

Soluciones Positivas *para familias*

Sesión 7: Combinarlo todo con un plan



¿Qué pasa hoy?



- ✓ Reflexiones de aplícalo y pruébalo
- ✓ Afirmaciones
- ✓ Sé un detective
- ✓ Elaborar un plan
- ✓ Conoce a Brendan
- ✓ Hacer tu propio plan





Reflexión de aplícalo y pruébalo

**Cómo van las cosas
en casa**

¿Qué estrategias han
empezado a usar?
¿Están funcionando?

Consecuencias lógicas

¿Cómo reaccionó
tu hijo?
¿Cómo te
hizo sentir?



Afirmaciones



Comentarios
que son
**alentadores y
motivadores**



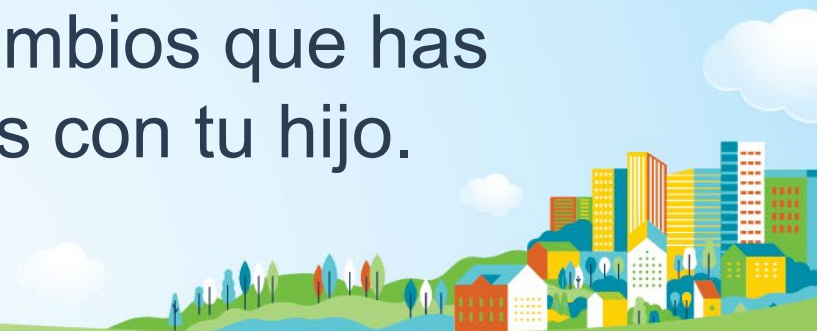
Nos ayudan
**a sentirnos
fuertes**



Hacen que nos
sentamos
optimistas
sobre el cambio

¡Toma nota!

Reflexiona sobre los cambios que has
hecho o tus iniciativas con tu hijo.



Comportamiento problemático: lo que sabemos

- Sucede cuando los niños no tienen habilidades lingüísticas o sociales
- Sucede cuando los niños están estresados (cansados, hambrientos, enfermos, con otras expectativas)
- El comportamiento problemático funciona



El comportamiento puede significar muchas cosas



"Quiero que me prestes atención."



"Quiero ese (juguete, comida, pintura, etc.)."



"Quiero jugar contigo."



"No quiero dejar de hacer lo que estoy haciendo."



"¡No quiero recoger!"



Elaborar un plan

Tres partes esenciales

Prevén

- Usa estrategias de prevención para evitar que tenga lugar el comportamiento problemático.

Enseña

- Enséñale a tu hijo nuevas formas de comunicarse o nuevas habilidades para participar en rutinas o expectativas.

Respuestas o reforzadores

- Nuevas respuestas para asegurar que el comportamiento problemático de tu hijo no le funcione.
- Reforzadores para fortalecer los comportamientos que quieres.





Hora de ir la Cama, Dormir, Siesta

A tu hijo no le gusta dormir (o tomar una siesta) o no está cansado.

Evita el comportamiento

- ▶ ¡Usa un libro! Encuentra un libro infantil sobre este tema o haz el tuyo propio usando fotos. Léele el libro a tu hijo con frecuencia y antes de la rutina para ir a dormir. Señala los pasos de la rutina para ir a dormir mientras lees el libro.
- ▶ Pon un cronómetro y deja que el niño sepa que, cuando suene, se terminó la hora de la siesta.
- ▶ Deja que el niño use uno de sus objetos favoritos para dormir (por ejemplo, peluche, almohada, manta).
- ▶ Dale actividades tranquilas alternativas al niño (por ejemplo, leer un libro, colorear, pelota blanda) para que haga si no está cansado.
- ▶ Usa una indicación visual o verbal de primero-luego: primero duerme; luego ____.
- ▶ Programa una actividad divertida para después de dormir y usa historias o afirmaciones de primero-luego ("Primero duermo, luego dibujos animados por la mañana") para recordarle el programa a tu hijo antes de la hora de dormir.
- ▶ Trata de oscurecer la habitación o la zona para dormir de tu hijo.
- ▶ Mantén la habitación de tu hijo a una temperatura cómoda (por ejemplo, no demasiado caliente o demasiado frío).
- ▶ Mantén el dormitorio libre de desorden y con distracciones limitadas.
- ▶ Cuando esté en silencio, acostado y cubierto, ofrece frotarle la espalda por un corto período de tiempo, luego sal por un minuto o dos. Mientras tu hijo esté acostado y en silencio, vuelve otra vez para frotarle la espalda; haz esto de forma intermitente.
- ▶ Deja que el niño vea un libro o haga una actividad tranquila mientras está en la cama para tomar una siesta o para dormir.
- ▶ Pon música relajante.
- ▶ Evita la tecnología (por ejemplo, televisión, iPad, teléfono) por lo menos una hora antes de la hora programada para dormir o para la siesta. El exceso de exposición a la luz azul podría afectar los ritmos de sueño naturales de los niños.
- ▶ Mantén el horario para dormir constante aún durante los fines de semana.
- ▶ Tu hijo podría no necesitar más siestas, a lo mejor simplemente irse a dormir un poco más temprano por la noche.
- ▶ Hazle elogios por descansar en silencio.

