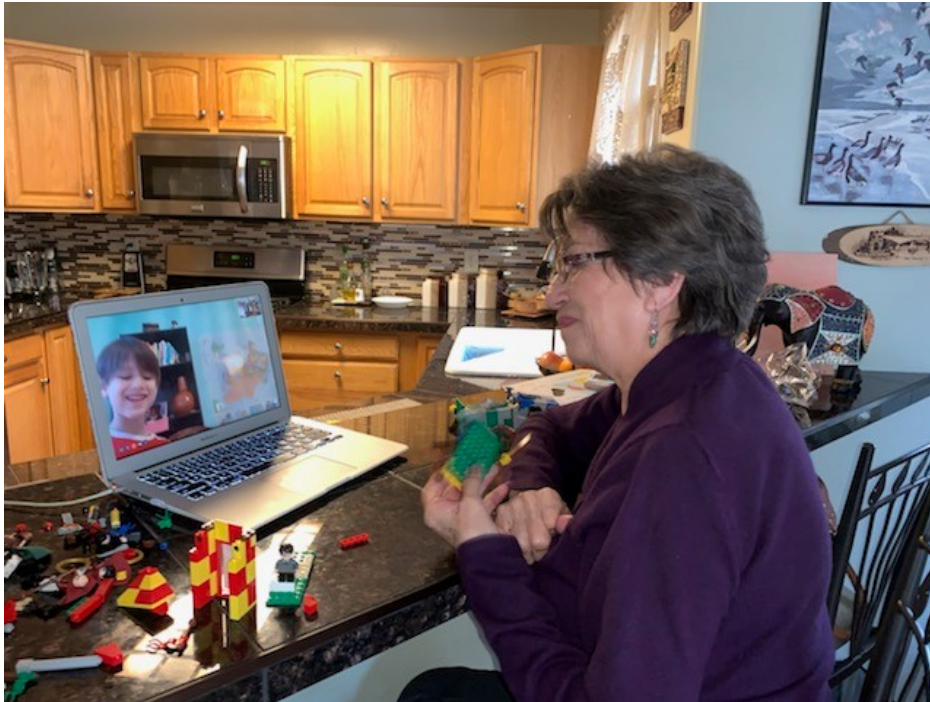


Las Ventajas Inesperadas de Quedarse en Casa: Como Pueden Ayudar los Abuelos y Amigos Especiales: Comunicándose Remotamente Con Los Niños Pequeños

Por: Carolyn Webster-Stratton, Ph.D.

Basado en La Serie de Entrenamiento de los Padres, los Maestros, y los Niños ©Incredible Years®



Las Ventajas Inesperadas de Quedarse En Casa

Mientras las ordenes de refugiarse en casa están implementadas por todo el mundo, muchos abuelos, tías, tíos, y amigos especiales sienten la pérdida de estar aislados socialmente de los niños que aprecian. Durante tiempos de estrés y privación para las familias el impulso natural es de unirse para ofrecer apoyo. Sin embargo, esta opción está bloqueada temporalmente con la presencia de el coronavirus. A la vez los padres de niños pequeños están más estresados que nunca. Muchos han perdido sus trabajos y no tienen los fondos para pagar el alquiler. Otros siguen trabajando afuera y tienen miedo de transmitir el virus a sus familias. Otros trabajan desde la casa y están agotados de hacer malabarismos por las demandas del trabajo y educar a sus hijo/as a la vez. Todos necesitan un descanso de los niños pequeños y su energía constante a quienes les ha cambiado la rutina diaria. Los abuelos y otros parientes y amigos pueden estar frustrados de no poder cuidar a los niños u ofrecer su apoyo en persona. También pueden estar tristes de no poder disfrutar la compañía de sus nietos, sobrinos, u otros niños queridos.

Al sugerirles que utilicen FaceTime, What's App, Zoom, Google Hangouts, o Skype para conectarse con sus nietos u otros niños, algunos responden que no saben como hacerlo. Aprender a usar la computadora para comunicarse con los niños pequeños puede ser una tarea desalentadora. Pero tengo que confesar que hace un mes no supe utilizar Zoom y ahora es raro que pase un día sin tener 4-5 llamadas de Zoom. No importa la plataforma que utilice, úselo como un desafío para aprender a

comunicarse con sus nietos, sobrinos, u otros niños queridos. A los niños les encantará tener esta conexión con usted y sus esfuerzos ofrecerán a los padres de ellos una oportunidad para cuidarse a sí mismo o realizar otra tarea importante sin la presencia de su(s) hijo/as.

