

## **CONSEJOS BÁSICOS A LAS FAMILIAS**

- ¿ Donde deben dirigirse los padres si están preocupados?
- ¿ Qué podemos hacer en casa?
- Mas información

---

### **¿Donde deben dirigirse los padres si están preocupados?**

A continuación describimos una serie de centros y servicios donde puedes encontrar profesionales que evalúen a tu hijo/a y donde puedes encontrar asesoramiento técnico y en algunos casos intervención:

- A) Servicios públicos**
- B) Centros privados**

#### **A) Servicios públicos**

1. Si el niño es menor de cuatro años puede dirigirse a un **Servicio de Atención Temprana**. Generalmente te pueden informar de los que existen en tu localidad en los servicios sociales de tu ayuntamiento.

- Sevilla Capital no dispone de un Centro de Atención Temprana, pero os podéis dirigir al Centro de Estimulación Precoz de la Hermandad del Buen Fin, que atiende a niños de hasta 4 años de edad  
[http://www.hermandadbuenfin.org/O\\_asistencial/centro.htm](http://www.hermandadbuenfin.org/O_asistencial/centro.htm)
- Lista de Servicios de Atención Temprana de los Municipios de la Provincia de Sevilla
- Asociación Interprofesional de Atención Temprana de Andalucía (A.T.A.I.)  
<http://www.atenciontemprana-atai.org/presentacion.htm>

2. Si el niño es mayor de 3-4 años debe solicitar estudio y apoyo escolar a los **Equipos de Orientación Educativa de los Centros Escolares (EOEs [enlace a documento pdf EOEs](#))**. Para ello, debéis dirigiros al tutor escolar de niño, ya que es éste el que solicita la valoración del equipo. Si el niño todavía no ha comenzado la escolarización, los padres pueden contactar con el EOE de su zona por teléfono o por correo electrónico

[Enlace listado EOEs](#) (se accede al equipo haciendo clic en el código)  
[http://www.juntadeandalucia.es/averroes/comunidad\\_educativa/eoes.php3](http://www.juntadeandalucia.es/averroes/comunidad_educativa/eoes.php3)

Ver también nuestro apartado de Atención Educativa a Niños con TEL, [sección escolarización](#).

3. Todos los niños deben acudir a los distintos **Servicios sanitarios**: Unidades de neuropediatría de los distintos hospitales públicos o privados.

4. Para la obtención del Certificado de Minusvalía, debéis dirigiros a los **Centros de Valoración y Orientación** de la Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social. En los Centros de Valoración los niños no reciben intervención, sólo se les realiza una

evaluación y se determina la existencia y el grado de minusvalía (psíquica en este caso)

Podrás encontrar más información sobre los Centros de Valoración y los beneficios y ayudas institucionales a los que el Certificado de Minusvalía da acceso en nuestra sección [Ayudas y Beneficios Institucionales](#). ([enlace a la pp de ayudas](#))

## **B) Centros privados**

En la provincia de Sevilla existen un número de Centros Psicopedagógicos con profesionales especialistas en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos del desarrollo en general, y del lenguaje en particular. A continuación listamos algunos que la Asociación conoce en Sevilla Capital, donde nuestros hijos reciben intervención:

- **Fundación ICSE.**C/ Asturias 13, 41010 Sevilla, Teléfono 954 344 019
- **Valores interés social** (antiguo Centro Clase). C/ Juan de Mariana 21. Teléfonos 954 582126 y 954 583324. Web <http://www.valores.org.es>
- **AKROS.** C/ Mariano Benlliure 72, Sevilla, Teléfono 954 574838

Esperamos poder ampliar en breve este directorio con Centros de otras provincias andaluzas

[Inicio](#)

---

## **¿Qué podemos hacer en casa?**

1. [Aceptar a nuestros hijos tal y como son](#)
2. [Apoyar e incrementar las interacciones sociales positivas](#)
3. [Asegurar y mejorar el bienestar personal](#), así como la primacía de la expresión de humor y respuesta emocional positiva
4. [Mejorar la disposición u organización del entorno](#) tratando de incidir favorablemente en el bienestar y en el desarrollo del niño
5. [Intentar conocer al máximo las habilidades o puntos fuertes](#) (talentos e intereses) de nuestros hijos, tanto como las débiles, de cara a organizar mejor las experiencias de aprendizaje para que se ajusten a los “talentos” o “clases de inteligencia” en que nuestro hijo tiene más capacidad.

