

de opciones de juguetes pegadas con velcro como adaptación comunicativa asociada con la herramienta "Opciones limitadas". Las **mejoras en la comunicación no verbal** son las expresiones faciales, los gestos, el lenguaje corporal y el volumen y el tono de voz que usted usa para incrementar la comprensión del significado asociado con una herramienta. Por ejemplo, agacharse para comunicarse con su hijo a la altura de los ojos es una mejora de comunicación no verbal para la herramienta "Conexión antes de la corrección". Tanto las adaptaciones comunicativas como las mejoras en la comunicación no verbal ayudan a que las herramientas de disciplina positiva sean más accesibles para su hijo con necesidades especiales y apoyan la capacidad de su hijo para participar activamente en la resolución de problemas y en el aprendizaje.

La tabla siguiente muestra ejemplos de adaptaciones comunicativas para cada una de las herramientas asociadas con su estilo de interacción de disciplina positiva.

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	ADAPTACIONES COMUNICATIVAS
Abrazos	Imagen y/o palabra impresa "Abrazar"
Incentivación	Imágenes y/o palabras impresas que representan acciones útiles de su hijo; imágenes y/o palabras impresas de gratitud
Tiempo para enseñar	Imágenes y/o palabras impresas que muestran los pasos de la tarea
Resolución de problemas	Tabla de opciones o pizarra con imágenes y/o palabras; pizarra para la resolución de problemas
Pactos	Pizarra con rotuladores para la resolución de problemas; imágenes y/o palabras impresas en una hoja de pactos
Errores	Imágenes de sentimientos para acompañar observaciones enfáticas; pizarra con imágenes y/o palabras que ofrezcan soluciones
Soluciones con un beneficio mutuo	Pizarra o cronómetro para aclarar las expectativas de tiempo; pizarra primero-luego con imágenes y/o palabras
Ser firme y cariñoso al mismo tiempo	Imágenes y/o palabras en la pizarra: "Te quiero Y..."; pizarra primero-luego

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	ADAPTACIONES COMUNICATIVAS
Imitar	Imágenes y/o palabras escritas que muestran qué observa usted
Escucha reflexiva	Imágenes y/o palabras escritas que muestran qué oye usted
Validar sentimientos/empatizar	Imágenes y/o palabras de sentimientos
Cumplidos	Imágenes y/o palabras escritas de gratitud
Sentido de humor	Imágenes y/o palabras escritas de sentimientos
Ganar cooperación	Imágenes y/o palabras escritas de sentimientos; pizarra para compartir experiencias y soluciones
Oportunidades para hacer contribuciones	Pizarra o tabla de trabajos con imágenes y/o palabras
Distracción y redirección	Tabla de opciones con imágenes y/o palabras
Centrarse en fortalezas	Dibujo o fotografía del niño con imágenes y/o palabras relacionadas con fortalezas/ aptitudes
Desarrollar intereses	Tabla de opciones con imágenes y/o palabras que representan intereses
Rutinas	Tablas de rutina y horarios con imágenes y/o palabras
Limitar el tiempo de pantalla	Horario con imágenes y/o palabras; cronómetro
Momentos especiales	Imagen o fotografía del "momento especial" con tabla de opciones
Trabajos	Tabla de trabajos con imágenes y/o palabras; imágenes de pasos en el trabajo
Reuniones familiares o en el aula	Calendario familiar; tablas de opciones; pizarra para <i>brainstorming</i> de soluciones con imágenes y/o palabras

El cuadro siguiente ofrece ejemplos de mejoras en la comunicación no verbal para cada una de las herramientas asociadas con su estilo de interacción de disciplina positiva.

