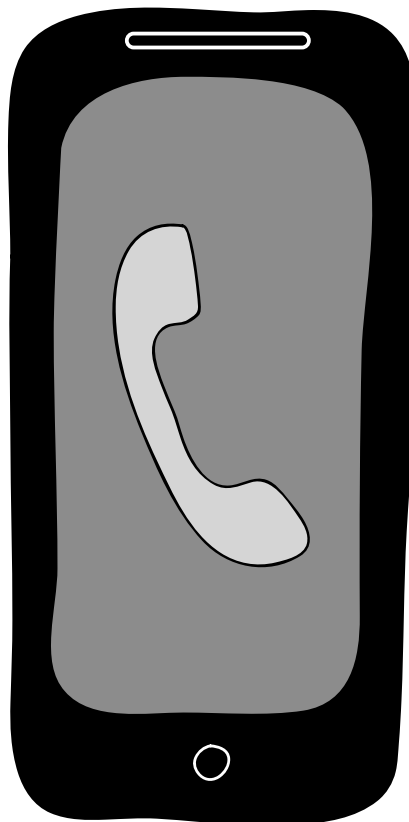
Acciones		Objetivos
<input type="checkbox"/> camina <input type="checkbox"/> corre <input type="checkbox"/> termina <input type="checkbox"/> se sienta <input type="checkbox"/> se detiene <input type="checkbox"/> se para <input type="checkbox"/> espera	<input type="checkbox"/> se lava las manos <input type="checkbox"/> dice adios <input type="checkbox"/> dice hola <input type="checkbox"/> descansa <input type="checkbox"/> está tranquilo <input type="checkbox"/> se quita/pone zapatos <input type="checkbox"/> se turna	
Objetos		
<input type="checkbox"/> libros <input type="checkbox"/> animales, marionetas, o muñecos de peluche <input type="checkbox"/> juguetes de transporte (triciclo, troca, bote) <input type="checkbox"/> materiales para manualidades (crayones, plastilina) <input type="checkbox"/> comidas y bebidas, cubiertos <input type="checkbox"/> partes del cuerpo (oreja, nariz, brazo)		
Preposiciones		
<input type="checkbox"/> arriba <input type="checkbox"/> abajo <input type="checkbox"/> adentro <input type="checkbox"/> encima	<input type="checkbox"/> detrás <input type="checkbox"/> en frente de <input type="checkbox"/> al lado <input type="checkbox"/> debajo de	
Sonidos		
<input type="checkbox"/> fuerte <input type="checkbox"/> suave <input type="checkbox"/> gracioso <input type="checkbox"/> fíum <input type="checkbox"/> zoom	<input type="checkbox"/> pum <input type="checkbox"/> tin tin <input type="checkbox"/> chu chu <input type="checkbox"/> sonidos de animales <input type="checkbox"/> letras	

Llame a un compañero

De ahora en más y hasta la semana final del curso para padres, le pediremos que llame a otra persona del grupo. Usted tendrá el mismo compañero por varias semanas. El objetivo de estas llamadas es el de compartir ideas y consejos sobre las actividades hogareñas, tales como cómo le fue en uno de los juegos, cómo organizó el sistema de recompensas, qué recompensas usó, o consecuencias que le resultaron efectivas para lidiar con algún comportamiento problemático en particular.

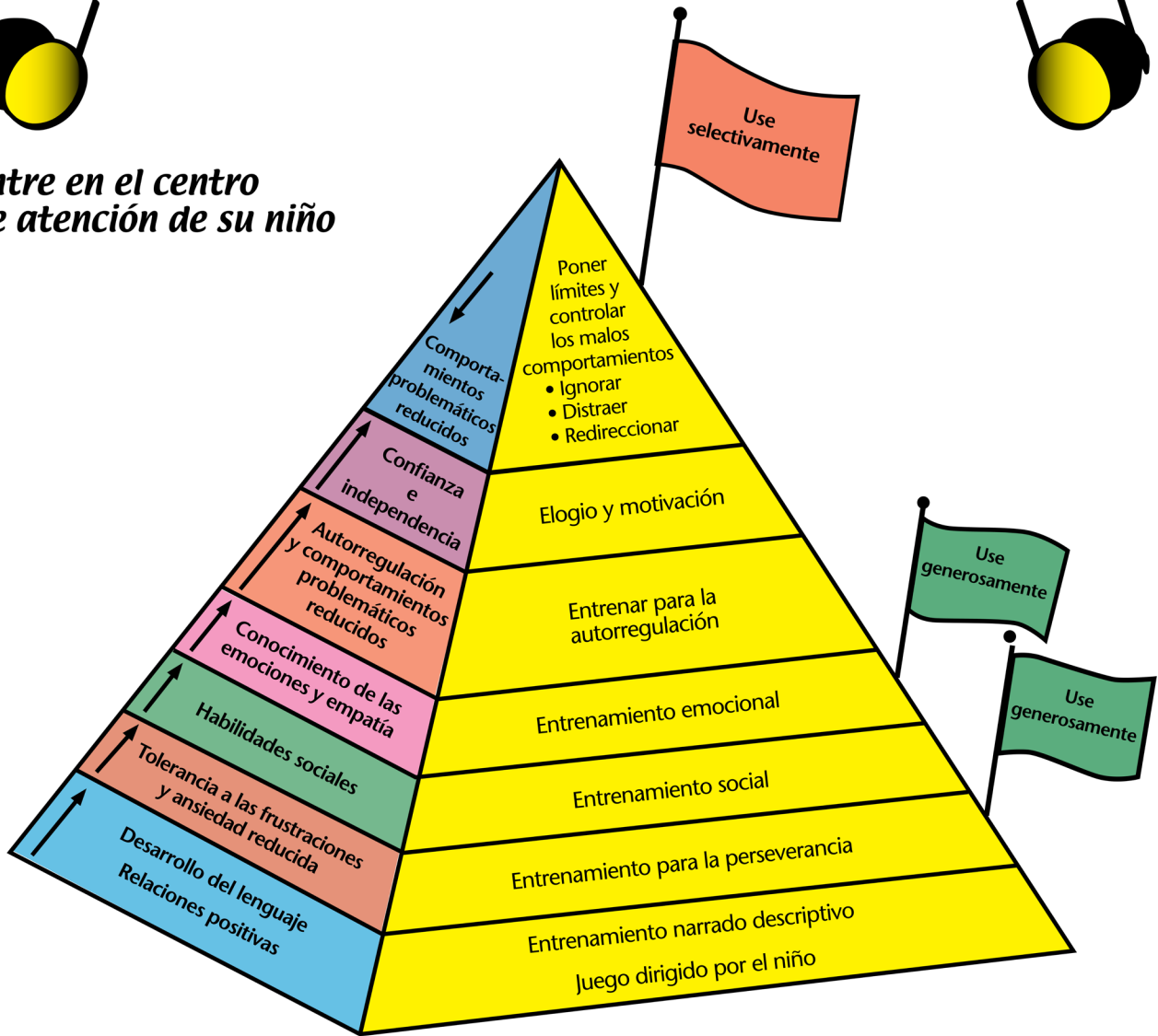
Estas llamadas no necesitan durar más de 5 o 10 minutos y pueden programarse cuando a usted y a su compañero les convenga.

¡El compartir entre padres, no sólo provee un banco abundante de soluciones creativas, sino que también ofrece apoyo mutuo!





Entre en el centro de atención de su niño



La pirámide del programa sobre el autismo



Panfletos Parte Dos

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).

Actividades semanales para el hogar

El entrenamiento pre-académico y de persistencia fomenta el desarrollo lingüístico y la preparación escolar de la niña



Para hacer:

- **JUEGUE** con su niño dos veces al día, dejando que el niño lo guíe y usando el comentario descriptivo, el entrenamiento pre-académico y de persistencia. Manténgase en el foco de atención de su niño usando gestos, repeticiones e indicaciones visuales y físicas cuando sea necesario.
- **LEA** con su niña usando habilidades interactivas de lectura cara a cara.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro “El entrenamiento pre-académico y de persistencia” y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 3, “Descriptive Commenting and Coaching Promotes Language Development” del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡“Arroje luz” sobre el desarrollo lingüístico y la preparación escolar de su niño!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

El entrenamiento pre-académico y de persistencia

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba dos ejemplos de declaraciones de entrenamiento pre-académico o de persistencia que haya hecho y cuál fue la reacción de su niño.



Reacción del niño:

Ejemplo: Robbie imitó los nombres de los colores.

1.

2.

Ejemplos de diálogos para las actividades de padres y niños:

Ejemplo, Padre: "Estás trabajando con dedicación y estás bien concentrado en los duplos rojos y largos. Acá hay uno rojo cuadrado que encuentre."

1.

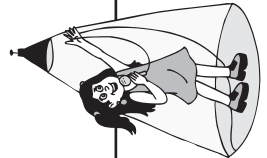
2.

Comportamientos del juego con el padre que me gustaría incrementar:

Ejemplo: Describir las acciones de mi niño, con lo que está jugando, y ser sensible a sus intereses para que tengamos una atención compartida.

1.

2.



Destaque los logros de su niña

FOCO DE ATENCIÓN



Entrenar la preparación de los niños para la lectura

- Lea en un momento de tranquilidad cuando se sienta relajado y cómodo. Apague el televisor y la música para evitar la sobreestimulación.
- Lea por unos pocos minutos todos los días cuando note que su niña está tranquila y alerta.
- En la medida de lo posible, siente a su niño en frente suyo para la lectura; de esta forma tendrá contacto cara a cara.
- Adapte la lectura al nivel de comunicación de su niña.
- Use gestos físicos de manos, apuntar, lenguaje de señas, y sonidos animales cuando miren imágenes.
- Responda inmediatamente a las verbalizaciones o gestos de su niño.
- Aliente e imite el uso de palabras de su niña.
- Vuelva a leer varias veces los libros que le gustan a su niño. Lea lentamente. Lea animadamente.
- Elogie y reaccione positivamente (¡Muy bien!).
- Deslice su dedo por debajo de las palabras y las letras en la página y demuestre el movimiento de izquierda a derecha. Guíe el dedo de su niña por debajo de las palabras que lee para llamar su atención.
- Aliente a su niño a que pase las páginas y elija un libro que le interese a él. Deje que el niño complete los espacios en blanco.
- Elija libros interactivos con solapas, botones para apretar, texturas, tramas simples y rutinas diarias.
- Cree libros para su niña con fotos e imágenes de revistas.
- Termine la lectura repitiendo la señal de “y colorín colorado, este cuento se ha terminado”.



¡Entre en el foco de atención de su niña!



FOCO DE ATENCIÓN

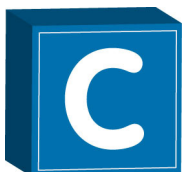


Pasos para leerles con más cuidado a sus infantes con autismo y retrasos en el lenguaje



La lectura con más cuidado implica ofrecerles a los niños con autismo y retrasos lingüísticos más oportunidades para que desarrollen su lenguaje, más atención compartida e interacciones sociales. Para empezar, cuidadosamente, elija un libro con su niña. Que este libro trate algún tema que le interese emocionalmente a su niña. Puede sacarlo de su "lista de gustos".

Por ejemplo, si a su niña le gustan los aviones, los trenes, cocinar, o algún animal en particular, elija algún libro que trate algunos de estos temas. Esto lo ayudará a entrar en el foco de atención de su niña. Elija libros con imágenes, pocas palabras y con actividades sensoriales. En la medida de lo posible, que estos tengan solapas y objetos ocultos que le permitan a la niña abrir y cerrar las solapas, tocar texturas diferentes y que le provea diferentes olores.



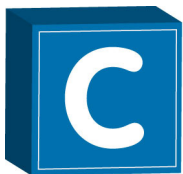
Observe y comente estratégicamente de acuerdo con el nivel lingüístico de su hijo. La cantidad de comentarios que usted haga dependerá del cuidado extra que ponga primero en entender la habilidad lingüística receptiva y expresiva de su niño.

Para un niño sin lenguaje, empiece haciendo sonidos apropiados que coincidan con las imágenes de animales, trenes, o pajaritos en el libro y luego imite los intentos de su niño de copiar estos sonidos o gestos. Nombre los objetos cuando haga los sonidos y, cuando pueda, también incluya el objeto mismo que coincide con la imagen del libro. Por ejemplo, tenga un tren o animal de juguete mientras lee el libro en cuestión. Lea lentamente y repita una o dos palabras haciendo señales con sus manos, gesticulando, apuntando, haciendo sonidos graciosos, y con un tono entretenido. Lea el libro de tal manera que su niño pueda ver su cara y sus emociones.

Para una niña con un poco más de vocabulario, usted puede incrementar su vocabulario usando la regla del "uno más", es decir, si su niña usa oraciones de dos o tres palabras, usted puede agregar una palabra más. Por ejemplo, si su niña dice: "los osos polares gruñen", describa el animal diciendo "un oso polar enorme que gruñe como..." y acompañe esto con un gesto para demostrar la palabra enorme. Al principio use palabras de objetos, sentimientos y acciones y luego siga con palabras pre-académicas de colores, formas, números y letras. Continúe usando gestos, sonidos, canciones y rimas para mantenerse en el foco de atención de su niña.

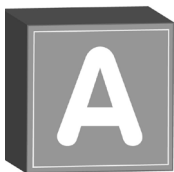
Los niños pierden interés si su lenguaje verbal es muy avanzado y si va demasiado rápido. Recuerde que la idea es alentar la atención conjunta y demostrarle a su niño que usted le está prestando atención a sus intereses y que está haciendo un esfuerzo por mantener la comunicación. Intente usar oraciones parciales, dándole a su niño una parte de una oración o palabra que usted haya utilizado antes para ver si puede completarla. Por ejemplo, “es un oso polar...” y vea si su niño puede completar con la palabra “enorme”.

