



ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

- Estrategia para reforzar la habilidad de organizarse (Martín, 2004): agenda de planificación.

Es un simple registro escrito de la secuencia de actividades y tareas a realizar durante el día. Se debe reforzar el uso independiente de la agenda para fomentar la responsabilidad personal y aumentar la capacidad de organización conductual. El empleo de este apoyo proporciona sentimientos de seguridad y predictibilidad.

Los padres pueden emplear la agenda para estructurar y organizar la conversación con el niño y fomentar su habilidad para narrar los acontecimientos del día.

- Empleo programas ideados para enseñar a elegir y comunicar las peticiones, p.ej. Bambara y Koger, 1996.
- Variables que intervienen en la enseñanza de la elección (Palomo y Tamarit, 2006):

-Formas de elegir:

-Elegir una opción entre dos posibles: A o B

-Elegir dos opciones: A y B

-No elegir ninguna opción: ni A ni B

-Escoger una tercera opción: ni A ni B sino C

-Tipo de opción:

-Elegir entre actividades.

-Elegir dentro de una actividad: realizar la actividad o no, con quién, cómo, cuándo, dónde y materiales.

-Tipo de pregunta de elección: abierta o cerrada.

-Tipo de presentación de lo elegido: pequeñas porciones o cambio de turnos.

-Número de estímulos para elegir.

-Valor reforzante de los elementos entre los que se elige: refuerzo inmediato y refuerzo diferido.

-Contexto de elección: situaciones abiertas o dentro de una rutina.

-Complejidad simbólica en la representación de las opciones.

- Incorporación en los horarios tiempos dedicados a la elección entre



Trastorno de la anticipación

diversas actividades y creación de paneles de elección para elegir dentro de una misma actividad.

- Creación de claves visuales temporales que favorezcan la autodirectividad y el autoregistro.
- Estrategias para abordar cambios imprevistos:
 - Desensibilización sistemática para afrontar cambios imprevistos:
 - Establecer una jerarquía de sucesos inesperados.
 - Proporcionar situaciones que relajen a la persona y produzcan en ellas estados de bienestar y tranquilidad.
 - Presentar en esas situaciones los estímulos de forma muy gradual, desde los menos hasta los más inesperados y potencialmente ansiógenos.
 - Introducir el cambio en la agenda.
 - Realizar una explicación aparte.
 - Ofrecer una alternativa.
 - Ejercicios de relajación.