

GUÍA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA
PADRES DE NIÑOS CON TEA

EL MUNDO A TRAVÉS DE SUS OJOS



El inicio de una nueva mirada

Hola bienvenido a un nuevo camino, dónde conocerás y descubrirás diferentes formas de ver la vida. Si tienes este libro en tus manos, es probable que te encuentres en uno de dos momentos:

- ★ Quizás, el diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista (TEA) es una noticia reciente que ha transformado tu mapa familiar.
- ★ O tal vez llevas tiempo recorriendo el camino del proceso terapéutico, buscando esa pieza del rompecabezas que te ayude a conectar mejor con tu hijo/a en los días más difíciles.

Cualquiera que sea tu punto de partida, quiero que sepas algo fundamental:

**NO ESTÁS SOLO Y NO SE TRATA DE HACERLO
PERFECTO.**

Durante mucho tiempo, las conductas de los niños con TEA –los gritos, la selectividad, el aleteo, los berrinches– se interpretaron como "mala conducta" o falta de límites.

 Hoy, sabemos que estas acciones son un lenguaje. Tu hijo está luchando con un sistema nervioso que procesa el mundo de una forma distinta, más intensa y, a veces, abrumadora.

La regulación emocional se construye, en la repetición de los pequeños momentos cotidianos: en cómo le avisas que la hora del parque terminó, en cómo le ofreces un pictograma cuando no encuentra las palabras. 

Estás formando un cerebro, una autoestima y una manera de relacionarse con el mundo. Paso a paso, con amor y estructura, tu acompañamiento marcará la diferencia.

**EN LAS SIGUIENTES PÁGINAS, ENCONTRARÁS
HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA QUE PUEDAS PASAR
DE LA REACCIÓN A LA CONEXIÓN.**

COMENCEMOS



**CAPÍTULO 1:
EL PODER DE VER EL
TIEMPO**

AGENDAS VISUALES PARA UN HOGAR SIN CRISIS

¿Alguna vez te has sentido ansioso por no saber qué va a pasar después? Para un niño con TEA, el mundo puede sentirse caótico y ruidoso. Las palabras se las lleva el viento, pero las imágenes permanecen.

Una Agenda Visual no es solo un horario; es un mapa que le dice a tu hijo: "Estás seguro, esto es lo que sigue".

¿Por qué funcionan las imágenes?

La mayoría de los niños con TEA son pensadores visuales. Mientras que las instrucciones verbales pueden ser difíciles de procesar (especialmente bajo estrés), una imagen es concreta. Al usar agendas, transformamos el tiempo –que es algo invisible– en algo que pueden ver y tocar.

AGREGA UNA IMAGEN AQUÍ

PASO A PASO: CÓMO CREAR TU PRIMERA AGENDA VISUAL

1. ELIGE EL FORMATO:

Puedes usar una pizarra blanca, una cartulina en la pared o incluso una carpeta pequeña.

2. USA FOTOS REALES O PICTOGRAMAS:

Si tu hijo es pequeño o tiene un diagnóstico reciente, usa fotos de su plato, su cama y su parque. Esto hace que la conexión sea inmediata.

3. MANTÉN LA SECUENCIA SIMPLE:

No satures el día. Empieza con bloques de 3 o 4 actividades (ej. Desayuno -> Terapia -> Parque -> Almuerzo).

4. LA MAGIA DEL "LISTO":

Cuando una actividad termine, permite que tu hijo quite la imagen o le ponga una marca de "X". Esto le da una sensación de logro y cierre.

EJERCICIOS PRÁCTICOS PARA HACER HOY MISMO

Actividad 1: El Tablero de "Primero / Después"

Esta es la herramienta más potente para negociar sin peleas. Ayuda a que el niño entienda que para llegar a lo que quiere (el premio), debe pasar por una tarea necesaria.

CÓMO HACERLO:

DIVIDE UNA HOJA EN DOS COLUMNAS. EN "PRIMERO" PONES LA FOTO DE "GUARDAR JUGUETES" Y EN "DESPUÉS" LA FOTO DE "TABLETA" O "GALLETA".

CONSEJO EXTRA:

NO LO DIGAS SOLO CON PALABRAS. SEÑALA EL TABLERO MIENTRAS LO DICES. ESTO REDUCE LA CONFRONTACIÓN DIRECTA.

Actividad 2: La Caja de las Transiciones

Si a tu hijo le cuesta dejar de jugar para cambiar a otra actividad, este ejercicio es para ti.

EL EJERCICIO:

5 MINUTOS ANTES DE CAMBIAR DE ACTIVIDAD, DALE UNA "TARJETA DE TRANSICIÓN" (UNA IMAGEN QUE REPRESENTA LA SIGUIENTE TAREA).

LA PRÁCTICA:

DILE: "CARLOS/EMILIA, EN 5 MINUTOS EL JUEGO TERMINA. AQUÍ TIENES LA TARJETA DE LA DUCHA". DEJA QUE SE QUEDE CON LA TARJETA EN LA MANO. ESE OBJETO FÍSICO LE AYUDA A SU CEREBRO A PREPARARSE PARA EL CAMBIO.