Para un niño con más vocabulario y oraciones y que entiende palabras para objetos y acciones, agregue descripciones de colores, formas, posiciones, números, letras y pase su dedo debajo de las líneas de las palabras que le lee. Comience por modelar una oración entera, y después de que su niño le copie, pruebe hacerle declaraciones parciales dándole dos o tres palabras y dejando que él o ella complete la oración. Use una marioneta o algún personaje sensorial especial que le guste a su niño, y haga que la marioneta describa las imágenes modelando y sugiriendo para realzar las respuestas del niño.



Modere la cantidad de comentarios que hace, evite las preguntas abiertas, y repita a menudo. Hacerles preguntas a los niños con retrasos lingüísticos receptivos y expresivos durante la lectura puede intimidarlos y hacer que se retraigan, que se pongan ansiosos y que se sientan confundidos, porque la niña no entiende y es posible que piense que usted no la comprende. En su lugar, piense estratégicamente cuáles son las palabras que usted quiere alentar, dele tiempo a la niña para que responda (verbalmente o no) y luego imite su respuesta. Esto le demostrará a su niña que usted está interesado en ella. Si su niña repite los sonidos, gestos o palabras que usted hace o dice, imítelos nuevamente, así su niña ve cómo su respuesta afecta la de su padre. Asegúrese de sonreír y de tener contacto visual cuando lo haga.

Responda y escuche con interés. Espere y haga pausas antes de hablar nuevamente así su niña tiene tiempo para responder. Cuando su niña responda con una sonrisa, un gesto, sonido, o palabras, respóndale con entusiasmo a estas respuestas en forma verbal o no verbal, ya sea que la respuesta de su niña tenga sentido o no. ¡Siempre actúe como si entendiera lo que le dice! Imite los gestos, sonidos y palabras de su niña. El objetivo no sólo es alentar al interés de su niña por los libros y entrar en su foco de atención, sino que también, establecer una atención conjunta e interacciones positivas.



Agregue a lo que dice su niño. Para un niño no verbal, usted puede hacerle señales con sus manos para modelar la acción, o usar el objeto actual que está nombrando, o puede usar uno de los gustos de su niño (canción, toque u objeto favorito) para hacer más entretenida la lectura en conjunto. Para los niños con algunas palabras, use la regla del “uno más” y agregue una palabra más. Para combinar interacciones sociales con la lectura, léales a dos niños a la vez y aliente el lenguaje en los dos niños. Ocasionalmente, sorpréndalos al hacer algo inesperado o una variación de la historia como por ejemplo usando alguna palabra diferente y divertida, o al nombrar incorrectamente el objeto o sentimiento y luego corregirse. “¡Uy, me equivoqué!” Haga juegos con los libros al cubrir la imagen con papelitos adhesivos y hacerles adivinar a los niños qué hay debajo del papel, o qué hay en la próxima página. Cante una canción usando la palabra que quiere alentar. Termine la lectura con la rutina del “¡Colorín colorado, este cuento se ha terminado!” y alguna señal con sus manos.

RECUERDE QUE LEER CON SU NIÑO CON MÁS CUIDADO IMPLICA:

- **Hacer que la lectura sea entretenida y simple usando el principio del “uno más”** para decidir cuánto vocabulario usar al leer.
- **Ser amable y evitar dar órdenes o criticar** al leer con su niña.
- **Permitir que su niño vuelva a leer las mismas historias tantas veces como quiera.** Esta es una técnica de prelectura que conduce al dominio y a sentirse seguro de uno mismo. Una vez su niño haya aprendido la historia, usted podrá agregarle oraciones parciales para ver si su niño las completa.
- **Reducir la velocidad** y establecer la repetición con un tono entusiasta.
- **Leer** de tal manera que su niña pueda verle la cara y sus expresiones.
- **De vez en cuando, cantar** durante la lectura.
- **Usar las manos, gestos, sonidos y objetos** para ayudar a que su niño comprenda.
- **Asegurarse de que haya reciprocidad** en la lectura y de que usted no esté simplemente leyendo sin requerir alguna respuesta o conexión con su niña antes de seguir leyendo.



FOCO DE ATENCIÓN

El entrenamiento pre-académico fomenta la habilidad lingüística en los niños

- Preste atención a lo que le llama la atención a su niño y hable sobre eso.
- Describa los objetos, las formas, los números, las letras y los colores de las cosas con las que juega su niña; evite hacer preguntas.
- Escuche a su niño e imítelo o copie sus sonidos y/o palabras.
- Hable sobre la posición de los objetos (por ejemplo, adentro, debajo, al lado, detrás).
- Describa las acciones, las partes del cuerpo y la ropa de su niña.
- Aliente a su niño a que se comunique al modelar palabras para que él/ella copie.
- Use palabras nuevas y más complejas para expandir el vocabulario de su niña, aunque usted sepa que al principio ella no las entenderá.
- Cante y enséñele a su niño movimientos corporales que vayan con las palabras.
- Descríbale sus propias acciones (por ejemplo, "ahora estoy doblando tres camisas y dos pares de calcetines").
- Describa las acciones de su niño en momentos regulares del día, como cuando está vistiéndose, cuando está comiendo, o cuando está alistándose para irse a dormir.
- Combine objetos reales con palabras e imágenes.



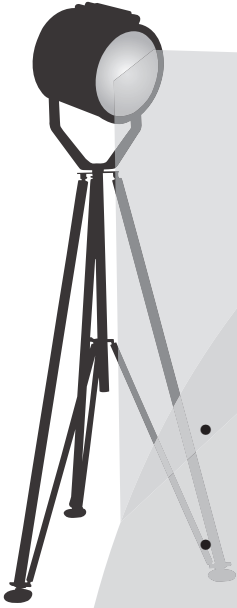
"El bloque azul está al lado del cuadrado amarillo y el triángulo morado está encima del rectángulo rojo largo".

"Estás poniéndote el pulóver azul encima de la camiseta blanca. Así vas a estar más calentita".



¡Entre en el foco de atención de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN



El entrenamiento de persistencia fomenta la preparación de los niños para las habilidades escolares

- Entrene con comentarios cuando su niño esté trabajando arduamente, concentrándose, cuando esté en calma o cuando sea paciente al hacer algún tipo de actividad.
- Describa cómo su niña persiste con una actividad frustrante intentando nuevamente, perseverando, pensando en nuevas formas de hacer las cosas, manteniendo su concentración.
- Escuche atentamente y trate de comprender cuando su niño le hable sobre lo que piensa, sus ideas y sus descubrimientos.
- Comente y elogie a su niña por escucharlo a usted o a algún otro compañerito o hermanito.
- Aliente a su niño a que descubra, a que explore y a que experimente, y apóyelo cuando se equivoque.
- Trate de no ayudar demasiado; aliente las respuestas verbales y no verbales de su niña hacia otros niños o adultos.



"Estás concentrada en armar ese rompecabezas y pensando en dónde va cada pieza. ¡Qué concentrada que estás!"

"Aprendiste a ponerte los zapatos tú solito."

"Eres tan paciente y sigues intentando usar la cuchara."

"Estás en calma mientras le preguntas nuevamente si te presta la troca."



¡Entre en el foco de atención de su niño!



Lista de control de los “Entrenamientos pre-académico y de persistencia”

Los entrenamientos pre-académico y de persistencia son formas poderosas de fortalecer las habilidades de preparación escolar de su niña. Esta es una lista de conceptos académicos y comportamientos sobre los cuales puede hacer comentarios cuando juega con su niña. Limite la cantidad de palabras y su complejidad de acuerdo con el desarrollo lingüístico de su niña. Combine gestos físicos con lenguaje animado. Recuerde usar un vocabulario simple, reducir la velocidad, y establecer la repetición. Escriba la forma en que encarará la comunicación verbal y no verbal para alcanzar sus metas.

<i>Conceptos académicos</i>	<i>Metas</i>
<input type="checkbox"/> colores <input type="checkbox"/> contar números <input type="checkbox"/> formas <input type="checkbox"/> letras <input type="checkbox"/> tamaños (largo, corto, alto, más pequeño que, más grande que, etc) <input type="checkbox"/> posiciones (arriba, abajo, al lado, encima, detrás, etc)	
<i>Habilidades de persistencia (Prescolares)</i>	
<input type="checkbox"/> trabajar arduamente <input type="checkbox"/> concentrarse <input type="checkbox"/> persistencia, paciencia <input type="checkbox"/> seguir las instrucciones de la maestra <input type="checkbox"/> resolver problemas <input type="checkbox"/> intentar nuevamente <input type="checkbox"/> leer <input type="checkbox"/> pensar <input type="checkbox"/> escuchar <input type="checkbox"/> trabajar mejor <input type="checkbox"/> independencia	

Panfletos Parte Tres

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).



NOTA: Los panfletos están divididos en la sección cinco y la seis.

Actividades semanales para el hogar

El entrenamiento social fomenta el compañerismo



Para hacer:

- **JUEGUE** con su niño utilizando el entrenamiento social y el de persistencia.
- **USE** el entrenamiento social en otras circunstancias, como, por ejemplo, en la tienda, en la plaza, a la hora de comer o a la hora de bañarse.
- **USE** tarjetas para seleccionar canciones, juegos, marionetas, el juego de roles, y los libros para fomentar interacciones sociales.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro "El entrenamiento social" y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 4, "Turning Up the Spotlight on Your Child's Social Skills" del libro *Helping Preschool Children with Autism*



*¡Cuando jueguen juntos,
entre en el foco de atención de su niña!*



Panfleto

HOJA DE REGISTRO El entrenamiento social

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba sobre dos oportunidades en las que haya jugado con su niño, en qué forma entrenó socialmente y cuál fue la reacción de su niño.

Comportamientos sociales del niño que quiero describir:

Ejemplo: *El niño mira al adulto o al otro niño cuando se comunica o comparte algo.*

1.

2.

Reacción del niño



Ejemplo: *Robbie sonrió.*

1.

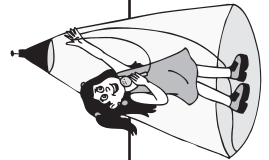
2.

Actividades de padres y niños y diálogos sociales:

Ejemplo: *"Me estás mirando y eso me da mucho gusto."*

1.

2.



¡Destaque los logros de su niña!

Nombre del niño: _____
 Fecha: _____



Escriba sobre dos casos en los que haya establecido una oportunidad de aprender el alfabeto para que su niña practique algún comportamiento en particular.

Situación/Actividad	Antecedente (A) ¿Qué pasó primero?	Comportamiento (B) El comportamiento de la niña	Consecuencia (C) ¿Cómo respondió usted?
<p><i>Ejemplo:</i> Juego antes de la cena</p>	<p>Padre: Le muestra el globo a su niña y lo sostiene al lado de su cara para establecer contacto visual. Sugerencias: Puedes decir: "Por favor globo."</p>	<p>Niña: "Por favor globo." (enseñar comportamientos para solicitar algo verbalmente)</p>	<p>Padre: "Decir 'por favor, me prestas el globo' es muy amable", y le pasa el globo a la niña.</p>

FOCO DE ATENCIÓN



Entrenamiento social cara a cara entre padres e hijos

- Cuando jueguen, modele habilidades sociales para su niño, por ejemplo, ofrecer compartir, esperar, turnarse, pedir ayuda, apuntar o gesticular, sonreír, mirar a los ojos y elogiar.
- Aliente a su niña a que pida ayuda, a turnarse, a compartir algo o a aceptar la solicitud de un amigo, y luego elógielo por hacerlo. Si no le hace caso, no se preocupe.
- Elogie a su niño con entusiasmo cada vez que ofrezca compartir (verbal o no verbalmente), ayude, responda a una solicitud, o mire a los ojos.
- Participe en el juego de roles con su niña usando muñecas, figuras de acción, o marionetas para modelar habilidades como pedir jugar, ofrecer ayuda, turnarse, elogiar, calmarse respirando profundamente y esperar.
- Modele y aliente sugiriéndole a su niño que use las palabras correctas. Por ejemplo: "Puedes decir: 'Quiero la troca, por favor.'"



Ejemplo de sugerencias del padre:

"Voy a ser tu amigo y compartir esto contigo."

"¿Me ayudas a encontrar el azul?"

"Eres buen amigo. Gracias por ayudarme."



¡Entre en el foco de atención de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN



El uso de rutinas sensoriales físicas entretenidas para alentar interacciones sociales

Las rutinas físico-sensoriales cara a cara pueden motivar a su niña a que interactúe, se ría, y se divierta con usted por períodos cada vez más largos. Es decir, usted habrá optimizado los niveles de energía de su niña y aumentado las oportunidades para un aprendizaje social más durable. Aquí tiene algunos consejos para aumentar el factor entretenimiento con su niña.

Cuando su niño está retraído, desinteresado, indiferente o aburrido, aumente su energía y su motivación de la siguiente manera:

- Exagere sus respuestas y gestos de diversión con sonrisas amplias, risas, caras graciosas, cosquillas, sonidos chistosos y voces más fuertes con más emoción: dirija la atención hacia su cara.
- Jueguen juegos como el cucú, nombrar el objeto escondido, palmitas, juegos de dedos, o construyan un fuerte en la sala.
- Determine cuál es la canción rítmica o juego físico favorito de su niña como el "Arroz con leche", "Un elefante se balanceaba", jugar a las escondidas o hacer algún alboroto. Use tarjetas de selección de canciones para ayudar a su niña a elegir las.
- Cada tanto, sorprenda a su niño con alguna variación de la rutina con sonidos, versos o pasos nuevos.
- Pause o congele la rutina sensorial a menudo para hacer que su niña le diga qué es lo que quiere hacer a continuación.
- Una vez que reciba una señal (verbal o no), continúe jugando y luego haga otra pausa y espere otra señal.
- Asegúrese de que haya una comunicación recíproca a lo largo del juego y de no estar simplemente entreteniendo a su niño/a sin esperar que él/ella esté atento y respondiéndole.