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	MEJORAS EN LA COMUNICACIÓN NO VERBAL
Prestar atención	Póngase frente a su hijo; exprese interés mediante la expresión facial y el tono de voz
Incentivación	Póngase frente a su hijo; abra los brazos, sin cruzarlos; use un tono de voz alegre y animado
Errores como oportunidades para aprender	Haga gestos de "¡Ay, no!" con las manos y los brazos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz
Controlar la propia conducta	Relaje el cuerpo; enlentezca los movimientos; haga respiraciones profundas; gesticule con las manos para agradecer que se calme; baje el tono y el volumen de voz
Firme y cariñoso al mismo tiempo	Mantenga una postura firme e inflexible; muestre compasión mediante la expresión facial; uso un tono de voz neutro y baje el volumen de voz
Escucha reflexiva	Póngase frente a su hijo; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz
Escucha de secretos	Acérquese al niño; no haga preguntas
"Escuchar" con algo más que los oídos	Use todos los sentidos para "leer" al niño; póngase frente a su hijo y observe; fíjese en cambios en el movimiento y en el calor corporal
Conexión antes de corrección	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz
Preguntas curiosas	Expresé interés mediante la expresión facial y el tono de voz
Las tres R de recuperación: reconocer, reconciliar y resolver	Póngase frente al niño; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	MEJORAS EN LA COMUNICACIÓN NO VERBAL
Hacer las paces	Cambie el lenguaje corporal, la expresión facial, el volumen y/o el tono de voz para reflejar amor y cariño
No consentir	Póngase frente a su hijo; espere, observe y perciba signos de independencia completa o parcial; use un tono de voz alegre y animado
Disfrutar de su hijo	Expresa placer mediante la expresión facial y el tono y el volumen de voz
Adentrarse en el mundo de su hijo	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; refleje los sentimientos de su hijo mediante la expresión facial y el tono de voz
Generar confianza	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz
Modelar las interacciones que desea	Expresa mediante el lenguaje corporal, la expresión facial, el volumen y/o el tono de voz, sentimientos de amor y cariño
Aportar apoyo energético	Expresa preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz; observe y espere signos de mejora
Abrazos	Póngase frente a su hijo; abra los brazos; exprese amor mediante la expresión facial y el tono de voz
Sentido del humor	Expresa placer mediante la expresión facial, el tono de voz y la risa

Si bien el uso de las adaptaciones y mejoras anteriores será útil para su hijo con necesidades especiales, hemos visto que todos los niños se benefician de las herramientas de disciplina positiva congruentes con las mejoras en la comunicación no verbal. En otras palabras, el lenguaje corporal, la expresión facial y el volumen y el tono de voz son importantes. Además, muchos niños, en especial los niños más pequeños (guardería y primaria), se benefician de las adaptaciones comunicativas con fotografías e imágenes.

Se debe añadir una nota importante acerca de las mejoras en la comunicación no verbal. Si no presta atención a los sutiles, y a veces no tan sutiles, mensajes no verbales que comunica a su hijo mientras interactúa con él, existe el riesgo de invitarlo a un comportamiento de meta equivocada. Por ejemplo, al hacer preguntas curiosas, es fundamental que el tono de voz y la expresión facial reflejen un interés genuino en la capacidad de su hijo para encontrar una solución a un problema. Hacer una pregunta curiosa en un tono de voz exigente (esperando la respuesta que usted ya tiene en mente) podría resultar confuso o amenazador para su hijo, y llevarlo a reforzar su sentido de pertenencia e importancia mediante la búsqueda de un poder mal dirigido. (Como otro ejemplo, considere la pregunta “¿En qué estabas pensando?” y piense en cómo podría interpretarse según el tono de la pregunta.)

PUNTOS IMPORTANTES QUE SERÁN ÚTILES CUANDO SURJAN DIFICULTADES: HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA RELACIONADAS CON LA ENSEÑANZA DE LA AUTODISCIPLINA Y LAS HABILIDADES DE RELACIÓN

Como hemos indicado en capítulos anteriores, una de las decisiones más importantes que tendrá que tomar como padre o maestro cuando el niño muestre una conducta que le preocupa es si el comportamiento es inocente o mal dirigido. Si el niño actúa inocentemente, de una manera característica de su condición especial o su nivel de desarrollo, o bien por una razón médica relacionada, decida qué enseñarle y/o cómo proporcionarle tratamiento para dirigir el comportamiento. Además, considere cómo puede evitar una interpretación errónea del comportamiento. (Una forma de hacerlo consiste en escribir una lista para usted de las conductas que son características de la necesidad especial de su hijo.) Siga usando las herramientas de disciplina positiva descritas anteriormente para que su perspectiva, el entorno, las actividades cotidianas de su hijo y su estilo de inte-

“Una de las decisiones más importantes que tendrá que tomar como padre o maestro cuando el niño muestre una conducta que le preocupa es si el comportamiento es inocente o mal dirigido.”

racción apoyen los esfuerzos de su hijo para actuar de una manera responsable y respetuosa.

Si usted determina que la conducta de su hijo es equivocada, use la tabla de metas equivocadas para romper el código. Las dos tablas que se muestran a continuación listan herramientas que puede usar –aparte de las listadas más arriba– al responder a conductas específicas relacionadas con la meta equivocada de su hijo. Se enumeran ejemplos de adaptaciones comunicativas y mejoras en la comunicación no verbal para las herramientas de disciplina positiva.