Responde

- ▶ Recuérdale al niño la actividad favorita o divertida que viene a continuación.
- ▶ Dile a tu hijo "Primero, descansa en silencio; luego te frotaré la espalda." Espera que el niño esté en silencio. Esto no reforzará el comportamiento problemático si tu hijo está en silencio.
- ▶ Valida sus sentimientos y ofrécele alternativas, "Sé que esto es difícil. Quieres jugar, pero es hora de descansar. Puedes acostarte y, cuando estés en silencio, me sentaré contigo, o puedes mirar un libro."
- ▶ Ofrécele al niño opciones de actividades silenciosas alternativas (por ejemplo, peluche, libro, color, pelota blanda). Di "Primero descansa en silencio; luego puedes ____ o ____."

Enseña nuevas habilidades

- ▶ Enséñale a tu hijo a quedarse en cama y dormir.
- ▶ Enséñale a tu hijo a pedir que le frotan la espalda.
- ▶ Enséñale a tu hijo a elegir una actividad silenciosa.
- ▶ Enséñale a tu hijo a usar una gráfica de primero-luego (si estás usando esta estrategia).

Prevención

Minimiza la posibilidad de que tu hijo tenga un comportamiento problemático



Enseña nuevas habilidades

- Pide un turno
- Pide un objeto
- Pide una actividad
- Pide ayuda
- Pide un abrazo
- Pide retirarte
- Di "No"
- Di "No quiero"
- Toma una decisión
- Sigue un programa



Estrategias para enseñar nuevas habilidades

1. Indica o modélale a tu hijo lo que quieres que haga (*por ejemplo, "Di, quiero un turno."*)
2. ¡La práctica hace la perfección! Practica múltiples veces al día, especialmente cuando el niño no presente un comportamiento problemático.
3. Da elogios o refuerzos a los esfuerzos y éxitos de tu hijo.



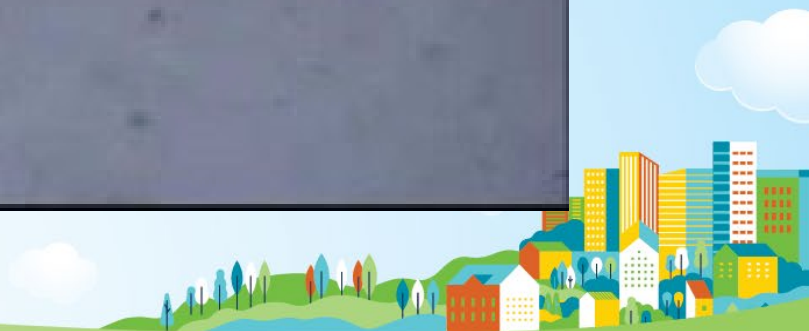
Nuevas respuestas:

¿Cómo respondo cuando tiene lugar el comportamiento problemático?

- Dile a tu hijo "Puedes usar tus palabras para decirme _____ o mostrarme _____."
- Dale entonces a tu hijo lo que quiere.
- A veces no podemos dejar que los niños tengan lo que quieren.
 - Valida las emociones, repite la regla y continúa con una opción.
 - *"Debes sentarte en tu asiento del auto, pero puedes sujetar a tu oso o a tu manta."*



Brendan antes



La vida antes de un plan



La rutina con un plan



La vida con un plan





¡Pruébalo tú!

Pónganse en parejas

1. Identifica la **rutina** en la que tu hijo presenta el comportamiento problemático
2. Identifica la **función** del comportamiento (las estrategias tienen que coincidir con la función)
3. Seleccionen estrategias (algunas de cada categoría):
 - Prevención
 - Enseñanza
 - Responder



Actividad

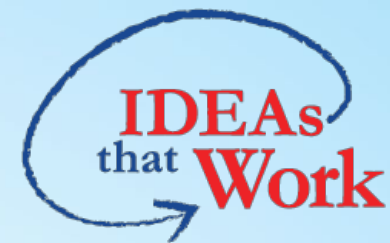


Soluciones positivas para las familias- ¡lo lograron!



Gracias

The contents of this presentation were developed under a grant from the U.S. Department of Education, #H326B170003. However, those contents do not necessarily represent the policy of the U.S. Department of Education, and you should not assume endorsement by the Federal Government. Project officer, Sunyoung Ahn.



Office of
Special Education Programs
US. Department of Education