¡Entre en el foco de atención de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN



El uso de rutinas físico-sensoriales entretenidas para alentar interacciones sociales

Evite que su niña se excite de más de la siguiente manera:

- Préstele atención al nivel de excitación de su niña.
- Tan pronto como note que su niña se está excitando demasiado, empiece a jugar más delicada, sosegada, y tranquilamente.
- Cante canciones más suaves que calmen a su niño.
- Detenga el juego y respiren profundamente o usen imágenes positivas.
- Redirija el juego antes de que su niña se desconecte o descontrolé.
- Una vez su niño se haya calmado, no dude en aumentar su entusiasmo y optimizar el nivel de energía de su niño nuevamente.



¡Entre en el foco de atención de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN



Conéctese con su niño por medio de la música

Muchos niños en el espectro del autismo responden mucho mejor a la música, aun cuando no reaccionen al sonido regular de su voz. Las canciones pueden ser la primera forma en que su niño empiece a usar palabras, a prestarle atención y a interactuar con usted. Aquí tiene algunos consejos para usar la música y las canciones para enseñarle a su niño a comunicarse.

- Cante las canciones despacio y repita frecuentemente.
- Combine las palabras de su canción con gestos, movimientos grandes, y otros estímulos sensoriales como hamacarse, saltar o aplaudir.
- Elija canciones cortas con algunas palabras conocidas que se repitan constantemente. Por ejemplo, cante “a remar, a remar marinero” mientras hace como que rema.
- Cante cara a cara.
- Ajuste la cantidad de palabras y acciones de la canción al nivel de comunicación de su niña.
- Pause las canciones y ofrézcale a su niño la oportunidad de decir las palabras o completar las acciones.
- Invente canciones que contengan el nombre de su niña y de otros familiares.
- Use tarjetas con imágenes representando las canciones, así su niño puede elegir qué canción quiere cantar.
- Cuando canten, usen instrumentos y accesorios como tambores, panderetas o harmónicas de juguete.
- Incorpore el juego de roles en las canciones. Por ejemplo, haciendo que canten las marionetas.
- Recuerde decir “y colorín colorado” cuando ya no vayan a cantar más.
- Tenga a mano algunas canciones como: Las ruedas del autobús, Si estás feliz y lo sabes, La vaca Lola, Veo veo, A mi burro, Un elefante se balanceaba.



¡Entre en el foco de atención de su niña!




FOCO DE ATENCIÓN

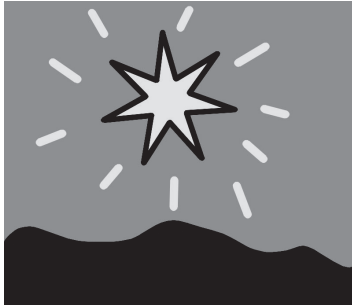
Ejemplos de tarjetas de selección de canciones


Si los padres disponen del programa BoardMaker™ u otro similar para generar símbolos, pueden usarlo para crear sus propias tarjetas de selección de canciones de acuerdo con las canciones favoritas del niño.

Ejemplo del frente y el reverso de las tarjetas de canciones:




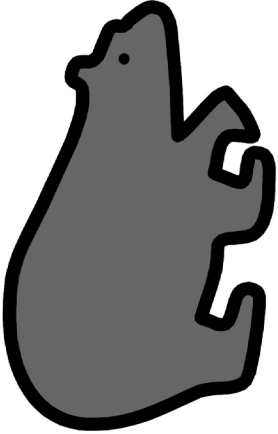
**Brilla brilla
estrellita**






**Estrellita dónde estás,
Me pregunto qué serás,
Esta noche allí estarás,
Cual diamante brillarás.**


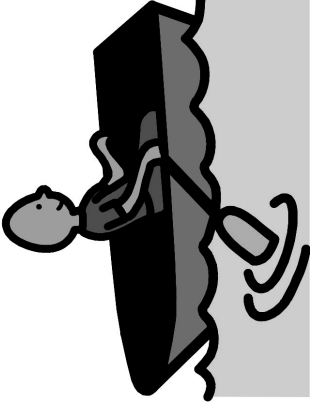
**Vamos a cazar
un oso**



**Vamos a cazar un oso,
Un oso grande y peligroso.
¿Quién le teme al oso? ¡Nadie!
¡Aquí no hay ningún miedoso!**




**Rema
tu bote**



**(Sentados cara a cara en el piso agarre las manos
de su niño y balancéense para atrás y para adelan-
te)**

**Rema, rema, rema tu bote
Suave por el río.
Sonríe, sonríe, sonríe, sonríe,
La vida es muy bonita.**





“Entrenamiento para habilidades sociales”

Describir, modelar, incitar y elogiar los comportamientos amables de los niños es una forma muy poderosa de fortalecer las habilidades sociales de los mismos. Las habilidades sociales son el primer paso para entablar amistades estrechas. Esta es una lista de habilidades sociales que usted puede modelar y sobre la cual puede comentar cuando juega con su niño o cuando su niño juega con otros. Cuando esté entrenando socialmente, combine las imágenes de instrucciones con gestos físicos y reduzca la cantidad de palabras de acuerdo con el nivel de comunicación del niño. Use esta lista de control para abordar las habilidades en las que quiere concentrarse y escribir la comunicación verbal y no verbal que va a utilizar.

Habilidades sociales/amigables	Metas
<ul style="list-style-type: none"> ___ ayudar ___ compartir ___ trabajar en equipo ___ usar un tono amigable (tranquilo, cortés) ___ hacer contacto visual ___ escuchar al amigo ___ turnarse ___ pedir ___ intercambiar ___ esperar ___ aceptar la sugerencia de un amigo ___ gesticular (por ejemplo: apuntar) ___ sonreírle a un amigo ___ tocar suavemente, gentilmente ___ hacer un gesto para pedirle algo a un amigo ___ cooperar ___ incluir a otros en el juego 	

Sugerencia

- “Tu amigo quiere un bloque. ¿Se lo das?” (Elogie a la niña si trata de ayudar, apunte al bloque amarillo y póngalo en la mano de la niña para dárselo al amigo)
- “Uy. Le puedes decir ‘lo siento’ a tu amigo.”

Modelar comportamientos amigables

- Los padres y los maestros pueden modelar preguntar, esperar, turnarse, ayudar, y elogiar, así los niños aprenden a identificar estas habilidades sociales. Por ejemplo, “Yo soy tu amigo (póngase la mano en el pecho) y comparto mi bloque contigo”. (Dele el bloque al niño y muéstrelle la tarjeta de “Compartir”)

Quando los padres alientan la competencia emocional y social en los pequeños

El entrenamiento social de padre-hijo: Nivel 1 de desarrollo del niño

Juego entre padres e hijos: Los padres pueden utilizar el entrenamiento social en interacciones de par a par con sus niños para ayudarles a aprender las habilidades sociales y el lenguaje emocional antes de que comiencen a jugar con sus amiguitos. Una parte importante del aprendizaje de su niño ocurrirá al modelarle y hacerle comentarios descriptivos, lo que mejorará las habilidades lingüísticas de su niño y lo ayudará a reconocer y a aprender habilidades sociales.

Habilidades sociales y amigables	Ejemplos
<p>El padre modela:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Compartir ❖ Ofrecer ayuda ❖ Esperar ❖ Sugerir ❖ Elogiar ❖ De-comportamiento-a-sentimiento 	<p>"Voy a ser tu amigo y compartir mi carro contigo".</p> <p>"Si quieres, puedo ayudarte con eso sosteniendo la base mientras tú pones otro encima".</p> <p>"Puedo usar mis músculos de aguardar, mientras espero que tu termines de usarlo".</p> <p>"¿Podemos construir algo juntos?"</p> <p>"Eres muy inteligente. Has encontrado la forma de armar eso".</p> <p>"Has compartido conmigo. Eres muy amable y eso me hace sentir muy feliz".</p> <p>"Me ayudaste a averiguar cómo hacer eso. Estoy orgullosa de que me lo hayas podido mostrar".</p>
<p>El padre sugiere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Diálogo interno ❖ Pedir ayuda <p>La respuesta del padre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Elogie a su niña cuando comparta con usted o la ayude ❖ Ignore o modele aceptación cuando su niña NO comparte o ayuda 	<p>"Mmm, cómo me gustaría poder encontrar otra pieza que entre ahí".</p> <p>"Mmm, no estoy segura de poder armar esto".</p> <p>"¿Me ayudas a encontrar otra pieza redonda?"</p> <p>"¿Compartirías uno de tus carros conmigo?"</p> <p>"Eso me ayudó mucho. Eres muy atento por haber compartido conmigo".</p> <p>A continuación, use el comentario descriptivo.</p> <p>"Puedo seguir buscando esa pieza redonda". (modele persistencia)</p> <p>"Puedo esperar a que termines de jugar con los carros". (modele esperar)</p> <p>"Sé que cuesta dejar ese carro, entonces voy a esperar a jugar con él."</p>
<p>La marioneta o la figura de acción modela:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Empezar a jugar ❖ Ser socialmente amigable ❖ Ignorar la agresión 	<p>"¿Me dejas jugar contigo?"</p> <p>"Eso se ve bien chido. ¿Me dejas hacerlo contigo?"</p> <p>"Soy amigable. Me gustaría jugar contigo".</p> <p>"Quiero jugar con alguien amigable. Creo que voy a buscar a alguien que quiera jugar conmigo".</p>

Cuando los padres fomentan la competencia emocional y social en los pequeños



**El entrenamiento social de padre-hijo:
Nivel 2 de desarrollo del niño**

Los niños juegan paralelamente: Los niños pequeños empiezan a jugar con otros niños sentados uno al lado del otro y jugando en forma paralela. Al principio, ellos no entablan relaciones con otros niños o siquiera notan que estén presentes. Quizás no hablen con ellos, ni les ofrezcan ideas o interactúen con ellos en forma alguna. Los padres pueden ayudar a alentar el juego entre compañeros al incitar a sus niños a que usen sus habilidades sociales o a que presten atención a las actividades y estados de ánimo de sus amigos. Es importante preparar a los niños con las palabras necesarias para interactuar, o modelar comportamientos sociales, ya que los niños quizás aún no tengan esas habilidades incorporadas en su repertorio.

Habilidades sociales y amigables	Ejemplos
<p>El padre entrena:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Pedir lo que uno quiere ❖ Pedir ayuda ❖ Pedirle a un amigo que espere 	<p>“Le puedes pedir a tu amigo lo que tú quieres diciéndole: ‘Por favor, ¿me pasas el crayón?’”</p> <p>“Puedes pedirle ayuda a tu amigo diciéndole: ¿Me ayudas, por favor?””</p> <p>“Puedes decirle a tu amigo que no estás listo para compartir todavía.”</p> <p>Si su niña responde a sus sugerencias usando sus palabras para repetir lo que usted le dijo, elogie esta amable solicitud o amigable ayuda.</p>
<p>El padre sugiere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Notar a otro niño ❖ Entablar interacciones con otro niño ❖ Elogiar a otro niño <p>El padre elogia:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ De-comportamiento-a-sentimiento ❖ Jugar juntos 	<p>“¡Vaya! Mira la torre enorme que está construyendo tu amigo”. “Los dos están usando marcadores verdes.”</p> <p>“Tu amigo necesita piezas verdes pequeñas. ¿Lo ayudas a buscarlas?”</p> <p>“Tu amigo no tiene ningún carro y tú tienes ocho. Se lo ve muy triste. ¿Podrías compartir uno de tus carros con él?”</p> <p>“¡Guau! Puedes decirle a tu amigo que su torre está bien bonita”. Si su niña repite lo que usted dijo, puede elogiarla por haber dado un cumplido. Si no responde, siga con el comentario descriptivo.</p> <p>“Compartiste con tu amiga; eso es muy amable y la hace muy feliz”. “Ayudaste a tu amiga a encontrar una forma para hacer eso; se la ve muy contenta con tu ayuda”.</p> <p>“Tu amigo está disfrutando de jugar a los Legos contigo. Se ve que estás divirtiéndote con él. Los dos son buenos amigos”.</p>
<p>La marioneta o la figura de acción modela:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Compartir o ayudar 	<p>“¡Guau! ¿Has visto la torre que está construyendo Nancy?”</p> <p>“¿Alguna de las dos podría ayudarme a encontrar un bloque rojo para para hacer una troca?”</p> <p>“¿Me dejas que te ayude a construir esa casa?”</p> <p>“¿Qué te parece si le preguntamos a Freddy si quiere compartir su tren?”</p>

Cuando los padres alientan la competencias emocional y social en los pequeños



Entrenamiento social entre los niños y sus compañeros: Nivel 3 de desarrollo del niño

Los niños comienzan el juego: Los pequeños pasan del juego paralelo al juego en el que entablan relaciones con otros niños. Están motivados a conseguir amigos y se interesan en los otros niños. Dependiendo de su temperamento, impulsividad, atención y conocimiento de las habilidades sociales, sus interacciones pueden ser cooperativas o a veces conflictivas. Los padres pueden ayudar a alentar las habilidades sociales durante el juego con los amigos al sugerirlas y al entrenarlos para que las usen, o al elogiarlos por usarlas y prestarles atención a las mismas.