[inicio de página](#)

---

**1.** Creemos que el primer paso debe ser **tratar de aceptar a nuestros hijos tal y como son**, con su discapacidad o sus dificultades de comunicación, pero también con miles de otras cosas maravillosas y gratificantes. Debemos estar orgullosos de ellos porque hacen un esfuerzo mucho mayor que los demás niños para conseguir algunas metas.

**2. Apoyar e incrementar las interacciones sociales positivas** del niño, o mejor dicho de todos los miembros de la familia. Incentivando y aumentando las relaciones interpersonales cercanas y cordiales ayudamos a nuestros hijos a ser más competentes y felices. También es interesante que los padres busquen **apoyo social**

en amigos, familiares y grupos de padres que están pasando o han pasado por experiencias educativas similares. El desarrollo psicológico se construye en gran medida a través de las interacciones con otras personas. De cara al niño, básicamente se recomienda:

- **Propiciar relaciones cordiales** y cercanas múltiples (padres, abuelos, tíos, amigos, compañeros de colegio.....). Es importante potenciar que juegue con otros niños, no importa que sean más pequeños.
- Buscar e incrementar **momentos agradables de interacción o de acciones conjuntas de ambos padres con su hijo/a**. Dependiendo de la edad podemos proponerle jugar juntos a un juego motor o simbólico (jugar al escondite o a las peluquerías), leer un cuento, jugar al parchís, ir a tomar un helado o ir juntos al lavado del coche. Los tiempos dedicados a estas actividades no son necesariamente largos, en ocasiones nos basta con unos minutos. Los padres pueden alternarse en estas actividades compartidas, procurando que ambos miembros de la pareja participen en el cuidado, educación e interacción con el niño en diferentes momentos del día. Si nuestro hijo es pequeño necesitará un tiempo diario para estar y jugar con nosotros, si es mayor las actividades o encuentros pueden ser más espaciados. Es importante que aprovechemos los horarios y actividades comunes de la familia (desayuno, comida, horario de ver la TV, cena..) para dialogar y reírnos con nuestros hijos. Debemos procurar que al menos algunas de las comidas diarias se hagan sin prisas ni sobresaltos; apagando la televisión y fomentando el diálogo y las bromas compartidas (aunque sea una vez a la semana si sus hijos no tienen los mismos horarios que nosotros). En las actividades compartidas, se trata de propiciar un rato de disfrute en el que evitemos las demandas, las correcciones y el juego dirigido. Podemos tratar de seguir las iniciativas de juego o los intereses del niño para pasar un rato agradable juntos. Si el niño es pequeño o sus competencias son menores se aconseja fomentar interacciones rutinizadas, recurrentes y con un alto grado de predictibilidad (juegos de “preparados, listos, ya”, “chocar y caerse”, escondite simple, etc..).
- Potenciar los **tiempos sin prisa** en las distintas rutinas de la vida diaria.
- Favorecer experiencias de relación en **distintos contextos**. Salir y mostrar a nuestro hijo distintos entornos: visitas al parque, al campo, cine, el zoo de la localidad, un museo acorde a su edad, visitas a casas de amigos, ir a una heladería.....
- Buscar o **ayudarle a encontrar amigos y/o grupos de ocio** que coincidan con los intereses y/o puntos fuertes del niño. Podemos tratar de invitar a casa a niños de su clase con intereses similares y/o apuntarle a grupos de ocio dedicados a actividades de su interés (por ejemplo apuntarle a un grupo que hace patinaje o acampadas en el campo).
- Enseñarle y reforzarle competencias comunicativas y sociales adecuadas. Es muy importante **enseñarles a expresar sus deseos, a elegir y a rechazar de forma adecuada, fomentando que exprese sus sentimientos y opiniones**. Esto puede hacerse tanto con lenguaje hablado como con procedimientos alternativos que incluyan gestos, signos o sistemas visuales de comunicación alternativa (por ejemplo señalando una foto de un panel de 2, 4 u 8 fotos en el que se ven representados distintos alimentos o distintas chucherías que puede elegir el niño para merendar). Es indispensable **preparar el ambiente físico y social del hogar para que surja la necesidad de comunicar y para que existan numerosas**

**oportunidades de intercambio comunicativo** del niño con los miembros de su familia en los que pueda elegir y expresar sus deseos u opiniones. También debemos **favorecer la comprensión de los deseos, intenciones y opiniones de las otras personas**. Debemos enseñarles a comprender a otras personas, a ponerse en el lugar de otros y a mostrar empatía social.

