

Usando Temporizadores y Enseñándole a los Niños a Esperar

Randi A. Phelps, M.A.

División de Pediatría de Desarrollo y Comportamiento

Objetivos de Aprendizaje

1. Entender el propósito de temporizadores y cómo usarlos para asistir a niños con discapacidades de desarrollo durante transiciones.
2. Enseñarle a niños con discapacidades de desarrollo a esperar y ser paciente.

¿Qué son apoyos visuales?

Una imagen u otra herramienta visual que se usa para comunicarse. Estos ayudan a niños con discapacidades de desarrollo que tienen dificultad comprendiendo y usando lenguaje.



Descanso



Usando Temporizadores para Asistir durante Transiciones



¿Qué es?

Temporizador Visual

- ¡El tiempo es un concepto abstracto y un temporizador visual puede ayudar!
- Los temporizadores se usan para enseñarle a niños cuanto tiempo ellos estarán participando en una actividad antes de una transición a otra actividad.



Visual Timer 4+
INFIX SERVICES PVT LTD
★★★★★ 4.7, 245 Ratings
Free · Offers In-App Purchases



Visual Countdown Timer 4+
Fun visual countdown timer
Fehners Software LLP
★★★★★ 4.6, 9.3K Ratings
Free · Offers In-App Purchases

¿Por qué es útil?

Temporizador Visual

- Le enseña a los niños a seguir direcciones.
- Provee expectativas sobre cuánto tiempo uno estará participando en una actividad o tarea.
- Le permite a los niños a que se preparen para un cambio de lugar o actividad cuando el temporizador suene.
- La predictibilidad reducirá la frustración y el enojo del niño durante transiciones.

¿Cómo lo uso?

Temporizador Visual

- Debe ser realista sobre la cantidad de tiempo que su niño necesitará.
 - Considere el nivel de desarrollo de su niño.
 - Ej. Provea un aviso 5 minutos antes de moverse a la próxima actividad
- Establezca expectativas claras para su niño y para usted
 - Usted y su niño también deben saber lo que ocurrirá y lo que se esperará cuando suene el temporizador.

¿Cómo lo uso?

Temporizador Visual

1. *Dígale* a su niño que ajustará el temporizador por un # de minutos y *enséñele* el temporizador.



2. Dígale a su niño lo que se espera de él o ella cuando suene el temporizador.
 - Ej. “Cuando el temporizador suene, me vas a dar la tableta.”



¿Cómo lo uso?

3. Inicie el temporizador y déjelo en la vista del niño.



4. Provéale a su niño un recordatorio verbal antes de que el temporizador suene.

- Primero, usted puede decidir darle 2-3 recordatorios verbales cuando queden 5, 3 y 1 minuto. Con el tiempo le puedes dar un recordatorio cuando quede un minuto.



¿Cómo lo uso?

5. Cuando suene el temporizador, dele un recordatorio final sobre lo que tiene que hacer.
 - Ej. “El temporizador sonó, por favor dame la tableta.”

6. Elogie a su niño por seguir instrucciones.
 - Ej. “¡Buen trabajo dándome la tableta!”



*¡Elogios descriptivos son importantes para aumentar buenos comportamientos!

Entendiendo Cómo Esperar



¿Qué es?

Señales Visuales para *Esperar*

- Un visualizador y acto verbal que le indica a su niño que debe esperar durante un breve periodo de tiempo antes de que él o ella pueda tener acceso a un artículo o actividad preferible.

¿Por qué es útil?