Habilidades entrenadas por el padre	Ejemplos
Habilidades Sociales/ Amigables: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Pedir con un tono amigable (atento, tranquilo) ❖ Ayudar a un amigo ❖ Compartir o intercambiar ❖ Pedir permiso para jugar ❖ Dar un cumplido ❖ Estar de acuerdo o hacer una sugerencia 	<p>"Le pediste a tu amiga lo que querías en una forma tan amable y ella te lo dio; son buenas amigas."</p> <p>"Ayudaste a tu amigo a encontrar lo que estaba buscando. Están trabajando juntos y ayudándose mutuamente como un buen equipo."</p> <p>"¡Qué agradable! Compartiste tus bloques con tu amiga. Después, ella te dio su carro".</p> <p>"Les pediste jugar de buena manera y se los vio muy felices de aceptarte".</p> <p>"Le diste un cumplido; eso es muy amable".</p> <p>"Aceptaste la sugerencia de tu amiga. Eso es muy cooperativo".</p>
Habilidades de autorregulación: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Escuchar cuando habla un amigo ❖ Esperar pacientemente ❖ Turnarse ❖ Guardar la calma ❖ Resolver problemas 	<p>"Vaya, veo que has escuchado el pedido de tu amigo y seguiste su sugerencia. Eso es muy amigable."</p> <p>"Esperaste y luego preguntaste si podías usar eso. Se ve que tienes músculos para esperar bien fuertes".</p> <p>"Se están turnando. Eso es lo que hacen los buenos amigos".</p> <p>"Te sentiste muy desilusionada cuando no te dejaron jugar con ellos, pero te quedaste tranquila y le pediste jugar a alguien más. Eres muy valiente".</p> <p>"No sabían cómo hacer para que eso encaje, pero trabajaron juntos y encontraron una solución. Son muy buenos para resolver problemas".</p>
Empatía: <ul style="list-style-type: none"> ❖ De-comportamiento-a-sentimiento ❖ Disculpas/Perdón 	<p>"Compartiste con tu amiga; eso es muy amable y la hace sentirse muy feliz".</p> <p>"Viste que estaba frustrada y la ayudaste a armar eso. Eres muy considerada en pensar en los sentimientos de tu amiga".</p> <p>"Estaban los dos frustrados con eso, pero guardaron la calma, siguieron intentándolo y al final encontraron una solución. Eso es un muy buen trabajo de equipo".</p> <p>"Tenías miedo de pedirle que jugara contigo, pero fuiste valiente y lo hiciste y se nota que ella está contenta de que lo hicieras".</p> <p>"Fue un accidente. ¿Puedes decirle que lo sientes?" O: "Tu amigo está arrepentido de haber hecho eso. ¿Lo perdonas?"</p>

Actividades semanales para el hogar

El entrenamiento social atento fomenta las habilidades para las amistades



Para hacer:

- **JUEGUE** con su niña y otros niños usando el entrenamiento social con compañeros (organice una cita para jugar).
- **USE** el entrenamiento social en otros lugares como en la plaza o en el aula.
- **CONTINÚE** usando el juego de roles, las canciones, los juegos y los libros para alentar las interacciones sociales.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro “El entrenamiento social con compañeros” y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 4, “Turning Up the Spotlight on Your Child’s Social Skills” del libro Helping Preschool Children with Autism

Y

Capítulo 10, “Promoting Children’s Joint Play with Peers” del libro Helping Preschool Children with Autism



¡Ponga otros niños en el foco de atención del suyo!




Panfleto

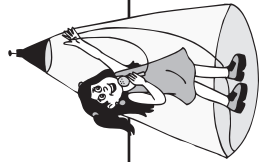
HOJA DE REGISTRO

Entrenamiento social con compañeros

Fecha: _____

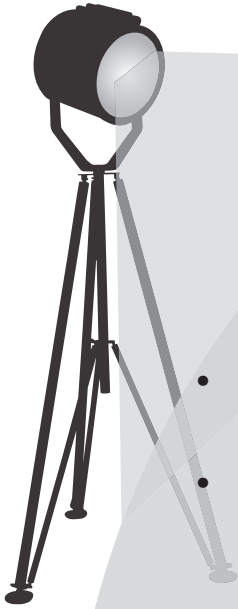
Instrucciones: Escriba sobre dos ocasiones en las que haya jugado con su niño y otro compañero, el tipo de entrenamiento social que utilizó, y cómo respondió su niño.

 Comportamientos del niño que quiero describir:	 Actividad de padre e hijo y diálogos sociales:	 Reacción del niño:
<p><i>Ejemplo: Percibir otros niños, jugar o sentarse al lado de otro niño.</i></p> <p>1.</p> <p>2.</p>	<p><i>Ejemplo: "Te diste cuenta de que tu amigo quería jugar contigo. Se lo ve muy feliz de que lo hayas dejado sentarse al lado tuyo."</i></p> <p>1.</p> <p>2.</p>	<p><i>Ejemplo: Robbie pasó menos tiempo jugando solo.</i></p> <p>1.</p> <p>2.</p>



¡Destaque los logros de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN



El entrenamiento social con compañeros

- Aliente a su niña a que observe lo que está haciendo otra niña y a que ayude a algún otro compañero o hermanito.
- Ayude a su niño a que vea que cuando compartió o ayudó, el otro niño se sintió feliz, así podrá ver la conexión entre su comportamiento y los sentimientos de los demás.
- Aliente citas para jugar con los amigos.
- Elogie a su niña cuando dé el primer paso para interactuar con otros o note lo que hacen los demás.
- Use el entrenamiento social en vez de hacer preguntas.
- Sugiera, entrene y elogie los comportamientos amigables de su niña tan pronto los note (por ejemplo: compartir, ayudar, turnarse, ser atento, pedir perdón, dar cumplidos).



"Tu amigo está buscando un bloque rojo. ¿Lo ayudas?" (sugerir)

"Qué atento. Estás compartiendo tus cartas y esperando tu vuelta. Tu amiguita está feliz." (conecte los comportamientos con los sentimientos)

"Están ayudándose mutuamente como un buen equipo."

"Esperaste y preguntaste si podías usar eso. Tu amiga te escuchó y compartió." (conecte los comportamientos con resultados positivos)

"Trabajaron juntos para armar ese rompecabezas. Muy buena colaboración." (respuesta entusiasmada)

"Podrías darle un cumplido a tu amiga y decirle: 'Me gusta tu dibujo'". (sugerir y modelar palabras)



¡Ponga otros niños en el foco de atención del suyo!

Panfletos

Parte cuatro

The **Incredible Years**

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).

Actividades semanales para el hogar

El entrenamiento emocional fortalece el conocimiento emocional y la empatía de los niños



Para hacer:

- CONTINÚE jugando con su niño y combinando los entrenamientos emocional y social.
- JUEGUE con su niña y un hermanito o amiguito usando el entrenamiento social entre compañeros.
- USE sugerencias visuales de caritas demostrando sentimientos junto con las palabras para expresarlos para enseñar la comunicación de sentimientos.
- ESCRIBA sus experiencias en la hoja de registro "El entrenamiento emocional" y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 5, "Emotion Coaching Promotes Emotional Literacy: Spotlight Your Child's Feelings" del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Ponga los sentimientos de su niño y de otros niños en su foco de atención!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO Entrenamiento emocional

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba sobre dos ocasiones en las que haya jugado con su niña y un amiguito, el entrenamiento emocional que realizó y la reacción de su niña.



Emociones de la niña que quiero describir:

Ejemplo: *Sonrisas felices, estar orgulloso y prestarles atención a los sentimientos de otro niño.*

- 1.
- 2.



Actividad de padres e hijos y diálogo emocional:

Ejemplo: *"Viste que tu amiguito está feliz de que hayas compartido con él. Se te ve feliz y orgullosa con esa sonrisa".*

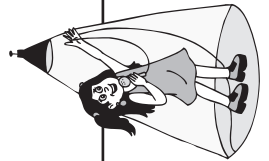
- 1.
- 2.



Reacción de la niña:

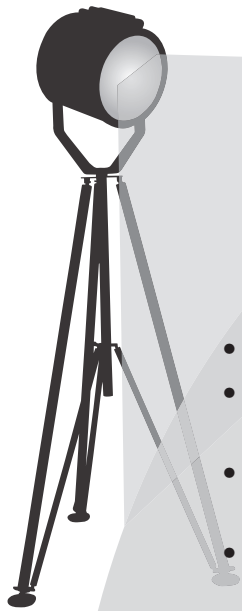
Ejemplo: *Robbie me contó que una vez él se sintió feliz.*

- 1.
- 2.



¡Destaque los sentimientos de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN



Entrenamiento emocional

- Piense en lo que su niña puede sentir o querer.
- Describa los sentimientos de su niño (no le pregunte qué es lo que está sintiendo porque es posible que no tenga las palabras para contestarle).
- Etiquete los sentimientos positivos de su niña con más frecuencia que sus sentimientos negativos.
- Cuando nombre sentimientos incómodos como frustración o ira, destaque y elogie las estrategias que su niño está utilizando para sobreponerse: "Se te ve frustrado, pero estás tranquilo y sigues intentándolo".
- Mime y apacigüe a su niña cuando esté sufriendo y tenga miedo. Mantenga la calma usted también para poder ofrecer más consuelo.
- Para los niños no-verbales, use imágenes visuales de caras que representen sentimientos para enseñárselos y para que su niño pueda mostrarle lo que está sintiendo.



"Estás muy orgulloso de tu dibujo".

"Se te ve segura de ti misma cuando lees ese cuento".

"Eres tan paciente. Aunque ya se te cayó dos veces, sigues tratando de hacerla más alta. Debes estar muy contento de poder guardar la calma y esforzarte".

"Has perdonado a tu amigo porque sabes que fue un error".

"La estoy pasando muy lindo contigo y me entusiasman tus descubrimientos".



¡Destaque los sentimientos de su niña!

Maestros y padres "Entrenamiento emocional"



Describir los sentimientos al niño es una forma poderosa de fortalecer su conocimiento sobre las emociones. Una vez los niños aprenden el lenguaje de las emociones, pueden regular mejor las propias porque pueden decirnos cómo se sienten. Elija algunas de las emociones de esta lista sobre las cuales usted podría hacer algún comentario cuando está con su niña. Combine las palabras de emociones verbales con las expresiones de su cara y el uso de imágenes que representen emociones. De a poquito, vaya agregando más palabras de sentimientos y asegúrese de guardar un equilibrio que contenga más palabras de sentimientos positivos que negativos. Cuando use emociones desagradables, combínelas con estrategias para sobreponerse a las mismas.

Sentimientos/Conocimiento de las emociones	Metas
<input type="checkbox"/> feliz <input type="checkbox"/> valiente <input type="checkbox"/> frustrado <input type="checkbox"/> desilucionado <input type="checkbox"/> en calma <input type="checkbox"/> temeroso <input type="checkbox"/> orgullosa <input type="checkbox"/> amorosa <input type="checkbox"/> entusiasmado <input type="checkbox"/> cansada <input type="checkbox"/> satisfecho <input type="checkbox"/> energético <input type="checkbox"/> triste <input type="checkbox"/> servicial <input type="checkbox"/> preocupada <input type="checkbox"/> seguro de sí mismo <input type="checkbox"/> paciente <input type="checkbox"/> que disfruta <input type="checkbox"/> celoso <input type="checkbox"/> clemente <input type="checkbox"/> solidaria <input type="checkbox"/> orgulloso <input type="checkbox"/> curioso <input type="checkbox"/> enfadada <input type="checkbox"/> enojado <input type="checkbox"/> interesado <input type="checkbox"/> avergonzado	

Modele hablar y compartir sentimientos

- "Estoy muy orgullosa de ti por resolver ese problema". (muestre imagen de orgullosa)
- "La estoy pasando muy lindo jugando contigo". (muestre imagen de feliz)
- "Me preocupaba que se fuera a caer, pero fuiste paciente y tu plan funcionó". (muestre imagen de preocupado)
- "Tu amigo está muy contento de que hayas compartido con él."

Panfletos Parte Cinco

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarlos para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).



NOTA: Hay una versión en colores del panfleto “Consejos para usar marionetas con los niños” que está disponible en nuestra página de internet: <https://incredibleyears.com/parents-teachers/articles-for-parents/>

Actividades semanales para el hogar

El juego de roles fomenta la empatía y las habilidades sociales



Para hacer:

- **CONTINÚE** utilizando métodos de entrenamiento cuando juegue con su niña.
- **MODELE** ser empática y demostrar habilidades sociales en sus interacciones del juego.
- **ORGANICE** prácticas de juego de roles usando marionetas, muñecas, o figuras de acción con su niño para modelar sentimientos y habilidades sociales y para fomentar la empatía (por ejemplo: los sentimientos de los personajes).
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 6, "Using Pretend Play to Spotlight Empathy and Social Skills" del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Use el juego de roles para entrar en el foco de atención de su niño!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

El uso de marionetas y el juego de roles

Fecha: _____

Use las situaciones listadas a continuación o invente otras para fomentar habilidades sociales/empatía en su niña:

Describe cómo le fue con su situación y cómo respondió la niña:

1. Marioneta: "Hola, soy Oscar Avestruz. ¿Quieres jugar conmigo? ¿Te gustan los aviones?"

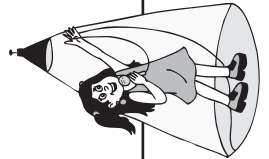
2. Marioneta: "¡Hola! Soy la Tortuga Pequeña. ¿Me ayudas a armar esto? Estoy frustrada porque no puedo sola."

3.