- **Darles ejemplos de buenos modales y enseñar normas de educación**, esto facilitará su integración social.
- **Potenciar las habilidades de escucha y el control instruccional**. Debemos asegurar que nuestro lenguaje se adecua a los niveles de procesamiento/comprensión del niño y trabajar de forma constante el hecho de que siga nuestras consignas (en ocasiones es necesario hacer “prácticas de obediencia” o “prácticas” de seguimiento de instrucciones. Debemos acostumbrarle a escuchar y a obedecer las instrucciones.
- **Integrarle en actividades sociales de la comunidad** en las que pueda participar (deportes, música, caminatas al aire libre, paseos en bici....) cuidando no sobrecargar su inmersión en ambientes “verbales” que no se adapten a los niveles de procesamiento lingüístico del niño. Es **mejor buscar actividades que entren dentro de sus intereses y “talentos”** o puntos fuertes de habilidad.
- **Potenciar la coordinación y/o los lazos entre los distintos entornos (colegio, familia, logopedas, terapeutas o apoyos externos, médicos, etc.)**. Es muy importante que los padres se coordinen con los profesores y terapeutas del niño, además ellos pueden servir de lazo coordinador de los distintos entornos.
- **Es conveniente organizar a la familia de forma que no se sobrecargue a una sola persona**. Las labores de crianza y educación de los hijos deben **compartirse**.
- **Debemos aprender a buscar ayuda (no somos absolutamente indispensables para nuestro hijo/a)**. El dejarlos con otras personas responsables les ayuda a madurar

**3. Asegurar y mejorar el bienestar personal, así como la primacía de la expresión de humor y respuesta emocional positiva**; también es necesario **potenciar** un amplio número de habilidades y rasgos de personalidad que concretan la **inteligencia emocional**, fundamentalmente: a) Conciencia de sí mismo y de las propias emociones y estados mentales (*qué quiero, cómo me siento, cómo puedo sentirme mejor, qué es lo que me gusta o disgusta, que pienso sobre.....*). b) Autorregulación personal, incluyendo habilidades para la identificación/perseverancia de metas o tareas, organización-planificación en la resolución de problemas y habilidades de autocontrol tales como ser capaz de controlar los impulsos y para afrontar la ansiedad y/o los estados de frustración, diferir gratificaciones o regular los estados de ánimo; y competencias de autoevaluación. c) Optimismo, motivarse y perseverar a pesar de las frustraciones, incluye autoestima; d) Empatía (comprender a otros y ponerse en su lugar).

Un punto importantísimo a la hora de asegurar el bienestar personal es llevar a cabo un **buen control de la salud**. Los niños que presentan crisis conductuales no previstas deben ser estudiados en profundidad para descartar posibles problemas de salud (dolor de muelas, oídos, etc.).

Básicamente se aconseja:

- **Darles y expresarles amor de forma incondicional.** Ser cariñosos. Asegurarnos de que sienta y sepa que es querido y estimado, de que es alguien especial para nosotros. Debemos **practicar el elogio y las muestras de afecto** que más motiven a nuestro hijo.
- **Reforzar y alabar a menudo su conducta, alabando no solo sus logros sino también sus esfuerzos.** Tenemos que asegurarnos de señalar todos los días lo bueno y positivo que ha hecho el niño, sobre todo si tenemos que hacer alguna corrección o conducta disciplinaria negativa. Es conveniente expresar al menos 2-3 comentarios positivos por cada corrección o conducta disciplinaria. Usaremos elogios concretos ("Me gusta como has hecho la cama"), asegurándonos que son elogios merecidos y emitidos por conductas específicas. Aunque debemos reiterar las alabanzas, no hay que olvidar que debemos plantearnos expectativas y objetivos que estén dentro del nivel potencial del niño. Es importante que las expectativas sean objetivas y realistas; para ello lo mejor es que los padres busquen información de los profesionales acerca del desarrollo evolutivo de su hijo y de sus niveles potenciales. Debemos usar métodos claros, naturales y ajustados a la edad del niño para asegurarnos que toma conciencia de los elogios y de las conductas que los motivan. Además de las alabanzas verbales, cuando son pequeños, podemos tener una carpeta con sus mejores trabajos, poner en un tablón de anuncios los logros u objetivos que está consiguiendo, llevar a cabo registros de conducta con economía de fichas...Se recomienda **confiar más en elogiar lo que hace bien que en castigar por lo que hace mal.**
- **Cuidar la comunicación efectiva, fundamentalmente usando un estilo positivo y claro de comunicación.** Hablarles, escucharles y tratarles de forma respetuosa. Es fundamental adecuar nuestro lenguaje al nivel de procesamiento auditivo-verbal del niño y asegurar su atención cuando le hablamos. Además debemos ser claros y precisos en nuestras solicitudes o demandas. Usaremos patrones positivos de comunicación, evitando los términos y patrones negativos (las críticas, las humillaciones, los gritos, las interrupciones, él ignorarle o él escucharle a la vez que se hacen otras cosas, el tono sarcástico...) Cuidaremos la postura y aptitud cuando le estamos escuchando y/o hablando con él (por ejemplo, no darle la espalda o no hacer otra cosa al mismo tiempo). Usaremos modales y contenidos respetuosos, además de la calma. Es bueno conversar y no sólo preguntar. Evitar las etiquetas negativas (hiperactivo/ lleno de energía, tímido/ discreto, agresivo/ impetuoso) y ejercitarse en dar instrucciones en positivo, evitando en lo posible el uso de "no" (Por ejemplo, en vez de usar "no lo tires", podemos usar "ponlo en la mesa" o "vamos a ponerlo en la mesa, mira", o en vez de "No llores, eres una llorona", podemos decir "no me gustan los gritos, me duelen los oídos y no podré oír el timbre si llaman a la puerta") Evitar las comparaciones y las etiquetas genéricas ("eres tan vago como..."/"has dejado la ropa en el suelo"). Se deben evitar las calificaciones de conducta global o de persona ("eres un vago") Tenemos que asegurarnos que usamos más el verbo "estar" que el verbo "ser" (que el cuarto este desordenado no significa que su hijo sea un vago o un desastre; si la comida que usted ha hecho esta salada eso no significa que usted sea malo/a cocinero/a

o sea un desastre). Si un niño es muy "testarudo" podemos enseñarle de forma firme a llegar a compromisos (ahora elijo yo y luego tú).

