



Posters Sensoriales para el Lugar Seguro

Queridas familias,

Estamos comenzando un programa tanto interesante como emocionante con sus niños. Este programa se llama “El Círculo de los Bebés.” Algunas veces nosotros nos rompemos la cabeza tratando arduamente de encontrar el mejor juguete o el lugar perfecto para interactuar con nuestros niños. Tanto ustedes como padres, como nosotros, sabemos que el desarrollo de sus niños depende del afecto y el cuidado que ellos experimentan a través de las relaciones con sus padres y cuidadores. Estas experiencias no dependen de los buenos y costosos libros que podamos leerles, sino del amor que reciban al sentarse en tus piernas a leerles esos libros. El “Círculo de los Bebés” nos ayudará a formar relaciones cariñosas y también nos unirá a la familia del hogar con la familia de la escuela.

Los niños que decidan participar tendrán cada uno un muñeco o muñeca bebé. Cantaremos: “Toma el bebé, toma el bebé, toma el bebé, y a jugar.” Esta canción va acompañada de la música de “*Oh My Darlin*,” señalando el inicio de la actividad. ¡Y así comienza la diversión! Los niños empezarán a jugar con sus muñecos bebés de la misma forma que nosotros lo hacemos con cada uno de los otros niños individualmente. Si nosotros jugamos “cucú,” “para y sigue,” haciendo cosquillas a los niños, estos jugarán los mismos juegos con sus muñecos. Jugando de esta forma, los niños reviven nuestra conexión una y otra vez, fortaleciendo y optimizando su desarrollo.

Ahora, mejores noticias... Si ustedes nos comunican qué tipos de juegos sociales juegan sus niños en su casa: (“aserrín-aserrán,” “este cochinito fue al

ConsciousDiscipline.com

mercado,” “te voy a alcanzar,” etc.) nosotros agregaremos estos juegos a “El Círculo de los Bebés.” Cada vez que los niños jueguen estos juegos sociales con sus muñecos, éstos fortalecerán sus lazos afectivos con ustedes al revivir la experiencia de conexión. Esto reducirá el estrés de cuando extrañan a sus padres en la escuela y aumentará los momentos de alegría. Solo déjenos saber cuáles son los juegos sociales que a sus hijos les gustan jugar en casa y nosotros nos ocuparemos del resto.

También les enviaremos algunos de los juegos sociales que jugamos en nuestro programa. Por favor agréguelos a los juegos que hacen en casa. Recuerda, el mejor juguete para los niños es un divertido adulto que responde a sus necesidades.

Con Nuestros Buenos Deseos

SENTIDO DEL OLFATO

El sentido del olfato está directamente conectado con:

-  El sistema límbico, el cual regula la memoria emocional, el comportamiento y el almacenamiento de la memoria
-  La corteza cerebral, donde ocurren nuestros pensamientos conscientes
-  El sistema nervioso

La investigación sugiere que los olores:

-  Crean conexiones vitales que ayudan a los niños a obtener estados óptimos para el aprendizaje
-  Pueden ayudar a las personas a:
 - Fijarse metas más altas
 - Asumir retos más grandes
 - Llevarse mejor con los demás
 - Mejorar su alerta mental (menta, albahaca, limón, canela, romero)
 - Calmar los nervios y relajarse (lavanda, manzanilla, rosas)

NOTA: Algunos olores pueden desregular a algunos alumnos con necesidades especiales; algunos olores pueden también detonar a alumnos que hayan experimentado situaciones de trauma.

Proporciona:

-  Estampas para rascar y oler
-  Esencias de aromaterapia
-  Cremas perfumadas:
 - Crema para el enojo
 - Crema para golpecitos
 - Crema para la concentración
-  Masita con olor y otros materiales de arte



LUGAR SEGURO™

SENTIDO DE LA VISTA

Los apoyos visuales son herramientas que se usan para proveer a los niños de información concreta que les permita entender mejor el mundo que los rodea, mejorar sus habilidades de comunicación y lenguaje, y comprender las expectativas diarias y ambientales.