1.

2.

3.



¡Destaque los logros de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN

Consejos para usar las marionetas con los niños



Los niños en el precolar tratan de alcanzar las etapas importantes del desarrollo del aprendizaje de habilidades para las amistades, como empezar a compartir, ayudar a otros, entablar conversaciones sociales, escuchar y cooperar con otros.

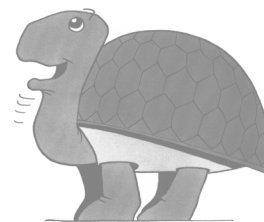
Una de las formas para fomentar el lenguaje de su niño, y sus habilidades sociales y emocionales es con el uso de las marionetas. Esto da resultado porque alienta al juego de roles imaginario y ayuda a los niños a que sientan las emociones de otros personajes (desarrollo temprano de la empatía) y los ayuda a practicar la importante habilidad de la conversación.

Con las marionetas, las muñecas o las figuras de acción usted puede representar historias, inventar fantasías y explorar soluciones para problemas imaginarios. Cuando empiece a usar las marionetas quizás usted se ponga un poco nervioso, pero inténtelo y no va a tardar en empezar a disfrutar del entrar en los pensamientos y la imaginación de su niño, uno de los lugares más íntimos en los que pueda estar con él/ella a esta edad.

Aquí tiene algunas cosas que puede hacer que haga la marioneta cuando juegue con su niña:

Situaciones con las marionetas

- **La marioneta modela saludar a su niño.** Por ejemplo: "Hola, soy la Tortuga Pequeña. ¿Cómo te llamas?" Cuando el niño le dice su nombre a la marioneta, ésta le agradece por ser tan amable. (modelar saludos sociales amables)
- **La marioneta modela demostrar interés en su niña.** Por ejemplo: "¿Qué te gusta hacer?" Cuando su niña le dice a la marioneta lo que a ella le interesa, la marioneta le cuenta los suyos (aprender a conocer a otros). También puede sugerirle a su niña que le pregunte a la marioneta sobre lo que le gusta hacer a ella. (aprender a demostrar interés por otros)
- **La marioneta pide ayuda.** Por ejemplo: "No puedo juntar estos bloques, ¿me ayudas?" Cuando su niño ayude a la marioneta, esta debe elogiar su comportamiento de querer ayudar. (Aprender a pedir ayuda y a ofrecerla)
- **La marioneta comparte sus emociones.** Por ejemplo: "Me da vergüenza porque no sé andar en bicicleta. ¿Tú sabes?" Pregúntele a su niña lo que siente la marioneta. Aliéntela a que diga algo para ayudar a que la marioneta se sienta mejor. (Aprender a expresar emociones y a pensar sobre las de los otros)
- **La marioneta comparte algo con su niña.** Por ejemplo: "Veo que estás buscando bloques verdes, ¿quieres el mío?" (Modelar compartir) Si su niña acepta el bloque de la marioneta, diga: "Me da mucho gusto poder ayudarte." (Conectar la acción de compartir con emociones)
- **La marioneta espera su turno.** Por ejemplo: "Voy a esperar a que termines de jugar, ¿después de ti puedo probar yo?" Si el niño le dice que sí, la marioneta le agradece y le dice que la pone feliz tener un amigo tan bueno.



Continúa en el reverso

FOCO DE ATENCIÓN

Consejos para usar las marionetas con los niños - Continuación

Nota: Si su niña no tiene la habilidad lingüística para responderle verbalmente a la marioneta, ésta igualmente debería modelar las palabras necesarias para una interacción social. También puede preparar interacciones que necesiten respuestas no verbales de su niño. "Puedes compartirlo conmigo?" "¿Quieres darle la mano a la marioneta?" "¿Me ayudas a construir esta torre?" De esta manera, la atención está en las respuestas amigables de su niña a la marioneta. Usted y la marioneta pueden ofrecer la estructura verbal. Esto, con el tiempo, apoyará el desarrollo del lenguaje de su niña para estas situaciones sociales.

Elogio de los padres: Los padres pueden usar voces divertidas y diferentes para las marionetas y luego salirse del personaje como padres para elogiar al niño por sus habilidades sociales. Busque oportunidades para comentar y elogiar a su niño cuando él espere, se turne, ayude, haga una sugerencia o gesto amigable, pida ayuda, demuestre interés o empatía, lo mire a los ojos, le responda o preste atención a la marioneta.



Los padres sugieren: En estos juegos con marionetas, los padres pueden sugerirles respuestas sociales apropiadas a sus niños susurrándoles al oído ideas para contestarle a la marioneta.

Por ejemplo, "Puedes decirle a la marioneta de la tortuga que te gusta jugar con trocas". O, "¿Puedes decir: 'por favor, me pasas el libro?'" No se preocupe si su niña no usa su sugerencia. Simplemente, siga jugando; al fin y al cabo, no era una orden. A veces su niña puede copiar su sugerencia o sus palabras; cuando eso sucede, usted puede elogiarla por preguntar de forma tan amable o por compartir.

Recuerde: Sea simple, diviértase, y no haga que su marioneta modele comportamientos negativos.

Panfletos Parte Seis

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos. Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).



NOTA: Hay una versión en colores del panfleto “Escenarios para enseñarles a los niños habilidades de autorregulación emocional” disponible en nuestro sitio de internet: <http://incredibleyears.com/parents-teachers/articles-for-parents/>

Actividades semanales para el hogar

Alentar la autorregulación en los niños



Para hacer:

- **CONTINÚE** jugando con su niña utilizando métodos de entrenamiento.
- **MODELE** autorregulación positiva y estrategias para calmarse.
- **ORGANICE** prácticas para calmarse para su niña usando el termómetro para calmarse y/o la Tortuga Pequeña.
- **USE** sugerencias visuales para alentar a su niño a que respire profundamente o a que haga una pausa antes de llegar a descontrolarse.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro "La autorregulación emocional" y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 7, "Spotlighting Your Children's Emotion Self-Regulation Skills" del libro *Helping Preschool Children with Autism*



**¡Entre en el foco de atención de su niña
para alentar su autorregulación!**



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

Enseñar la autorregulación emocional

Fecha: _____

Use las situaciones en el panfleto o invéntelas para enseñarle a su niña estrategias para calmarse:

1. La marioneta de la tortuga: "A veces tengo miedo, entonces pienso en mi lugarcito feliz que es mirar mi pececito. ¿Cuál es tu lugarcito feliz?"

2.

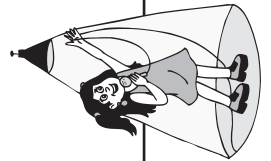
3.

Escriba la situación de aprendizaje y cómo respondió su niña:

1.

2.

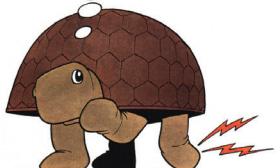
3.



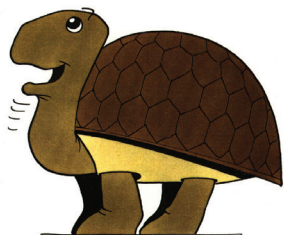
Destaque los logros de su niño

Termómetro para tranquilizarse

Puedo hacerlo. Puedo tranquilizarme.



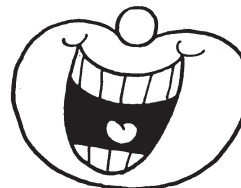
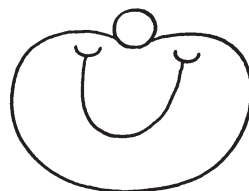
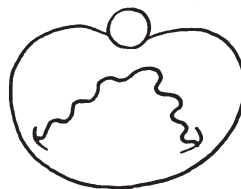
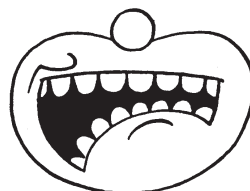
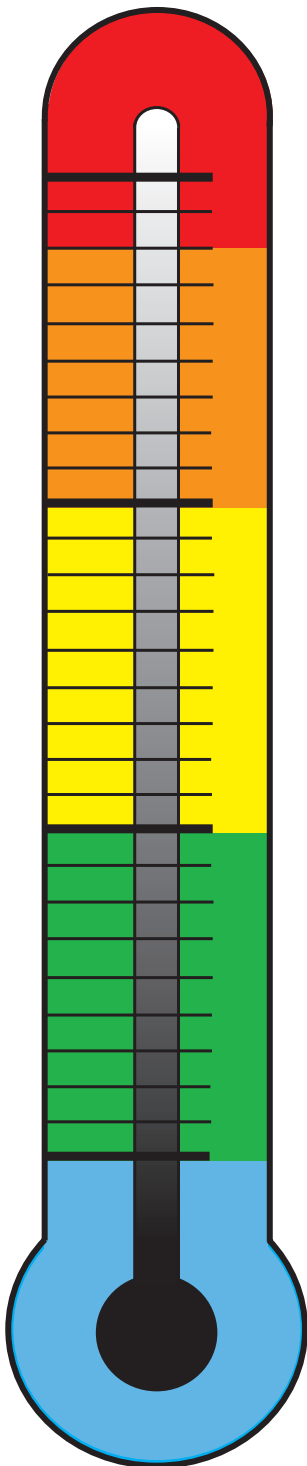
**Piensa en
Detenerte**



**Respira
Profundamente
Tres Veces**



**Mantente
Tranquilo**





FOCO DE ATENCIÓN

Ejemplo de tarjetas de autorregulación

Si los padres disponen del programa BoardMaker™ u otro similar para generar símbolos, pueden usarlo para crear sus propias tarjetas de autorregulación.

Ejemplos de tarjetas de autorregulación:

**HUELE LA FLOR
SOPLA LA VELA**

The Incredible Years®

IGNORA

The Incredible Years®

CUENTA REGRESIVA

The Incredible Years®

RELÁJATE

The Incredible Years®

FOCO DE ATENCIÓN

Escenarios para enseñarles técnicas de autorregulación emocional a los niños

El entrenamiento emocional ayuda a forjar el conocimiento emocional de los niños para que puedan comenzar a expresar sus sentimientos delante de otros. Este es un paso fundamental para que, en algún momento, los niños puedan empezar a regular sus propias emociones. Tan pronto empiezan a reconocer y a expresar sus sentimientos, los padres pueden comenzar a enseñarles estrategias para calmarse a sí mismos. Visto y considerando que los niños piensan con imágenes y aman el juego imaginario, resulta muy efectivo utilizar historias, marionetas, imágenes y el juego de roles para ayudarlos a practicar pensamientos para calmarse, imágenes positivas, respiración profunda, diálogo interno para sobreponerse y usar palabras o gestos para expresar los sentimientos y las necesidades.

Aquí tiene algunas cosas que puede hacer con su niña usando el panfleto del termómetro para calmarse y la marioneta de la Tortuga Pequeña. Cada uno de estos escenarios podrá realizarse en un marco de 5 minutos y en momentos diferentes cuando su niña parece estar relajada e interesada en jugar con marionetas. Trate de mantener estos escenarios simples, entretenidos e imaginativos y siga el ejemplo de su niña.

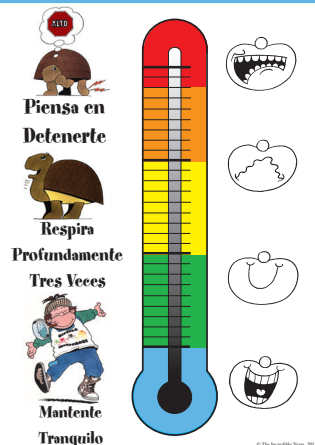
Escenarios con Marionetas

La Pequeña Tortuga explica el termómetro para calmarse

- La marioneta de la Tortuga Pequeña presenta el termómetro para calmarse y explica cómo funciona. Por ejemplo: "Hola. Soy la Tortuga Pequeña. Quiero contarte sobre este termómetro maravilloso que sirve para medir tus sentimientos". La marioneta de la tortuga puede contarle a su niño que se siente triste, enojada, preocupada o frustrada. Por otro lado, puede decirle que se siente feliz, tranquila, relajada u orgullosa. Mientras la Tortuga Pequeña está hablando de sus sentimientos, apunte a la parte del termómetro que muestra esos sentimientos. (Rojo o caliente para enojada versus verde para tranquila o en calma) También puede pedirle a su niño que le señale el color en el termómetro o que mueva la flecha al lugar que representa ese sentimiento de la Tortuga Pequeña en particular. Cuando su niño señale el lugar del termómetro, puede pedirle que le haga la cara de ese sentimiento.

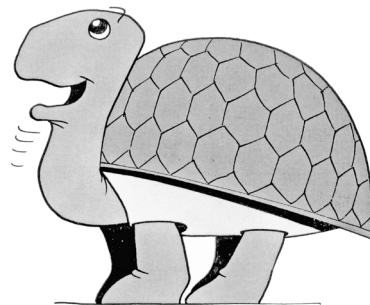
Termómetro para tranquilizarse

Puede hacerle. Puede tranquilizarse.



La Tortuga Pequeña Explica Cómo Funciona el Termómetro

- La Tortuga Pequeña le cuenta una historia a su niña de alguna vez en que la pisaron, se rieron de ella, la hirieron de alguna manera o la hicieron enojar. Le explica cómo respiró profundamente tres veces para volver al verde. Por ejemplo: "Una vez, alguien se rió de mí porque soy tan lenta, entonces yo estaba aquí en el rojo, sintiéndome enojada. Respiré profundamente tres veces y practiqué oler la flor, soplar la vela. Y así, bajé al azul".



Respira lentamente

Continúa...