Solamente llamar para platicar se volverá aburrido rápidamente. En vez de solamente platicar, utilice este tiempo para ayudar a enseñar a los niños pequeños a contar, realizar un proyecto de arte, leer, escribir, o compartir un pasatiempo con usted. Este documento provee algunas ideas para el uso de la telecomunicación para realizar actividades interactivas con los niños pequeños. El uso de la telecomunicación sigue los principios del Programa de Crianza de los Años Increíbles, el cual:

- Es apropiado para la etapa de desarrollo del niño y basado en sus intereses
- Es dirigido por el niño y utiliza los comentarios narrativos para incrementar el desarrollo del lenguaje
- Anima al niño a expresar sus sentimientos con el entrenamiento emocional y el juego imaginario
- Refuerza las habilidades sociales de compartir, esperar, y ayudar con el entrenamiento social
- Incrementa la capacidad del niño para resolver problemas y tener mas confianza con el entrenamiento de persistencia.



Jugar con Plastilina

Permita que su nieto le de instrucciones sobre como hacer una figura con plastilina. Deje que su niño escoja la figura, los colores y todos los demás detalles. Después de crear la figura inventen un cuento juntos sobre la figura.

Abuela: ¿Qué hacemos?

Nieto: Un cachorro.

Abuela: ¿Cuál color usamos para hacer el cachorro?

Nieto: Café.

Abuela: No tengo café. Tengo azul, rosado, verde, y amarillo. ¿Hay uno de estos colores que te gusta?

Nieto: Amarillo.

Abuela: (Forma parte del cuerpo del perro con la plastilina amarilla.) Ok. Aquí hay parte de su cuerpo.

Nieto: Quiero que esta sea la cabeza.

Abuela: Ok. Esta es la cabeza. ¿Que agregamos ahora?

Nieto: Las orejas.

Abuela: (Agrega las orejas.) Sus orejas son puntiagudas. ¿Te gustan las orejas?

Nieto: Sí. Se parece al Ratoncito Mickey.

Abuela: ¡Perfecto! Le nombramos Mickey el perro. ¿Por que no inventamos un cuento con Mickey el perro?

Nieto: ¡Sí! A Mickey el perro le encanta la pizza.

Abuela: Un día Mickey salió de su casa en busca del mejor pizza del mundo.....

Deje que su nieto dirija la escena ya que esto le da un sentido de control durante una etapa estresante en que falta mucho poder. Esta actividad incrementa su vocabulario además de su sentido de auto confianza.



Jugar con Legos

Haga una copia exacta de la figura que cree su nieto y narre los pasos que utilice para construirla.

Abuelo: ¿Que creamos?

Nieta: Un cohete.

Abuelo: Maravilloso.

Nieta: (Comienza a construir el cohete.)

Abuelo: Veo que tienes 4 grandes bloques azules y estás agregando uno más. ¿Qué estás construyendo?

Nieta: Estoy construyendo una plataforma para lanzar el cohete. Después tenemos que hacer el cuerpo, la ojiva, y las aletas.

Abuelo: ¡Genial! Tu sabes mucho sobre los cohetes. ¡Estoy aprendiendo mucho de ti!

Imitar lo que su nieto crea le deja saber que su obra es importante. La atención que le da incrementa su creatividad. Narrar sus pasos apoya el desarrollo de su lenguaje. Elogiar a los nietos les da un sentido de auto confianza.



Leer Un Cuento

Una de las ventajas de utilizar una plataforma como Zoom o Hangouts es que puede compartir la pantalla y enseñarle a su nieto/a un libro u objeto. Lea un libro con su nieto mientras él mira los dibujos.

O permita que su nieto lea un libro con usted.

Para unas ideas sobre como leer de manera interactiva, vea la hoja en el sitio de red de los Años Increíbles que se llama “Leer Con Cuidado” o CARE que es su abreviación en inglés.