- **Ejercitarse para dar instrucciones positivas, disminuyendo el uso del "no".**
- **Cultivar el humor y la expresión emocional positiva.** Las bromas compartidas y las "payasadas" deben ser frecuentes en el hogar, tanto como las risas y otras expresiones emocionales positivas.
- **Transmitir nuestra confianza en ellos con mensajes claros. Proporcionarles oportunidades frecuentes para tomar decisiones, elegir y resolver problemas de forma independiente.** Permitirles que tome decisiones sobre algunas de las normas de comportamiento en el hogar o del centro educativo, la elección de actividades o sobre sus propios gustos e intereses. Haga que opine o tome parte de las decisiones familiares que afectan a todos (decidir donde ir de excursión o que comprar para la cena especial de un día de fiesta). Las decisiones personales o de pareja deben ser privadas. Si el niño es pequeño o no puede hablar, sus elecciones pueden consistir en elegir entre varios objetos o fotos de objetos, alimentos o actividades que desea. Escucharles y hacerles ver que nos interesamos por sus opiniones, decisiones e intereses; respetándoselas siempre que no afecten a una norma de convivencia familiar o social importante y/o no pongan en peligro su integridad o la de otros.. **Acepte que su hijo tenga otros intereses y preferencias diferentes a las suyas propias o a sus expectativas.**
- **Poner límites educativos, junto con una serie de normas básicas de comportamiento y convivencia familiar.** Deben ser normas claras, concretas y adecuadas a la edad y características del niño. Tenemos que asegurarnos que esas normas se cumplan, actuando de forma sistemática y consecuente con demandas limitadas, recompensas numerosas y métodos de disciplina natural con consecuencias lógicas ("Si no terminas los deberes no te dará tiempo a ver la televisión"). Es necesario ser firme y constante. Se recomienda utilizar el razonamiento ("Si le empujas se va a caer y le dolerá", "Si no me ayudas a recoger la mesa, yo no podré sentarme contigo a ver la tv. y estaré muy cansada para hacer las cosas de la comida que a ti te gustan"), el sentido del humor ("Por el color de tus manos parece que llevas guantes", "Ha llegado un tornado a esta habitación, me parece que es hora de que pase el servicio de limpieza"), las actividades placenteras ("Si guardas los juguetes deprisa nos dará tiempo de preparar un postre juntos" - " Es hora de que recojamos la mesa y freguemos para podernos ir a la calle", la alabanza o las muestras de agrado por anticipado ("Que buen ayudante tengo", "Se te da muy bien ordenar los armarios") y las consecuencias positivas ("Los chicos que se hagan la cama todos los días dispondrán de....." "He pensado que como tienen tu cuarto muy ordenado, podríamos jugar a ..... " "Cuando termines los deberes te dará tiempo de salir a la calle a jugar" ) . Si estas técnicas no son suficientes podemos acompañarlas de técnicas suaves de castigo o sobrecorrección. Sobre todo son útiles las consecuencias naturales relacionadas con la conducta y hacerle experimentar que es responsable de su conducta y que tiene que soportar las consecuencias de su proceder (" Sí chillas tendrás que irte a la silla de los chillones, aquí no podemos oír nada", "Como no guardes tus juguetes los guardaré yo en mi armario pero no podrás sacarlos hasta dentro de una semana porque la llave la tengo yo"). Cuanto mayor sea su hijo trate de llegar a acuerdos con él acerca de las normas de la casa, muéstrese flexible y adopte una posición firme y estricta solo en puntos que considere fundamentales. Si su hijo es pequeño, necesitará mayor control externo. Cuando el niño es pequeño puede ser adecuado usar la llamada "silla de pensar" o mejor "silla de la tranquilidad" (también se llama "tiempo-fuera"), se le coloca en un lugar tranquilo

durante unos minutos para que se calme o recapacite sobre lo que ha hecho (un minuto por año cumplido, si tiene 3 años puede estar entre 3-4 minutos; a los 4 años entre 4-5 minutos).

- **Evitar sobreprotección y/o excesivo control.** Darle libertad física para explorar y, de alguna manera, para equivocarse. **Enseñar y fomentar la independencia y autonomía personal** (habilidades de autocuidado, tareas domésticas y de cuidado del hogar, desplazamientos...). Dales la ayuda que necesiten pero evitando solucionarles todos los problemas y/o "ponerles las cosas en bandeja". No adelantarnos con nuestra ayuda.
- Plantearles expectativas que aumenten sus posibilidades de éxito y que les animen a llevar a cabo nuevas experiencias.
- **Promover la capacidad de mantener y/o de persistir en la ejecución o resolución de tareas**, así como la capacidad de proponerse criterios de meta e **interesarse por los logros positivos**. Promocionar atención mantenida desde que son pequeños.
- **Ayudarles a desarrollar un sentido de responsabilidad y de solidaridad o ayuda hacia las demás personas.** Puede aprender a ayudar a niños más pequeños que él a hacer cosas de la vida diaria (ayudar a vestirse a su hermano pequeño o a su primo, ayudarles a comprar chuches en el quiosco; ayudar a un profesor del colegio en una clase de niños pequeños...); colaborar en acciones de solidaridad social realizadas por o en la comunidad (acciones parroquiales, caritas, grupos solidarios...); y actividades de responsabilidad en el hogar (poner la mesa, limpiar los zapatos de la familia, comprar el pan...). Asegúrese de que estas actividades se acompañen de experiencias de éxito, deben programarse de modo que sean adecuadas a los niveles de desarrollo y desempeño de su hijo.
- **Asegurarnos que está en el programa y nivel escolar adecuado, de que al niño se le enseña y se le exige de acuerdo a sus posibilidades.**
- **Enseñarle que es normal cometer errores y que se deben aceptar**, aprendiendo de ellos o resolviéndolos sin más problemas añadidos. Es conveniente darle modelos donde nosotros nos autoevaluamos y reconocemos haber cometido un error sin que esto nos ocasione sentimientos negativos ni de evitación. Evitar en lo posible que el niño se evada de sus responsabilidades o de aquellos asuntos que no se han salido a la primera. Debemos evitar reaccionar excesivamente a los errores cometidos por el niño o por otras personas de su ambiente. Es muy positivo reconocer los logros o aspectos positivos antes de corregir los errores. Podemos acompañar cada "corrección" o llamada de atención hacia un error de 2-3 alabanzas o reconocimiento positivo de habilidades o logros.
- **Control médico y alimentación equilibrada y completa.**
- **Potenciar el deporte y las actividades al aire libre.**
- **Cuidar y desarrollar nuestro propio autocontrol y bienestar personal.** Debemos aprender a relajarnos y a buscar nuestras propias satisfacciones personales. Tenemos que cuidarnos a nosotros mismos, al menos un poco, y obligar a los demás a que nos cuiden y respeten. Hay que reforzar los lazos de pareja y/o amistad, así como buscar algunas ocupaciones o entretenimientos fuera del hogar o del trabajo. Digámonos a nosotros mismos lo mucho que valemos. Podemos aprender a