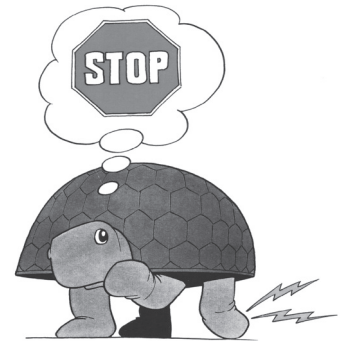
FOCO DE ATENCIÓN

Escenarios para enseñarles técnicas de autorregulación emocional a los niños (continuación)

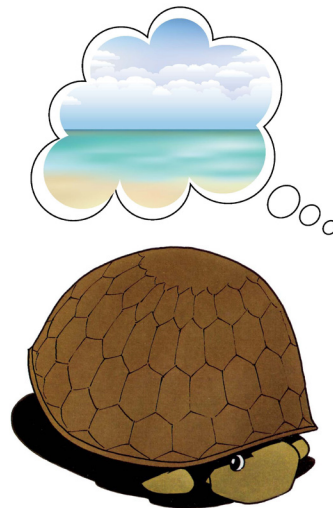
- Pídale a su niño que practique respirar profundamente con la Tortuga Pequeña y deje que él/ella mueva la aguja del termómetro del rojo al verde.
- La Tortuga Pequeña le pide a su niña que le cuente sobre alguna vez en que se haya sentido enojada, triste, entusiasmada o a salvo. (Use una variedad de palabras que representen sentimientos agradables y desagradables) Por ejemplo: La Tortuga Pequeña pregunta, “¿Alguna vez alguien se rió de ti? ¿Cómo te hizo sentir?” Cuando su niña comparta, ayúdela a mover la flecha para mostrar cómo se sintió en ese momento y luego moverla hacia abajo después de practicar la respiración profunda.
- Usando el termómetro para calmarse, la Tortuga Pequeña le pregunta a su niño qué emociones representan las caras en el termómetro. Por ejemplo: “¿Ves estas caritas que representan sentimientos, qué sentimientos crees que sean?” Cuando su niño diga los sentimientos, elógielo por su comprensión y pídale que haga las caritas de los distintos sentimientos.
- “Respiré profundamente tres veces y practiqué oler la flor y soplar la vela. Y así bajé al azul”.

La Tortuga Pequeña explica cómo calmarse

- La Tortuga Pequeña explica cómo ella reconoce un sentimiento incómodo y dice “detente” y se mete en su caparazón a respirar profundamente. Por ejemplo: “Una vez, alguien me pisó la patita, y me re enojé, pero me dije a mí misma, “detente”, me metí en mi caparazón y respiré profundamente así. Después me sentí mejor”. Pídale a su niña que practique esto con la Tortuga Pequeña y que se imagine que tiene un caparazón o que ponga su cabeza dentro de su playera.
- La Tortuga Pequeña explica cómo ella visualiza su lugar feliz cuando está dentro de su caparazón para ayudarla a calmarse. Por ejemplo: “Cuando estoy nerviosa, recuerdo cuando aprendí a andar en bicicleta y me sentí muy orgullosa. O, cuando tengo miedo o estoy triste, pienso en mi osito de peluche y eso me hace sentir a salvo”. Después de que la Tortuga Pequeña hable sobre su lugarcito feliz o sobre el lugar donde ella se siente a salvo, ella puede preguntarle a su niña sobre su lugarcito feliz y decirle cómo puede usarlo cuando esté dentro de su caparazón. Este ejercicio puede ayudar a su niña a desarrollar imágenes positivas en las que puede pensar cuando está en su caparazón.



Inside My Shell Thinking of My Happy Place



Continúa...

FOCO DE ATENCIÓN

Escenarios para enseñarles técnicas de autorregulación emocional a los niños (continuación)

- La Tortuga Pequeña explica lo que ella se dice a sí misma cuando está dentro de su caparazón. Por ejemplo: "Cuando estoy dentro de mi caparazón me digo a mí misma, 'Yo puedo hacerlo; puedo calmarme a mí misma y volver a intentarlo'". Pídale a su niño que repita estas palabras con Pequeña y luego háganlo juntos.
- La Tortuga Pequeña le pregunta a su niña cuándo puede usar sus Poderes de Tortuga. Luego, Pequeña le pide a su niña que le muestre cómo ella usa sus Poderes de Tortuga. Por ejemplo: "¿Qué te hace enojar? Entonces, estás aquí en la parte roja del termómetro, ¿cómo haces para bajar al verde?" Elogie a la niña por mostrarle a usted y a Pequeña cómo respirar profundamente, pensar en su lugarcito feliz, o usar el diálogo interno positivo.

NOTA: Cuando use la Tortuga Pequeña, recuerde dejarse guiar por su niño y sus ideas, y elógielo por estar dispuesto a practicar la respiración profunda, las memorias de su lugarcito feliz y el diálogo interno positivo. Haga estos escenarios de juego divertidos, imaginativos e interactivos.

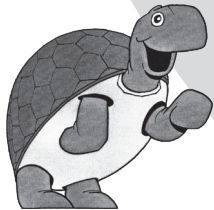


FOCO DE ATENCIÓN



Forjar las habilidades de autorregulación de su niña

- Entrene y elogie las habilidades de autorregulación de sus niños como mantener la calma, ser paciente, turnarse, intentar nuevamente y usar palabras y gestos cuando están frustrados.
- Apoye a su niña cuando se sienta frustrada, pero sepa reconocer cuando está demasiado alterada como para escucharle y simplemente necesita espacio y tiempo para calmarse.
- Aliente a su niño a que practique los pasos para calmarse con las marionetas, los libros y los juegos.
- Modele e incite a la niña a que use palabras, imágenes de sentimientos, o marionetas para expresar sus necesidades y sentimientos (por ejemplo: "Muéstrame la tarjeta con la carita de cómo te sientes").
- Ayude a su niño a aprender a autorregularse usando un osito de peluche o una cobija, respirando profundamente, diciéndose a sí mismo que sí puede calmarse, esperando, resolviendo problemas.
- Use imágenes para hacer que su niña espere, respire profundamente o haga una pausa.
- Modele sus propias habilidades para autorregularse, respirando profundamente, usando el diálogo interno positivo, o haciendo una pausa.



"Piensa en tu lugarcito feliz".

"¿Puedes hacer como que usas el caparazón secreto de Pequeña para respirar profundamente y calmarte?"

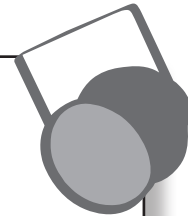
"Hiciste muy bien en usar tus palabras para hablar de tus problemas. Eso hacen los buenos amigos".

"Al usar tus músculos para esperar demuestras que eres fuerte".

"Miremos el termómetro para calmarse y tratemos de bajar al azul".



¡Entre en el foco de atención de su niña!



TORMENTA DE IDEAS/MURMULLO

Gustos sensoriales

Escriba los gustos sensoriales de su niña en cada una de las categorías sensoriales listadas a continuación.



Acústicos

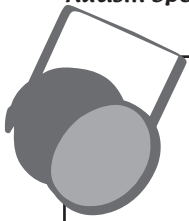
Visuales

Táctiles

Olfativos

Gustativos/orales (masticar/succionar)

**Propiocepción (espacio corporal/balance/
necesidad de moverse/quedarse quieto)**



TORMENTA DE IDEAS/MURMULLO

Desagrados sensoriales

Escriba los desagrados sensoriales de su niño en cada una de las categorías sensoriales listadas a continuación.



Acústicos

Visuales

Táctiles

Olfativos

Gustativos/orales (masticar/succionar)

**Propiocepción (espacio corporal/balance/
necesidad de moverse/quedarse quieto)**

Panfletos Parte Siete

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).

Actividades semanales para el hogar

El uso del elogio y las recompensas para motivar a los niños



Para hacer:

- **CONTINUE** jugando con su niño utilizando métodos de entrenamiento y el juego de roles.
- **PRACTIQUE** elogiar ciertos comportamientos de su niña con más frecuencia.
- **ELÓGIESE Y RECOMPÉNSESE** por esforzarse como padres y a los otros a su alrededor por su apoyo (compañero, maestro de la niña, abuelos, amigos, etc).
- **INTENTE** darle a su niño una recompensa tangible pequeña y/o alguna actividad sensorial por comportamientos difíciles que usted quiera alentar.
- **ESCRIBA** sus elogios en la hoja de registro del “Plan de comportamientos” y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:



Capítulo 8, “Using Praise and Rewards to Motivate Children” del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Entre en el foco de atención de su niña usando el elogio y las recompensas!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO Elogio específico

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba sobre oportunidades en las que elogió a su niña, lo que le dijo y cualquier reacción o respuesta que haya notado en ella.



Los tipos de comportamientos elogiados:

Ejemplo: Hacer contacto visual, responder verbal o no-verbalmente

1.

2.



Frases de elogio:

Ejemplo: "Me miraste y eso me hizo sonreír."

1.

2.

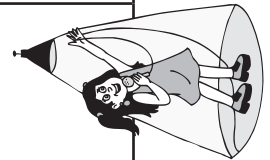


La reacción de la niña:

Ejemplo: Me parece que Robbie me mira más a menudo, especialmente si se lo pido.

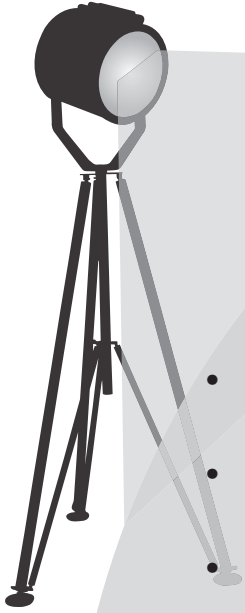
1.

2.



¡Destaque los logros de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN



Elogiar a su niño y las recompensas tangibles

Elogiar a su niño

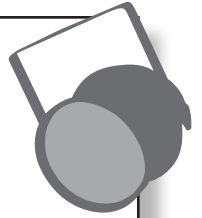
- Aliente a su niño a que trate de interactuar con otros y elógielo por gesticular, hablar, compartir, hacer contacto visual y trabajar con otros.
- Dé elogios etiquetados y específicos para comportamientos deseados inmediata y consistentemente.
- Elogie con sonrisas, contacto visual, entusiasmo y gestos.
- Dé palmaditas en la espalda, abrazos y besos junto con el elogio.
- Elogie a su niña delante de otra gente.
- Combine el elogio con métodos de entrenamiento social y emocional.
- Asegúrese de entrar en el “foco de atención” de su niño poniéndose frente a él y elogiándolo con grandes sonrisas.
- Combine el elogio con recompensas tangibles por comportamientos deseados (por ejemplo: sellitos en las manos, calcomanías, actividades físicas, galletas).

Recompensas tangibles

- Use un programa de recompensas simple.
- Desglose los comportamientos en pequeños pasos—sea realista.
- Use recompensas espontáneas, económicas (calcomanías, galletas, sellito en la mano, un cuento más antes de dormir).
- Primero consiga el comportamiento deseado, luego dé la recompensa inmediatamente.
- De a poquito reemplace el programa de recompensas con la aprobación social.



¡Entre en el foco de atención de su niña!



PANFLETO

“Positivos opuestos”
Registro de comportamientos

<p>Comportamientos que quisiera ver menos. Por ejemplo: jugar solo.</p>	<p>Por cada comportamiento negativo, escriba su positivo opuesto. Por ejemplo: iniciar interacciones con los hermanos/compañeros (gesticular, pedir jugar, turnarse)</p>



TORMENTA DE IDEAS/MURMULLO *¡Recompénsese!*

Piense en recompensarse a usted mismo. ¿Alguna vez utilizó algún sistema de incentivos para recompensarse a usted mismo por completar una tarea o alcanzar un objetivo, como terminar un proyecto difícil o trabajar duro como padre? Piense en formas en las que pueda recompensarse por trabajar arduamente como padre y escríbalas aquí.