(C) Tome turnos haciendo comentarios sobre los dibujos

(A) Haga preguntas abiertas

(R) Responda con elogios y ánimo

(E) Expanda sobre lo que dice su niño

<http://www.incredibleyears.com/parents-teachers/articles-for-parents/>

Otras Actividades

- **Un Tour:** Pida que su nieto le de un tour de un cuarto en su casa o su patio interior. Pida que su nieto le cuente sobre las cosas que están en ese espacio.

- **Juegos de Mesa:** Jueguen juntos un juego de mesa como Lotería. Jugar juegos de mesa ayuda a los niños a tomar turnos, esperar, y ganar y perder con gracia.

- **Cuentos:** Comparta un cuento con su nieto sobre como era la vida en su niñez.

- **Búsqueda de Tesoros:** Pida que su nieto busque objetos comunes en su casa o patio interior. Para niños jóvenes enséñeles un ejemplo de lo que buscan. Para retar a los niños mayores deles más de un objeto a la vez para recordar y encontrar. Pida que sus nietos le inviten a acompañarse a la búsqueda.

- **Proyecto de Artesanía:** Este requiere materiales adicionales entonces es mejor para un niño de edad escolar que puede juntar los materiales por si mismo. Puede pintar, pegar papel en un collage, cortar fotos de una revista, coser, o realizar cualquier otro proyecto de artesanía.

- **Haga una Fortaleza con Cobijas:** Con sus palabras alentadoras los niños de edad escolar se divertirán mucho haciendo una fortaleza en la sala o en su habitación. Haga un desafío de encontrar las cobijas, las almohadas, y las sillas para crear una fortaleza cómoda.

- **Coman una comida o bocadillo juntos.** Comience la llamada cuando su nieto este almorzando o comiendo un bocadillo. Hable con él sobre lo que está comiendo y lo que observa en el cuarto. Invite a su nieto a traer su peluche favorito a la mesa.

- **Tiempo para Hacer Ejercicios:** Haga un desafío de realizar 5 saltos de tijera, estiramientos de yoga, u otras actividades con movimientos. Únase a las actividades y permita que su nieto le de retos también. Si su nieto tiene acceso a un lugar seguro afuera, se puede realizar los ejercicios en el patio interior.

- **Juegue “Yo Veo”:** Haga que su nieto le enseñe el cuarto en el que está. Escoja un objeto y dele pistas para encontrarlo. “Yo veo algo anaranjado.” “Yo veo algo que hace música.” “Yo veo algo para sentarse.” Sus pistas pueden ser difíciles o más fáciles basado en la edad de su nieto. Tome turnos y deje que su nieto le de un reto para encontrar algo en su espacio.

- **Reto de Ayuda:** Anime a su nieto a encontrar una manera de ayudar a su familia. (Debe ser apropiada para su edad y nivel de desarrollo.) Para niños pequeños puede ser revisar la sala para encontrar todos los bloques que deben guardar. Usted puede ser la porrista para cada bloque que guarde. Para los nietos mayores esto puede involucrar organizar un librero en su habitación, alistar la mesa para la cena, o guardar los juguetes en la sala.

Más Sugerencias Para Actividades Con Los Nietos

- Puede ser útil establecer un horario regular para las charlas de video para que los niños esperen la llamada y sus padres sepan que tienen tiempo para otras actividades.
- Invite a sus nietos a planear celebraciones virtuales con usted.
- Siga los intereses de su nieto en planear las actividades.
- Sea creativo y mantenga las actividades sencillas e interactivas.
- Narre lo que su nieto hace y siente.
- Elogie y anime a sus nietos por sus ideas.
- Utilice títeres para narrar las actividades de los niños. Comparta sentimientos y problemas para resolver.
- Utilice un pizarrón para anotar sus ideas o para anotar los elogios.
- Mantenga sus inquietudes al margen durante estas charlas.
- Averigüe como se sienten sus nietos. Ofrezca empatía y comprensión y responda de manera tranquila y consoladora.
- Envíe abrazos virtuales con mucha frecuencia.
- Pida que sus nietos inventen su propio juego olímpico.

Vea el sitio de red para sugerencias más detalladas sobre los métodos de entrenamiento.

<http://www.incredibleyears.com/parents-teachers/articles-for-parents/>