identificar, controlar y/o modificar nuestra ira y nuestros pensamientos negativos o desalentadores ("Me está tomando el pelo", "Este niño no va a llegar a nada", "No puedo con él", "No me quiere") y sea constructivo (¿qué quiero que el niño cambie?, ¿Qué le puedo pedir o exigir?, ¿Qué puedo hacer al respecto?, ¿Lo que he hecho hasta ahora está sirviendo para algo?...). También hay que aprender a relajar la disciplina y rutina cotidiana en momentos difíciles y recordarse a uno mismo que "no somos perfectos, no pasa nada por rectificar".

- Tratar de eliminar sentimientos negativos como la frustración, la culpabilidad, la impotencia, la tristeza (nos puede llevar a la sobreprotección del niño/a, creándole incapacidades añadidas), la vergüenza, etc
- Pasando a sentimientos y actitudes positivos, que nos ayuden a avanzar con optimismo y motivación; entre ellos:

**4. Mejorar la disposición u organización del entorno** tratando de incidir favorablemente en el bienestar y en el desarrollo del niño. Los contextos naturales de la vida diaria configuran entornos óptimos para potenciar el aprendizaje y estimular el desarrollo.

La organización del entorno implica tener en cuenta dos aspectos básicos en el diseño u organización familiar:

- a) Disponibilidad y oportunidades de estimulación variada. Incluye básicamente pensar en las actividades y en los materiales más acordes para el niño, teniendo en cuenta su edad cronológica, su edad evolutiva y sus intereses o preferencias, así como las características de los distintos entornos que conforman su vida diaria.

Básicamente debemos incluir o pensar en la posibilidad de incluir:

<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades/ materiales y/o juguetes manipulativos, de diseño y/o de dibujo. Incluye manipular alimentos o ayudar a cocinar, actividades de plástica, construcciones, encajes y puzzles, ensartes, coser, modelar.....</li><li>• Juegos/actividades de ficción e imaginación. Incluye jugar a los coches, a la peluquería, disfrazarse, imitar a un cantante, etc.</li><li>• Juegos de ejercicio físico/ centrados en la acción. Incluye correr, montar en bici, subir toboganes, fútbol, perseguir....</li><li>• Juegos/actividades de relajación.</li><li>• Actividades de ayuda en el hogar y de autocuidado personal (aseo, vestido, alimentación...)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Juegos/actividades interpersonales y de colaboración con otros.</li><li>• Juegos/actividades individuales o en solitario</li></ul>
---	--

--	--

Importante:

- ▶ *Evitar actividades o situaciones que generan ansiedad.*
- ▶ *Asegurar que dispone de algún tiempo para las actividades que son de su agrado y/o que se le dan bien.*
- ▶ *Planificar incentivando actividades coincidentes con sus “talentos” o puntos fuertes.*
- ▶ *Disponer de distintos tipos de material o de juegos de forma que se incentiven distintos tipos de actividades (manipulativas, físicas, autocuidado...). Debemos ser creativos y variados, para ello es un buen consejo la rotación de las actividades y la inventiva.*
- ▶ *Pensar en actividades y materiales que fomenten la independencia personal y el autocontrol.*
- ▶ *Planificar/organizar las actividades de ocio.*
- ▶ *Distribuir las actividades por entornos o rincones diferenciados, cómodos y adaptados a su uso.*
- ▶ *Evitar sobre-estimulación.*

- b) **Disposición/organización del entorno físico y social.** Incluye la organización del espacio, del tiempo y de los materiales, así como del grupo o grupos sociales en los que se integra esa persona.