Provee apoyos visuales en tu Lugar Seguro:

-  **Íconos del Lugar Seguro:** S.T.A.R., Llave de Agua, Globo y Pretzel
-  **Tableros de Opciones para Elegir:** Estrategias positivas que los niños pueden elegir para relajarse
-  **Poster de ¿Cómo te sientes?:** Apoyos visuales que ayudan al niño a tomar conciencia de su estado emocional interno
-  **Pase para ir al Lugar Seguro:** Una tarjeta enmicada con los íconos del Lugar Seguro para usar durante actividades de grupo completo y que los niños puedan acudir al Lugar Seguro de manera independiente
-  **Pase para una Carrera de Compostura:** De gran ayuda para niños en episodios de ira
-  **Tablero o libro de Amigos y Familia:** Exhibe fotos familiares de los alumnos

Apoyos visuales adicionales que ayudan:

-  Peluches o muñecos (se les puede colocar la foto de alguien a quien el niño extraña)
-  Tubo de tornado
-  Barita de movimiento
-  Acuario (real o de imitación)
-  Caleidoscopio
-  Botellas sensoriales



Conscious Discipline®

©2022 Loving Guidance, LLC. All rights reserved. v1.1



LUGAR SEGURO™

SENTIDO DEL SONIDO

La música puede ser una herramienta sensorial útil para usar en el Lugar Seguro. La música puede calmar al cerebro y apoyar al alumno mientras transita por sus estados cerebrales.

-  **Reproduce música familiar y relajante** (para meditación, tambores tribales y gong)
-  **Notas graves en vez de notas agudas**
-  **Música con un bajo fuerte (rap) para niños más grandes**
-  **El rap ayuda a algunos niños con problemas de atención**
-  **La vibración de “Omm” estimula los lóbulos prefrontales apoyando el control de impulsos**

NOTA: Algunos alumnos pueden ser muy sensibles a sonidos específicos.

Proporciona:

-  Audífonos para niños que se sobre estimulan con sonidos fuertes
-  Grabaciones de la voz de los padres diciendo al niño en su primer idioma: “Estás seguro. Sigue respirando. Puedes manejar esto. Te amo.”
-  Sonidos de la naturaleza
-  Música clásica o instrumental
-  Peluches con mensajes de audio grabados
-  Dispositivos de voz grabados con mensajes o frases clave para que el niño pueda participar en las canciones de la clase
-  Reproductor de discos compactos portátil con audífonos para que el niño pueda escuchar música independientemente



Conscious Discipline®

©2022 Loving Guidance, LLC. All rights reserved. v1.1

SENTIDO DEL TACTO

El toque de presión profunda puede ser tranquilizante y organizar el sistema sensorial. Muchos niños disfrutan el toque de presión profunda. A otros niños puede disgustarles el toque de presión profunda que les es impuesto, pero lo buscan de manera independiente.

-  Se distraen con facilidad
-  Carecen de habilidades de concentración
-  Se muestran hiperactivos o estresados
-  Tienen un procesamiento sensorial inmaduro

Proporciona:

-  Cobijas con peso (hechas en casa o compradas)
-  Chalecos con peso
-  Pesas de tobillo
-  Cobijas para envolverlos a presión
-  Bolsitas de semillas pesadas
-  Mesas de regazo para escribir
-  Oportunidades para hacer Rituales Amorosos que incluyen tacto
-  Audífonos de reducción de ruido
-  Objetos que vibran como muñequitos, tapetitos, almohadas y masajeadores orales que calman y organizan al cerebro
-  Estaciones para masticar comida como galletas saladas, comida crujiente, gomitas, chiclosos, para niños que muerden.
-  Sentado activo: pelotas terapéuticas, sillas que se mecen, cojines de aire





LUGAR SEGURO™

NIÑOS CON NECESIDADES ESPECIALES

El Lugar Seguro está diseñado para todos los niños con el fin de que puedan cambiar su estado interno de molesto a tranquilo para optimizar el aprendizaje. Algunas adaptaciones pueden ayudar a los niños con necesidades especiales cuando acudan al Lugar Seguro.

Ofrece las siguientes modificaciones cuando sea necesario:

- 📌 Proximidad física: mantente cerca mientras el niño esté en el Lugar Seguro
- 📌 Límites físicos: asegúrate que el área sea un espacio claramente definido
- 📌 Minimiza distractores: utiliza únicamente los apoyos visuales necesarios para ayudar al niño a recuperar su compostura
- 📌 Análisis de tareas: divide las tareas en pasos más cortos y manejables
- 📌 Historias sociales: "Qué hacer en el Lugar Seguro"
- 📌 Libros de Primero-Después
- 📌 Apoyos auditivos
- 📌 Apoyos visuales
- 📌 Modela el comportamiento
- 📌 Apoyos verbales



Conscious Discipline®

©2022 Loving Guidance, LLC. All rights reserved. v1.1