



**Boletín informativo N° 1**

**Por: Magíster Sonia Trotman**



**Un espacio de tranquilidad en casa en beneficio de los niños con la condición de autismo: DESPUÉS DE REALIZAR TAREAS ESCOLARES**



## ESPACIO DE TRANQUILIDAD EN CASA



Muchos estudiantes con la condición de Autismo se les dificulta comprender situaciones cambiantes imprevistas, tales como, cumplir en la casa las tareas escolares que antes realizaba en el contexto educativo. Esta situación se está dando debido al confinamiento, a causa de la pandemia del COVID-19.

Resulta difícil entender esta realidad

**E**s importante disponer de un espacio de tranquilidad en la casa, donde pueda relajarse después de realizar las actividades escolares.

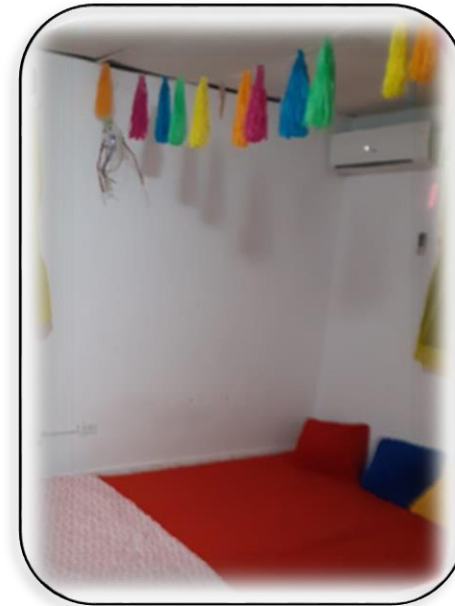


Imagen propiedad de SEDI, 2020

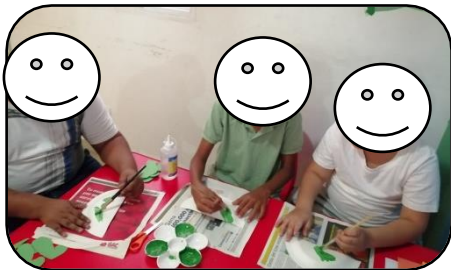
## ¿CÓMO LO PUEDE LOGRAR?

### PASOS A SEGUIR PARA INICIAR UNA TAREA:



1. Organice todos los recursos que vaya a utilizar, con **ANTICIPACIÓN**.

2. Tenga todo a su alcance: goma, lápices de colores, papel de colores, témperas y otros.



3. Se debe cumplir a cabalidad la actividad organizada. Éstas deben ser motivadoras, creativas y variadas.

## ¿CÓMO LO PUEDE LOGRAR?

4. A final felicite a su hijo (a), por la actividad realizada. Debe entender que logró un verdadero resultado de aprendizaje.



## Pausa...

Después de haber cumplido una tarea, organice acciones divertidas para su hijo (a) a través de juegos:

Hora del abrazo, hora de cantar, hora de...

Hoy la pausa activa será...

## ¿QUÉ NECESITA PARA ORGANIZAR UN ESPACIO DE TRANQUILIDAD EN CASA?

### PASOS A SEGUIR DESPUÉS DE LA TAREA:

1. Al principio, es necesario acompañar al niño o a la niña con autismo al espacio de tranquilidad, para anticiparle su ubicación. Se le da las indicaciones precisas y con tono de voz **suave**.
2. Se debe combinar ejercicios motores, tales como: balanceos, movimientos de manos, de los pies,



entre otros. Dichos movimientos pueden estar acompañados de música relajante o sonido de ambiente: lluvia, corriente de agua, sonidos de aves, sonidos del mar, brisa y otros.

3. **RESPUESTA ADAPTATIVA:** Se logra relajación cuando el niño asume la posición acostada en la colchoneta al escuchar la música. Esta actividad se puede repetir diariamente, hasta lograr **conductas adaptativas: "HAY QUE RESPETAR SU ESPACIO"**



Fuente: imagen de SEDI-2020

### **Para aprender y recordar:**

Para la **adaptación del entorno**, considere siempre la información por adelantado (feedforward) y a la información de lo realizado (feedback). *Javier Tamarit Equipo CEPRI. Madrid, p. 161.*

#### **4. Los recursos que debe mantener en ese espacio de tranquilidad en casa, son:**

- Colchoneta, almohadón, puf o alfombra de foami.
- Algunos almohadones de colores y de agrado del niño o de la niña.

