

Cosas que me ayudarán a mantener la calma

Niños pequeños

Procura **comprender** lo que mi comportamiento te está **comunicando**.

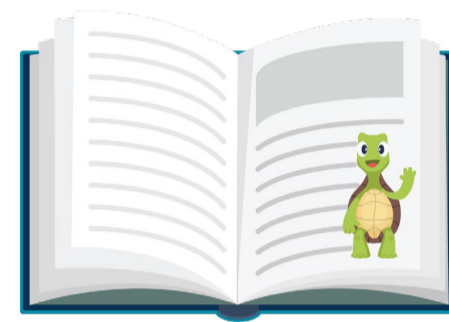


Consistencia a lo largo del día. El hecho de tener un orden similar a lo largo del día y de realizar las actividades de forma parecida me ayuda a sentirme seguro.

- leer un libro o contar cuentos a la hora de dormir
- cantar una canción mientras se cambia el pañal

Primero

Leer un libro



Después

Dormir



Conecta conmigo a lo largo del día: háblame, sonríeme, abrázame, cántame o cárgame.

- Escucha y responde cuando intente decirte algo.
- Cuando juguemos juntos, déjame hacer turnos contigo.
- Únete a mi juego y sigue mi ejemplo.
- Habla sobre lo que estoy haciendo o viendo.
- Habla y juega conmigo a mi nivel. Súbeme o bájate.



Mantente cerca en lugares nuevos y con gente nueva. Confío en ti para saber que estoy bien.



Enséñame a conocer las emociones. Nombra tus sentimientos y los míos a lo largo del día.



Ayúdame a prepararme ante situaciones nuevas o difíciles (por ejemplo, háblame de lo que va a pasar, dame un objeto que me reconforte).



Juega a resolver problemas.

Finge que olvidas una acción o un objeto durante una parte de nuestro día y fíjate si recuerdo lo que tengo que hacer.

¿Qué necesitas para comerte los cereales?



Dame **opciones** a lo largo del día.



Puede encontrar más recursos familiares en ChallengingBehavior.org/Implementation/Family.html



Se promueve la reproducción de este documento. No se necesita permiso para reproducirlo. Si se modifica o se usa en otro formato, sírvase citar la fuente original. Este es un producto del Centro Nacional para Innovaciones del Modelo Pirámide y su publicación fue posible mediante el Acuerdo Cooperativo #H326B220002, que es financiado por el Departamento de Educación de los Estados Unidos, Oficina de Programas de Educación Especial. Sin embargo, esos contenidos no representan necesariamente la política del Departamento de Educación; por lo tanto, usted no debe suponer que tienen el respaldo del Gobierno Federal.

The translation of this document was performed by a third party. NCPMI makes no guarantees as to the accuracy of the translation.

Pub. 07/14/23