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	ADAPTACIONES COMUNICATIVAS
Enseñar qué hacer a los niños	Tablas de rutina y horarios con imágenes y/o palabras
Pequeños pasos	Tablas de rutina con imágenes y/o palabras
Una palabra / Imagen y/o palabra impresa	Imagen y/o palabra impresa
Opciones limitadas	Tabla de opciones o pizarra con imágenes y/o palabras
Consecuencias naturales y lógicas	Tablas primero-luego con imágenes y/o palabras
Centrarse en soluciones	Pizarra para resolución de problemas
Seguimiento	Vuelva a presentar la información visual mediante imágenes y/o palabras
Poner a los niños en el mismo saco	Tabla de opciones o pizarra con imágenes y/o palabras
Oportunidades para que el niño tenga éxito	Imágenes y/o palabras en la tabla de rutinas, tabla de opciones o pizarra
Pedir ayuda	Imagen y/o palabras que representen "¡Por favor, ayúdame!"
Trabajar para mejorar, no para la perfección	Imágenes y/o palabras que muestren qué está observando
Establecer límites respetuosamente	Cronómetro o tablero numérico que indique el límite de tiempo; imágenes y/o palabras en una tabla de opciones o una pizarra
Ofrecer oportunidades para un uso constructivo del poder	Imágenes y/o palabras en una tabla de opciones o una pizarra
Redirigir el poder positivo	Imágenes y/o palabras en una tabla de opciones o una pizarra; tabla primero-luego

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	ADAPTACIONES COMUNICATIVAS
Involucrar en una tarea útil	Imágenes y/o palabras en una tabla de rutinas, tabla de opciones o pizarra
Permitir decepción/frustración cuando su hijo está aprendiendo habilidades nuevas	Imágenes y/o palabras de sentimientos
Rueda de opciones	Pizarra; imágenes y/o palabras en una tabla circular
Rueda de opciones para la ira	Imágenes y/o palabras de sentimientos; pizarra; imágenes y/o palabras en una tabla circular
Tiempo fuera positivo	Imágenes y/o palabras de sentimientos; imágenes y/o palabras para el espacio del tiempo fuera positivo

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	MEJORAS EN LA COMUNICACIÓN NO VERBAL
Enseñar qué hacer a los niños	Ejemplifique interacciones respetuosas
Mostrar fe	Expresa confianza en su hijo mediante la expresión facial y el tono de voz
No darse por vencido	Expresa preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz
Dejar hacer	Manténgase alejado; observe
Actuar sin palabras	Lleve a cabo acciones con una expresión facial neutra
Decidir qué hacer	Lleve a cabo acciones con una expresión facial neutra
Seguimiento	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; observe a su hijo con una expresión facial neutra; mantenga el volumen de voz a un nivel normal
Mensaje de amor	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz

HERRAMIENTAS DE DISCIPLINA POSITIVA	MEJORAS EN LA COMUNICACIÓN NO VERBAL
Pedir ayuda	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; use un tono de voz neutra
Evitar castigos y represalias	Relaje el cuerpo; enlentezca los movimientos; respire profundamente; baje el volumen y el tono de voz
Establecer límites respetuosamente	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; use un tono de voz neutra
Evitar luchas de poder	Retírese si es posible o manténgase tranquilo y neutro en sus movimientos corporales, su expresión corporal y su tono de voz; mantenga un volumen de voz bajo o normal
No luchar ni ceder	Manténgase tranquilo y neutro en sus movimientos corporales, su expresión corporal y su tono de voz; mantenga un volumen de voz bajo o normal
No forzar a su hijo	Relaje el cuerpo; enlentezca los movimientos; respire profundamente; baje el volumen y el tono de voz
Retirarse del conflicto	Retírese si es posible o manténgase tranquilo y neutro en sus movimientos corporales, su expresión corporal y su tono de voz; mantenga un volumen de voz bajo o normal
Permitir decepción/frustración cuando su hijo está aprendiendo habilidades nuevas	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz
Tiempo fuera positivo	Póngase frente a su hijo; póngase a la altura de sus ojos; abra los brazos y evite cruzarlos; exprese preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz; baje el volumen de voz
Trabajar para mejorar, no para la perfección	Póngase frente a su hijo; exprese interés y preocupación mediante la expresión facial y el tono de voz