- Algunos guantes rellenos de algodón o algún peluche suave. Puede ser un objeto del agrado del niño o de la niña (**algo que pueda presionar con la mano**). Igualmente, puede elaborar un peluche de medias de colores.

#### **5. Los recursos que debe mantener en ese espacio de tranquilidad en casa, son:**

- Algunos recursos visuales para que logre mantener la mirada (**pelotitas suaves de colores, botellitas sensoriales caseras, otros**).



- Bolsitas de tela de colores rellenas de bolsitas de té o en hojitas secas de diferentes olores. Que el niño manipule y huela (bolsitas de olores naturales: romero, canela, clavitos de olor, lavanda, otros)
- Música de sonidos de ambiente.
- Poca luz.

Los recursos pueden ser elaborados en casa.



Guantes sensoriales



Botellas sensoriales

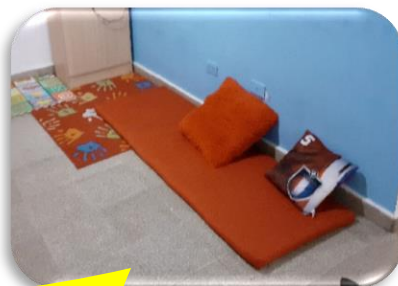


Bolsitas sensoriales



Esponjas sensoriales

# Modelos de espacios de calma en casa:



**Modelo de espacios en SEDI**

**Modelo de internet**

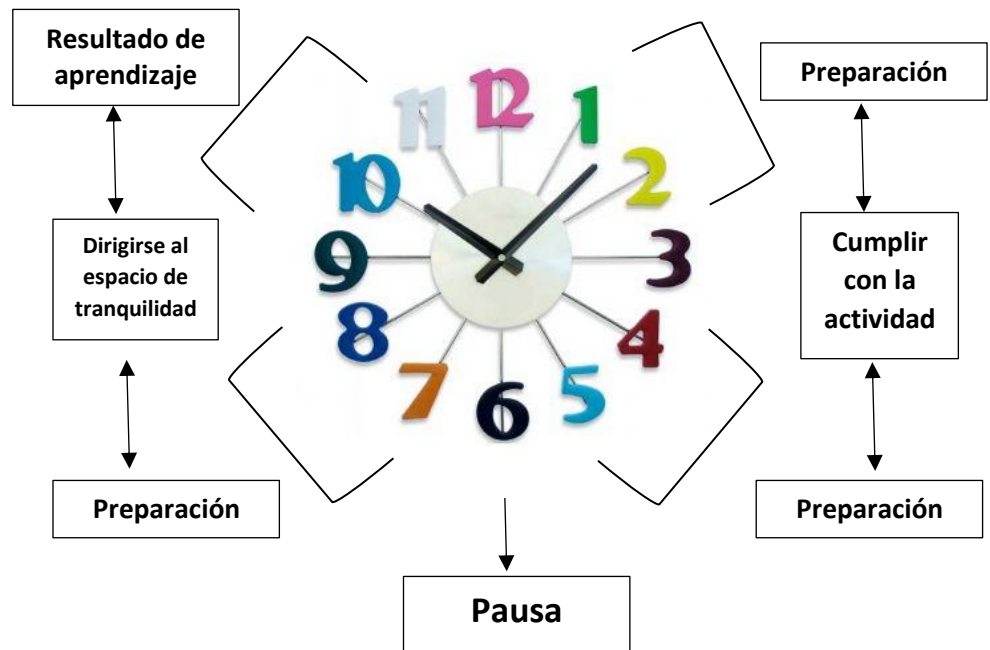


# Papá y mamá

En plena crisis de la pandemia del coronavirus en el mundo, les exhortamos a:

- Mantener la calma
- Realice las actividades de manera segmentada. Es decir, en pequeños pasos. Poco a poco.
- Evite abrumar a su hijo (a) con tantas tareas a la vez.
- Entender que su hijo o hija necesita un espacio de relajación.
- Los recursos pueden ser elaborados con material de reciclaje.

- Use la forma de un reloj para segmentar las actividades en pequeños pasos.



De propia autoría (Trotman, S., 2020)