

## TU HIJO/A:

Nombre del niño/a

¿Te busca a ti, a otro adulto conocido o busca un objeto favorito para que lo/a ayuden a calmarse o que lo/a consuelen?

Con frecuencia       A veces       Todavía no

¿Modifica sus reacciones emocionales en respuesta a los demás? (por ejemplo, observa cómo reaccionan otras personas ante un ruido fuerte)

Con frecuencia       A veces       Todavía no

¿Tiene alimentos o juguetes favoritos?

Con frecuencia       A veces       Todavía no

¿Quiere jugar o interactuar contigo incluso cuando no estás haciendo cosas para él/ella?

Con frecuencia       A veces       Todavía no

¿Muestra interés en las acciones de otros/as niños/as?

Con frecuencia       A veces       Todavía no

Cortar y entregar a la escuela.



Cortar y guardar.

### Ayuda a tu hijo/a a que aprenda a calmarse a sí mismo/a

Tu hijo/a seguirá necesitando tu apoyo y atención, y le llevará un tiempo hasta que pueda manejar todas sus emociones. De todos modos, es posible que comience a usar algunas formas de calmarse. Una manta o un juguete especial pueden servirle de consuelo. Acostarse en un lugar que les resulte familiar puede servirles a algunos/as niños/as para calmarse. Habla sobre las acciones y los sentimientos de tu hijo/a (por ejemplo, puedes decirle: «Estás triste, pero abrazar al conejito te hace sentir mejor»).

### Permite que tu hijo/a «dé por terminada» una situación

Cuando tu hijo/a se haya cansado de una situación y te demuestre que quiere darla por terminada, permítele tomar esta decisión de ser posible. No siempre puedes permitirle que decida, por razones de salud y seguridad, pero cuando puedas, hazlo. Al hacerlo, comenzará a reconocer sus propios sentimientos y a comunicar sus necesidades. Debes prestar atención a las señales que indiquen que se está comenzando a sentir abrumado o inquieto. Pregúntale si ya «terminó» con palabras o señas.

### Encuentra oportunidades para que esté cerca de otros/as niños/as

Señala a otros/as niños/as. Jueguen juegos que puedan interesarles a otros/as niños/as o que los/as involucren en una actividad común. Permíteles que exploren el mismo espacio mientras supervisas.