Buenos incentivos para mí:

Ejemplos:

Una caminata por el parque

Té o café con un amigo

Baño de burbujas caliente

Hacer yoga

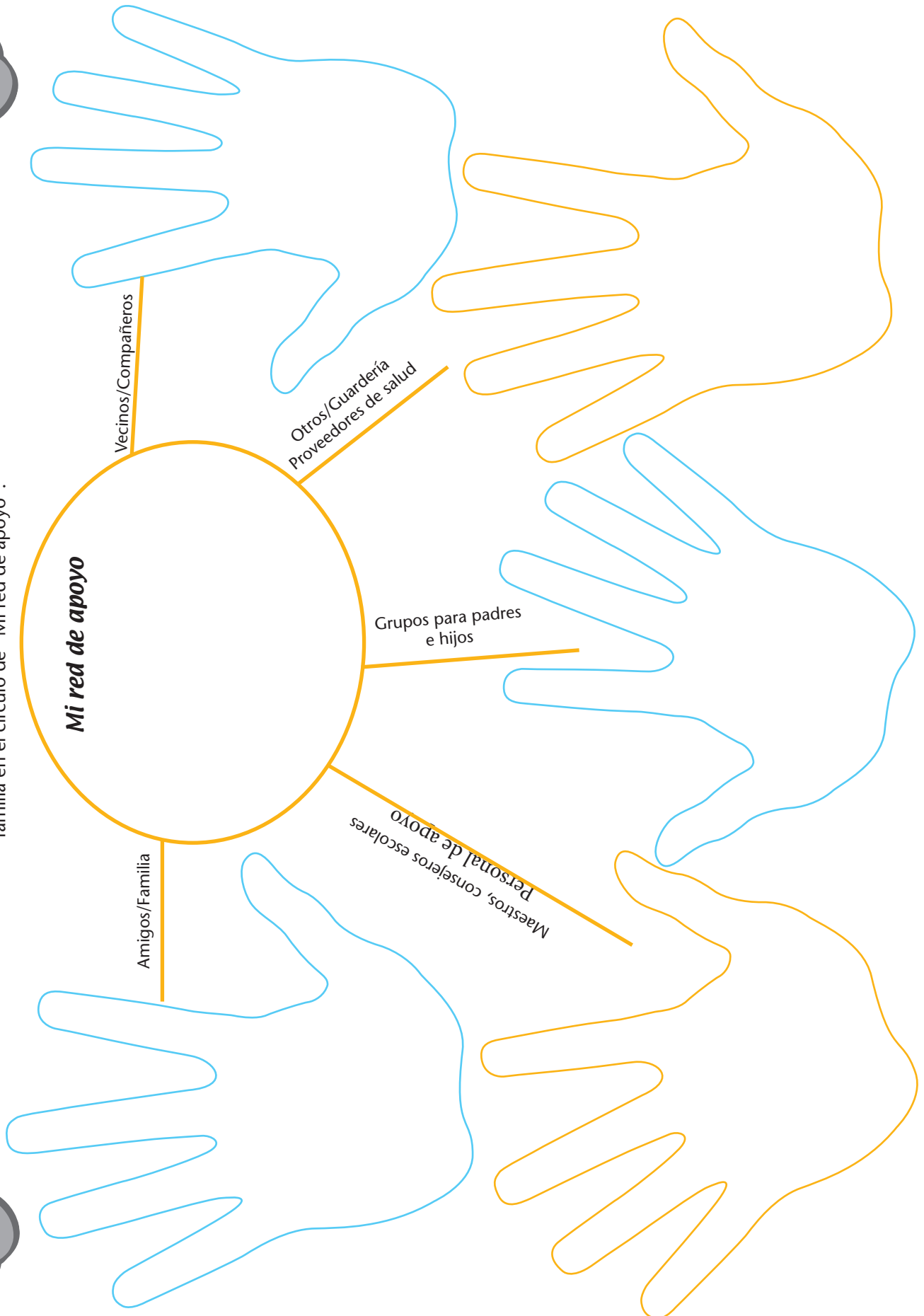
Meta:

Esta semana, me comprometo a hacer algo positivo por mí mismo/a. Incluyendo:

La importancia de la red de apoyo para padres

¿Quién puede ayudar?

Piense en las personas en su red de apoyo. Cada mano representa un grupo de gente diferente. Escriba en cada mano gente específica de esa red que puede ofrecerles apoyo a usted y a su niña/o. Puede dibujar o pegar una foto de su familia en el círculo de "Mi red de apoyo".





TORMENTA DE IDEAS/MURMULLO

Elogio etiquetado

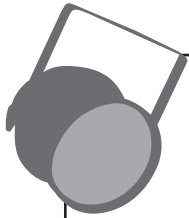
Piense en palabras que utilizará para elogiar a su niño para que aumenten los comportamientos deseados. Escríbalos aquí.



Comportamientos deseados:	Palabras de elogio que puedo usar:
	<p><i>Me gusta cuando...</i> <i>¡Muy bien!</i> <i>¡Vaya! ¡Has hecho muy buen trabajo!</i></p>

Meta:

Me comprometo a incrementar la cantidad de elogios que le hago a mi niña a _____ por hora. Los comportamientos que voy a elogiar incluyen: (por ejemplo: compartir)



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO

El autoelogio positivo



Piense en formas en las que puede autoelogiarse para motivarse como padre. Escriba estas afirmaciones en su cuaderno.



*Yo puedo hacerlo.
Estoy haciendo un buen trabajo como pa-
dre. Puedo conservar la calma.*



Meta:

Me comprometo a pensar en lo que hago bien como padre/madre todos los días y a usar dos de los ejemplos en el cuadro de arriba. _____

Panfletos Parte Ocho

The Incredible Years

Derechos de Autor 2014, revisado 2019, 2021
de la Doctora Carolyn Webster-Stratton.
***TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ***



NOTA: Los panfletos en esta sección pueden guardarse como copia maestra y fotocopiarse para usarlos con sus grupos de padres. Debe mantenerse toda la información de derechos de autor y no se pueden alterar los contenidos.

Estos panfletos también están disponibles en nuestra página de internet, www.incredibleyears.com (en la sección de Recursos para líderes de grupos).



NOTA: Los panfletos están divididos en sección doce y trece.

Actividades semanales para el hogar

Poner límites y redirigir



Para hacer:

- **CONTINÚE** jugando con su niña utilizando técnicas de entrenamiento, el elogio y el juego de roles.
- **PRACTIQUE** el uso de la advertencia, los recordatorios y la redirección cuando sea posible y trate de que sus instrucciones sean simples y claras.
- **USE** tarjetas con instrucciones visuales con los niños que no son verbales.
- **IGNORE** un comportamiento negativo que quiera que disminuya.
- **ELOGIE** el comportamiento “positivo opuesto” para reemplazar el comportamiento negativo que quiere que disminuya.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro y tráigala a la próxima sesión.

Para leer:

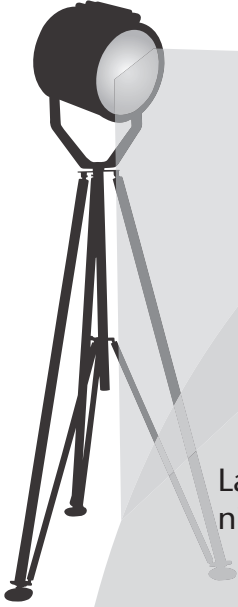


Capítulo 9, “Spotlighting Your Limit Setting and Managing Misbehavior” del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Entre en el foco de atención de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN



Enseñarles a los niños a comprender y a seguir instrucciones

Las estrategias claves para fomentar la comprensión de palabras en los niños cuando uno les da instrucciones:

- Antes de hablar, haga contacto visual para que su niña le preste atención.
- Cuando pueda, haga una advertencia para facilitar la transición hacia otro comportamiento.
- Dé órdenes simples (por ejemplo: se terminó el tiempo, por favor, pásame el teléfono) y espere un momento.
- Si no hay respuesta, ayude al niño a reaccionar con algún gesto (apunte al teléfono) o haga que el niño le obedezca susurrando una respuesta (diga: bueno, mientras toma el teléfono).
- Cuando la niña le haga caso, dele una buena recompensa y rediríjala hacia otra actividad (“Gracias, vamos a buscar tu libro favorito.”).
- Continúe con el comentario descriptivo dirigido por la niña.



¡Entre en el foco de atención de su niño!



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO

Ventajas y barreras para poner límites

1. ¿Cuáles son las ventajas posibles de ponerles límites claros en el hogar a los niños?
2. ¿Qué obstáculos podemos encontrar cuando queremos poner límites?

Escriba las ventajas de tener límites claros y las razones por las cuales puede ser difícil establecerlos. Vea si puede encontrar alguna solución a sus barreras para establecer límites claros.



Ventajas de poner límites	Barreras para hacerlo

Meta:

Me propongo a reducir la cantidad de órdenes o solicitudes a las más importantes. En su lugar, me concentraré en dar opciones, usar distracciones, y órdenes de "cuando-entonces" cuando sea posible.






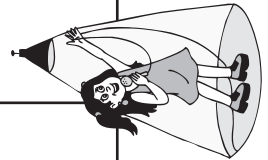
Panfleto

HOJA DE REGISTRO Poner límites

Fecha: _____

Instrucciones: Escriba las órdenes o los límites establecidos y cualquier reacción/respuesta que haya notado en su niña o en usted mismo.

 Ejemplo de orden o límite establecido:	Cantidad de órdenes	 Reacción del niño:	 Reacción del padre:
Ejemplo: "Guarda los juguetes." 1.	IIII	El niño guardó los juguetes. 1.	Ejemplo: "¡Vaya que eres de gran ayuda! Gracias por guardar los juguetes." 1.
2.		2.	2.



¡Destaque los logros de su niño!

FOCO DE ATENCIÓN



Poner límites

- Cuando ponga límites, intente que sean fáciles de obedecer. Evite órdenes innecesarias o instrucciones complicadas.
- Ponga un límite a la vez.
- Sea realista en lo que espera y ajústese al desarrollo de su niña.
- Use órdenes de “hacer” e instrucciones positivas y respetuosas.
- Reduzca el uso de órdenes negativas.
- Use tarjetas para órdenes visuales con los niños que son no-verbales (por ejemplo: espera, detente, siéntate en el inodoro, lávate los dientes, etc).
- Sea generoso con el tiempo que le da al niño para responder.
- Cuando pueda, haga advertencias y permita un tiempo de transferencia.
- Deles opciones a los niños, siempre y cuando sea posible.
- Trate de atenerse a las rutinas simples y predecibles y use sugerencias visuales cuando las necesite.
- Elogie y recompense el cumplimiento de sus órdenes.
- Use distracciones y redirección cuando sea posible.
- Busque un equilibrio entre el control parental y el de la niña.
- Ignore los comportamientos desafiantes del niño.



¡Entre en el foco de atención de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN

Reglas del hogar

Algunos ejemplos:

1. Nos vamos a dormir a las 7:30.
2. No pegar.
3. Hay que sentarse en el asiento designado de atrás.

Su lista de reglas del hogar:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.



Todas las casas necesitan una cierta cantidad de “reglas del hogar”.


Si la lista es muy larga, las reglas serán muy difíciles recordar.

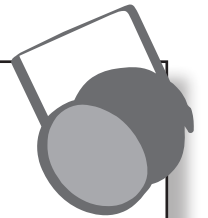
TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO

Reescribir las órdenes

Reescriba estas órdenes poco efectivas con palabras positivas, simples y respetuosas, usando gestos y sugerencias visuales para los niños no-verbales.



Órdenes poco efectivas	Reescriba e indique gestos/tarjeta de orden
<p>Por ejemplo: "Cállate".</p>	<p>Por ejemplo: Silencio</p> <p style="text-align: right; margin-right: 20px;">Quiet </p>
<p>Deja de gritar.</p>	
<p>Para de correr.</p>	
<p>Cuidado.</p>	
<p>¿Y si vamos a la cama?</p>	
<p>Vamos a limpiar la sala.</p>	
<p>Córtala.</p>	
<p>¿Qué hace aquí tu chamara?</p>	
<p>¿Por qué tus zapatos están en la sala?</p>	
<p>No te metas toda la ensalada a la vez en la boca como un cochino.</p>	
<p>¿Por qué tu bicicleta todavía está afuera?</p>	



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO

Reescribir órdenes, continuación.

Reescriba estas órdenes poco efectivas con palabras positivas, simples y respetuosas, usando gestos y sugerencias visuales para los niños no-verbales.



Órdenes poco efectivas	Reescriba e indique gestos/tarjeta de orden
Estás hecho un desastre.	
Deja de fastidiar a tu hermana.	
Nunca estás lista.	
Tu ropa está toda sucia.	
Esta habitación es un desastre.	
No te quejes.	
Eres un caso perdido.	
Deja de perder tiempo.	
Apúrate.	
Cállate.	
¿Por qué estás andando en la calle, cuando te dijimos que no lo hagas?	
Si vuelves a hacer eso, te pego.	

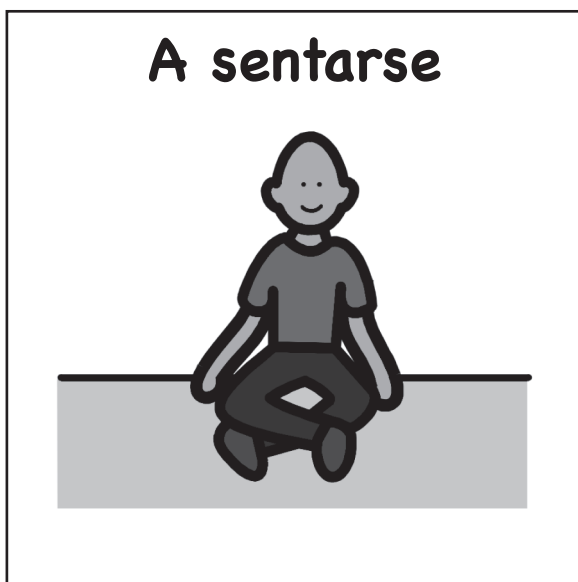
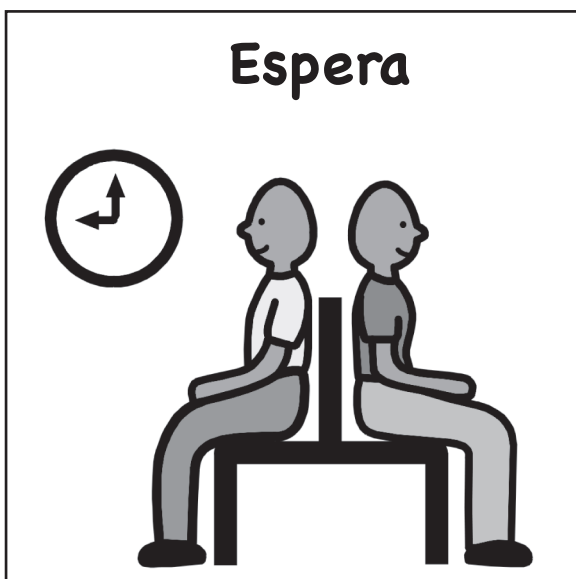
Foco de atención

Ejemplos de tarjetas para dar órdenes



Si los padres disponen del programa BoardMaker™ u otro similar para generar símbolos, pueden usarlo para crear sus propias tarjetas para dar órdenes.