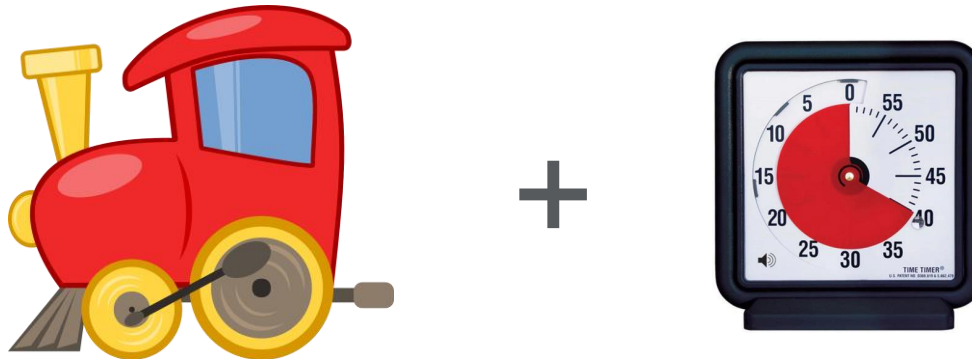
Señales Visuales para *Esperar*

- Le enseña a los niños a seguir instrucciones.
- Le enseña a los niños que ellos no obtendrán lo que quieren inmediatamente, pero que lo recibirán eventualmente.
- Clarifica cuando tendrán acceso a artículos o actividades preferibles.

¿Cómo lo uso?

Señales Visuales para Esperar

- El padre o madre debe tener control sobre
 - El reforzamiento (o lo que el niño va a querer)
 - La cantidad de tiempo que el niño tendrá que esperar para obtener el reforzamiento.



¿Cómo lo uso?

1. Establezca una situación donde su niño le pedirá un artículo preferible. Después de que su niño le pregunte por el artículo, dele la tarjeta de 'Espera' y dígame, "Lo puedes tener, pero tienes que esperar" o "Espera primero."



<https://www.clipart.email/download/9986810.html>



¿Cómo lo uso?

2. Use la tarjeta de 'Espera' en combinación con un temporizador para enseñarle al niño exactamente cuánto tiempo tiene que esperar.
 - Comience dando expectativas bajas – como ponerlo a esperar por solo 1 minuto.
 - Asegúrese de elogiar a su niño por esperar pacientemente.



+



¿Cómo lo uso?

3. Cuando el temporizador suene, dele al niño el artículo preferible y obtenga la tarjeta de 'Espera' mientras *describe* el comportamiento del niño, “¡Buen trabajo esperando!”



**¡Elogios descriptivos son importantes para aumentar buenos comportamientos!

<https://www.clipart.email/download/1761773.html>

¿Cómo lo uso?

4. Continúe usando la tarjeta de 'Espera' durante el día y *gradualmente aumente* la cantidad de tiempo que su niño debe esperar por par de segundos cada vez hasta que ellos puedan esperar sin problema.

Solución de Problemas

- Continúe usando la tarjeta de 'Espera' y NO le de a su niño el objeto que prefiere a menos que haya completado el tiempo de espera sin mala conducta.
- NO le de el objeto preferible a su niño si tiene un berrinche.



Solución de Problemas

- Comportamiento Difícil
 - Pare y comience el tiempo de espera de nuevo.
 - Dele a su niño la tarjeta de ‘Espera’ de nuevo y dígame, “Tienes que esperar.”
- Si los comportamientos difíciles continúan
 - Ajuste el temporizador para que espere por menos tiempo para que su niño pueda lograr esperar.

Ejemplo



Puntos Importantes

- Los temporizadores pueden ayudar con transiciones entre actividades y reducir sentimientos de enojo y frustración.
- Enseñarle a su niño a ‘esperar’ puede con el tiempo aumentar su paciencia.
- *Elogios descriptivos* aumentan buena conducta.
- Usando temporizadores y enseñándole a los niños a esperar puede tomar tiempo y práctica. ¡Eso está bien!

Preguntas y Respuestas

- Ahora tomaremos 10 a 15 minutos para contestar preguntas.
- Su opinión es importante para nosotros. Por favor complete el cuestionario localizado en la caja del chat.
- ¿Tiene preguntas adicionales o necesita recursos? Escríbanos a DDBPFamilySupport@cchmc.org