Es necesario que el niño disponga de un espacio cómodo, luminoso y, si es posible, amplio para jugar, para trabajar, para hacer ejercicio y para relajarse. El entorno debe atraer y gustar a los niños pero hay que evitar los estímulos recargados que pueden cansar después de varias horas de actividad y dificultar las actividades objetivo. Es recomendable que el espacio este organizado por rincones o entornos distintos, favoreciendo la implicación del niño en las distintas actividades significativas que conforman su día a día (un lugar para comer, un lugar para dormir, un rincón de juego, un rincón de trabajo, etc.). Es importante que tratemos de que haya un lugar para cada cosa y un lugar para cada actividad, que existan claves visuales que le ayuden a situarse en ese espacio (¿para qué? ¿Qué hago?) y que cada rincón o entorno sea lo más cómodo o propicio posible para la actividad elegida. Los materiales o enseres que el niño va a utilizar deben estar ordenados y organizados por categorías de uso (una caja para los cochecitos y otra para los animales de la granja, etc.) Debemos evitar ambientes bulliciosos, caóticos o excesivamente hiper-estimulantes, así como minimizar elementos de distracción. Es importante no recargar los espacios con muebles o accesorios irrelevantes. Es útil colocarse al nivel del ojo del niño. Es aconsejable que el niño disponga de un espacio propio (si comparte la habitación con un hermano puede disponer de un determinado rincón o mueble para él, además de su propia cama). El niño debe sentir ese espacio como propio, podemos pedirle que nos ayude a organizarlo o decorarlo con objetos y señales personales (si es mayor los ayudantes seremos nosotros). Atención a los pequeños espacios “muertos” de la casa, pueden ser muy bien aprovechados por el niño (por ejemplo un rincón de una terraza puede convertirse en un arenero o en una piscina durante el verano, una esquina de la cocina puede convertirse en un rincón manipulativo-experimental). Un punto importante a la hora de diseñar la organización espacial es que debemos priorizar el máximo autocontrol e independencia personal.

De forma general podemos considerar como rincones o entornos básicos dentro del hogar y/o del contexto de la vida diaria del niño:

- . Rincón de música y cuentos- relajación (puede tratarse de la misma cama del niño con almohadones y posibilidad de oír/poner música desde la cama; aconsejamos, si es posible, auriculares); en este espacio se debe asegurar privacidad y silencio.
- . Mesa a la altura del niño para plástica, diseños y juegos manipulativos y una o dos baldas o cajones para disponer del material o los juguetes. Aconsejamos disponer el material en cajas independientes y tratar de ser creativos y variados.
- .Zona-rincón con juegos de ficción-imaginación Pueden incluirse materiales de juego simbólico, disfraces y juegos de construcción.
- .Zonas de ejercicio físico. Gran parte de las actividades de ejercicio físico se van a realizar fuera de la casa, además del parque y de la calle para dar paseos o montar en bici, puede ser recomendable buscar un lugar para patinar o una piscina para nadar. Dentro del hogar, dependiendo de la edad e intereses del niño podemos pensar en aprovechar al máximo las instalaciones para tratar de que el niño que lo necesite pueda disponer de un rincón para el ejercicio físico, podemos pensar en colocarle una pequeña cama elástica o trampolín individual, una cinta de andar, una espaldera para trepar, un balancín o una bicicleta estática como elementos que le inciten al ejercicio.
- . Zona de vídeo/ ordenador (importante poner horarios para delimitar tiempos de uso y compaginar con las necesidades de otros miembros de la familia)
- .Zonas comunes y/o de encuentro con otros.
- . Alimentación.
- . Aseo.
- . Sueño.