Ejemplos de tarjetas para dar órdenes:



Actividades semanales para el hogar

Controlar los malos comportamientos y conservar la calma

Para hacer:

- **CONTINÚE** jugando con su niña usando las técnicas de modelar, entrenar, elogiar, el juego de roles, y las preferencias sensoriales.
- **PRACTIQUE** hacer advertencias y usar sugerencias visuales, gestos y redirecciones físicas cuando sea posible. Mantenga la simplicidad y la claridad en sus instrucciones.
- **IGNORE** los comportamientos negativos en los que está trabajando y elogie los positivos opuestos.
- **PRACTIQUE** una estrategia para calmarse y recompénsese por una crianza exitosa.
- **ESCRIBA** sus experiencias en la hoja de registro y tráigala a la próxima sesión.



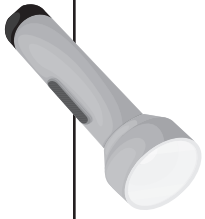
Para leer:



Capítulo 9, "Spotlighting Your Limit Setting and Managing Misbehavior" del libro *Helping Preschool Children with Autism*



¡Entre en el foco de atención de su niña!



Panfleto

HOJA DE REGISTRO

Ignorar, redirigir, elogiar y entrenar

Fecha: _____

Instrucciones: escriba comportamientos que haya ignorado o redirigido, cómo entrenó, elogió y recompensó a su niña, y la reacción de la misma.



Comportamientos ignorados y/o redirigidos:

Ejemplo: gritar

1.

2.

3.



Comportamientos entrenados, elogiados y recompensados

Ejemplo: hablar bien

1.

2.

3.

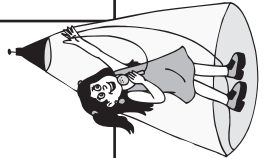


La reacción de la niña:

1.

2.

3.



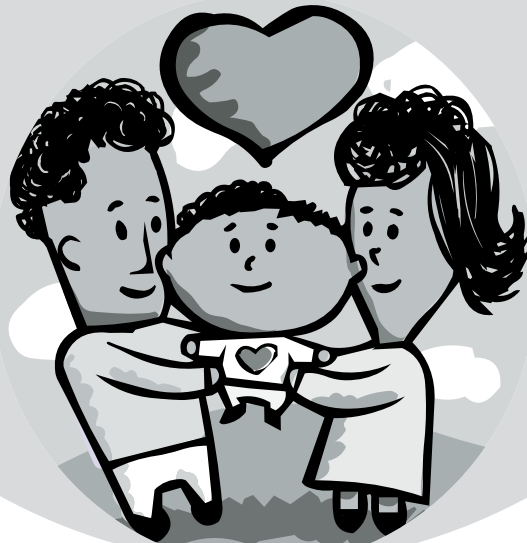
¡Destaque los logros de su niña!

FOCO DE ATENCIÓN



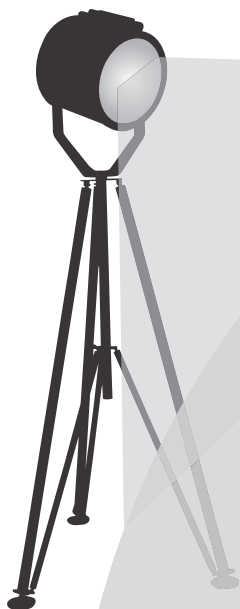
Fomentar el desarrollo social, emocional y lingüístico óptimos de su niño

- Juegue frecuentemente y entrene social y emocionalmente.
- Etiquete y reflexione sobre los sentimientos de su niña.
- Estructure el día de su niño con una rutina predecible para las mañanas, las siestas, las comidas y la hora de dormir.
- Cuando sea necesario, ponga límites claros para proteger a su niña.
- Ayude a su niño a prepararse para transiciones o cambios en su rutina.
- Tenga rutinas predecibles para separarse y reunirse con su niña.
- Trate de darle opciones a su niño.
- Demuestre su amor y elogie frecuentemente.
- Destaque los comportamientos positivos de su niño elogiando con mucho entusiasmo.
- Trate de redirigir los comportamientos negativos de su niña.
- Ignore los berrinches y vuelva a prestarle atención al niño tan pronto como empiece a comportarse bien.
- Cuídese aceptando el apoyo de otros y haciendo cosas que le guste hacer.



¡Entrar en el foco de atención de sus niños con disciplina positiva para ayudarlos a sentirse amados, seguros, y a salvo!

FOCO DE ATENCIÓN



La disciplina positiva ayuda a mi niño a sentirse amado y a salvo (Resumen)

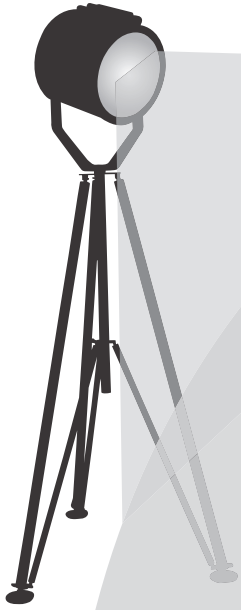
- Todos los días programe momentos para entablar el juego interactivo dirigido por el niño, usando sugerencias y modelando para que su niño le preste atención y para destacar los comportamientos sociales y el lenguaje que quiera alentar. Recuerde que puede optimizar el aprendizaje de su niño, usando estas estrategias a la hora de las comidas, de ir a dormir, y otras rutinas del cuidado de su niño.
- Use narraciones de comentario descriptivo, estrategias de entrenamiento de preparación académica, de persistencia, social y emocional en el juego dirigido por la niña.
- Use rutinas sensoriales físicas, elogio y recompensas importantes para alentar el interés de su niño en usar las habilidades sociales deseadas.
- Enséñele habilidades de autorregulación a su niña utilizando marionetas, libros y el juego imaginario.
- Enséñele a seguir instrucciones y use recordatorios, la redirección, distracciones y alternativas para evitar los malos comportamientos.
- Deje de prestarles atención e ignore los malos comportamientos que no pongan a nadie en peligro; vuelva a prestarle atención su niña tan pronto ella use un comportamiento positivo.
- Tómese su tiempo. Un paso a la vez.

Recuerde que, cada vez que un comportamiento negativo no se refuerza, sino que es el positivo opuesto el que se recompensa con su atención y su entrenamiento, ocurre una oportunidad de aprendizaje productiva. Es más, cada una de las interacciones con su niña es una oportunidad de aprendizaje en potencia.



¡Entre en el foco de atención de su niña con disciplina positiva para ayudarla a sentirse amada, segura y a salvo!

FOCO DE ATENCIÓN



El ignorar

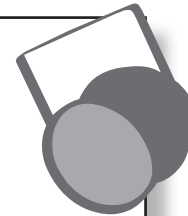
- Evite hacer contacto visual y discutir cuando esté ignorando.
- Físicamente aléjese de su niño, pero permanezca en la misma habitación.
- Prepárese a que lo pongan a prueba.
- Sea consistente.
- Vuelva a prestarle atención tan pronto deje de comportarse mal.
- Combine distracciones y redirecciones con el ignorar.
- Elija ciertos comportamientos de su niña a los que quiere ignorar y asegúrese de que sea posible ignorarlos.
- Reduzca la cantidad de comportamientos que quiere ignorar sistemáticamente.
- Présteles más atención a los comportamientos positivos opuestos que quiera alentar.



¡Entre en el foco de atención de su niño con disciplina positiva para ayudarlo a sentirse amado, seguro y a salvo!



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO



Mantener la calma al ignorar

Cuando uno empieza a ignorar los malos comportamientos, al principio, estos empeoran antes de empezar a mejorar. Es importante que esté preparado para aguantar este período de gritos. Si usted se rinde frente a un berrinche, está reforzando este comportamiento y su niña aprenderá que, si llora y grita fuerte, puede salirse con la suya.

Es importante guardar la calma mientras ignora. Piense con anticipación algunas estrategias para mantenerse en calma cuando esté ignorando un mal comportamiento.



Maneras de conservar la calma mientras ignoro:

- Respirar profundamente
- Practicar técnicas de relajación
- Tener pensamientos positivos
- Alejarme
- Poner música



Recuerde, para los pequeños es normal llorar, morder y pegar para conseguir lo que quieren. No es personal, sino un reflejo de su falta de habilidades verbales y la incapacidad para usar habilidades sociales para conseguir lo que quieren.

Meta: Me comprometo a decirme lo siguiente _____

cuando mi niño se porta mal.



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO



Atención diferencial



El uso de la atención diferencial: A veces, los niños demuestran tanto comportamientos positivos como negativos cuando están haciendo algo. Por ejemplo: el niño obedece (comportamiento positivo) mientras se queja (comportamiento negativo). La atención diferencial es la técnica en la cual el padre elogia el comportamiento positivo mientras ignora el negativo. Por ejemplo: la madre elogia a su niño por seguir sus instrucciones, mientras ignora sus quejidos. De esta manera, el niño aprende que recibirá atención positiva para algunos comportamientos, pero no para otros (como quejarse).



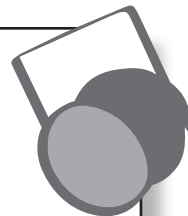
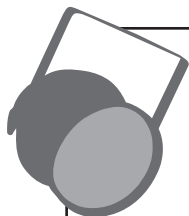
¿Cuándo es efectiva la atención diferencial?

Piense en algunas situaciones en las que este tipo de atención diferencial podría ser efectiva.

Por ejemplo: Cuando mi niña me haga caso, pero no me mire, elogiaré su cooperación mientras ignoro su falta de respuesta verbal.

Meta: Me comprometo a elogiar comportamientos como _____

mientras ignoro comportamientos como _____ .



TORMENTA DE IDEAS / MURMULLO

Comportamientos a ignorar

Comportamientos tales como hacer berrinches, quejarse, poner mala cara, ignorar y gritar son buenos candidatos para ignorar. Estos comportamientos molestan, pero en realidad no le hacen mal a nadie, y si se los ignora sistemáticamente, con el tiempo desaparecerán. La técnica de ignorar, no obstante, no debería usarse con comportamientos que puedan resultar en alguna lesión física, daños materiales o la interrupción inaceptable de alguna actividad.

A menudo, a los padres les cuesta controlar su temperamento cuando están lidiando con malos comportamientos o con una niña que ignora sus órdenes. Esta reacción emocional puede hacer que sea difícil ignorar un comportamiento o elogiar la obediencia cuando finalmente ocurre. No obstante, ignorar es una de las estrategias más efectivas que pueda usarse, siempre y cuando se use en combinación con la atención y el elogio de los positivos opuestos de la niña.



Comportamientos de mi niña que voy a ignorar

Por ejemplo: quejarse

Meta: Me comprometo a ignorar comportamientos como _____
cuando estos ocurran. Voy a elogiar comportamientos como _____
los positivos opuestos de los que estoy ignorando.

FOCO DE ATENCIÓN

Aprender a autocontrolarse

Para muchos, es difícil autocontrolarse en situaciones estresantes. Otros, reportan sufrir de ira crónica, ansiedad o depresión, entonces, cualquier tontería los hace explotar. No obstante, cuando los padres se dejan llevar y reaccionan exageradamente, las consecuencias pueden ser lamentables. Puede suceder que los padres digan o hagan algo de lo que vayan a arrepentirse. Después que se calmen, quizás se sientan culpables y traten de evitar lidiar con el niño por miedo a tener otro episodio similar. Para un niño, ver a sus padres perder el control, es una experiencia aterradora y que puede provocar ansiedad. Además, el niño aprende a imitar estos comportamientos agresivos en otras situaciones. Estos ciclos de los padres de reacción exagerada y evasión hacen que lidiar con los niños en forma consistente se vuelva más difícil. La mejor manera de afrontar este problema es encontrar un punto medio entre sentirse tan desbordado que no se puede responder y estar tan enfadado que se reacciona desproporcionadamente.

Pensamientos Desagradables

"Mi niña me ignora. Esto es ridículo. Nunca me escucha".

"No sé qué hacer cuando mi niño hace berrinches".

Pensamientos para calmarse

"Mi niña está prestándole más atención a eso que a mis palabras. Debo mantenerme en calma y entrar en su foco de atención. Puedo darle esta oportunidad para aprender".

"Necesito ayudarlo a organizar sus juguetes y sacar 1 o 2 a la vez. Puedo enseñarle a juntarlos."

"Yo puedo lidiar con esto. Estoy en control. Ella acaba de aprender formas muy ponderosas de tomar el control. Le voy a enseñar mejores formas de comportarse".

Control de pensamientos

Está demostrado que hay una relación entre cómo pensamos y cómo nos comportamos. Por ejemplo: si usted ve a su niño en forma hostil ("Se porta mal porque me odia". O "Le gusta hacerme enfadar"), es más fácil que usted se enoje. Por otro lado, si sus pensamientos hacen más hincapié en sus habilidades ("Voy a tener que enseñarle a controlarse"), esto ayuda a facilitar respuestas racionales y efectivas. Uno de los primeros pasos para mejorar la forma en que uno piensa sobre sus hijos es reemplazar pensamientos desagradables y afirmaciones negativas sobre uno mismo, con pensamientos para calmarse.

Entrar en el foco de atención de su niña para alentar el desarrollo social, emocional y lingüístico

Poner límites, ignorar, redirigir y distraer

Entrenamiento social y emocional

Participación en actividades sensoriales y físicas

Actividades en conjunto y atención dedicada

Entrenamiento pre-académico y de persistencia

Juego de roles y con marionetas

Alentar e imitar interacciones sociales

Elogio y celebraciones

Comunicación verbal y el lenguaje de señas

Gestos no verbales