**Disposición del tiempo.** Es necesario organizar temporalmente las rutinas de la vida diaria (hora de comer, de dormir, etc.) respetando la estructuración y la rutina que necesitan los niños más pequeños o con problemas de función ejecutiva. Es decisivo implantar unos buenos hábitos de alimentación, higiene y sueño Es importante cuidar las horas en que se van a la cama, recordar que de forma general se recomiendan alrededor de 13-14 horas de sueño para un niño de 12 meses (11 de noche + la siesta), alrededor de 13 horas a los 2 años (11 noche + siesta), 11 horas para los 4 años, 10 horas para los 8 años, 9 horas para los 12 años y aproximadamente 8 horas a partir de los 16 años. Para la mayoría de las personas, el rendimiento en tareas de resolución de problemas y de alerta es mejor por las mañanas. Debemos organizar secuencias predecibles de las actividades cotidianas proporcionando claves temporales para la anticipación y la planificación de las mismas. A la hora de organizar las actividades es muy “socorrido” acudir a “la ley de la abuela” o “ley de Premack”, toda actividad de baja frecuencia que va seguida de otra de alta frecuencia aumenta de frecuencia, o, lo que es lo mismo, “si ordenas la habitación, salimos al parque ...al video-club”.

**Los padres podemos aprovechar las actividades cotidianas para reforzar el aprendizaje incidental,** sin olvidar que a la hora de organizar las actividades cotidianas es importante recordar que el juego o las actividades libres y no estructuradas (hobby) contribuyen al bienestar y al desarrollo cognitivo, social y emocional de los niños y de los adultos. Debemos asegurar o programar un

**periodo de tiempo libre o tiempo de elección individual de al menos 2 horas diarias según edad y temperamento.**

**5. Intentar conocer al máximo las habilidades o puntos fuertes** (talentos e intereses) de nuestros hijos, tanto como las débiles, de cara a organizar mejor las experiencias de aprendizaje para que se ajusten a los “talentos” o “clases de inteligencia” en que nuestro hijo tiene más capacidad. No debemos olvidar que existen **múltiples estilos de aprendizaje y/o diferentes “clases de inteligencia”** (lógico-matemática, verbal, espacial, musical, corporal-cinestésica, interpersonal, intrapersonal, naturalista) y debemos ayudar a nuestro hijo a conocer y a realizarse en todas sus vertientes. Es importante diseñar los entornos y/o distintas experiencias de aprendizaje e interacción de forma que se ajusten a los “talentos” o clases de inteligencia en la que la persona tiene más capacidad. Por ejemplo, la mayoría de los niños con un trastorno del lenguaje severo se benefician de entornos de interacción que simplifican el lenguaje hablado y maximizan las señales visuales, además pueden sentirse muy competentes realizando juegos o tareas de inteligencia visoespacial (especial talento para las imágenes, las formas y los patrones, para recordar el lugar donde hemos dejado algo, recordar o reconocer como llegar a un lugar, reconocer marcas de coches o imágenes, rompecabezas, juegos de informática, construcciones...), de inteligencia musical, de inteligencia naturalista (cuidando plantas o animales, montando a caballo, paseando por el campo...) o de inteligencia corporal-cinestésica (talento con el cuerpo y la experiencia táctil y cinestésica). Generalmente se pueden beneficiar de modelos de aprendizaje kinestésico, visual o musical en los que se le enseñe a través de imágenes y claves visuales (colores, dibujos...), de sensaciones corporales (tocando, manipulando, etc.) o con claves melódicas (ritmo, canciones.etc.). En este sentido podría ser útil, para un niño en concreto que tenga un estilo de aprendizaje preferentemente visual, el uso de carteles o señales visuales para ayudarle a organizar su tiempo o a recordar las normas, en otros casos puede ser aconsejable emplear un casete con normas grabadas junto con canciones en el caso de preferencia musical y/o con buena memoria auditiva, o emplear representaciones gestuales y/o mímicas para una persona con preferencia cinestésica. También podría ser conveniente, por ejemplo, para un niño con preferencia cinestésica, dejar que riegue las plantas mientras escucha el cuento o que manipule una pelota de goma mientras el padre termina de vestir a la hermana pequeña.

Para mas información, puedes consultar los siguientes textos:

- **La Comunicación con un niño disfásico (Mariana xxxxx)**
- 
- **Orientaciones del lenguaje en el hogar (Maria Gortazar)**