

Instrumento Sobre el Temperamento del Niño Pequeño (IT³)

CÓMO APOYAR LA “BONDAD DE AJUSTE”



INTRODUCCIÓN AL TEMPERAMENTO

El temperamento es una característica importante de la salud social y emocional. El término “temperamento” se refiere a la manera cómo enfrentamos y reaccionamos al mundo. Es nuestro “estilo” personal y está presente en nosotros desde que nacemos. Existen tres tipos de temperamentos: fácil, de adaptación lenta y activo.

Los niños de temperamento fácil son, por lo general, niños contentos, activos, desde el nacimiento y se adaptan fácilmente a situaciones y ambientes nuevos. Los niños de adaptación lenta son generalmente observadores, y tranquilos, y pueden necesitar más tiempo para adaptarse a situaciones nuevas. Los niños con temperamentos activos tienen rutinas variadas (por ejemplo, para comer y dormir) y tienden a mostrar entusiasmo por la vida.

Existen nueve rasgos comunes a los tres tipos de temperamento que ayudan a describir el temperamento del niño y la forma de como el niño o la niña reaccionan y perciben el mundo. El Cuadro sobre Temperamentos explica estos rasgos en detalle. Estos rasgos son:

- Nivel de actividad
- Nivel de distracción
- Intensidad
- Regularidad
- Sensibilidad
- Accesibilidad
- Adaptabilidad
- Perseverancia
- Carácter

LA BONDAD DE AJUSTE

Los cuidadores y padres también tienen su propio temperamento. La compatibilidad temperamental entre el adulto y el niño puede afectar la calidad de la relación. Por lo general, esta compatibilidad se denomina la “bondad de ajuste.” La bondad de ajuste ocurre cuando las expectativas y métodos de cuidado del niño utilizados por el adulto corresponden al estilo personal y a las habilidades del niño. La “bondad de ajuste” no significa que los temperamentos del adulto y el niño deben ser similares. Ni los padres ni los cuidadores tienen que cambiar quienes ellos son. Simplemente deben adaptar sus métodos de cuidado adecuándose de manera positiva a la forma como el niño responde naturalmente al mundo. Por ejemplo, si un niño es sumamente activo, el cuidador puede llevar en el bolso del niño algunas actividades extra para los ratos de espera en el consultorio médico, en las colas del supermercado, etc. En el caso del niño que necesita más tiempo para comenzar una actividad nueva, el cuidador puede quedarse cerca del niño y darle tiempo para adaptarse y sentirse seguro.

R A S G O S T E M P E R A M E N T A L E S

| DIMENSIONES | INDICADOR DE COMPORTAMIENTO TÍPICO | EL ADULTO... | EL NIÑO... |
|---|------------------------------------|---|---|
| EL NIVEL DE ACTIVIDAD se refiere al nivel general de actividad motriz cuando la persona está despierta o dormida. La actividad motriz comprende movimientos de los músculos pequeños y grandes, tales como correr, saltar, rodar, sostener una crayola, recoger juguetes, etc. | NIVEL DE ACTIVIDAD ALTO | Le cuesta sentarse sin moverse. | Se mueve y es activo. |
| | NIVEL DE ACTIVIDAD BAJO | Se sienta tranquilo y prefiere actividades sedentarias. | Prefiere menos ruido y menos movimiento. |
| NIVEL DE DISTRACCIÓN es la facilidad con la que una persona puede distraerse, o por el contrario, su nivel de concentración o atención. | NIVEL DE DISTRACCIÓN ALTO | Le cuesta concentrarse y poner atención cuando está ocupado en una actividad y se distrae fácilmente con sonidos o elementos visuales durante las actividades. | Las incomodidades lo distraen mucho y nota indicios aún muy leves de incomodidad como hambre, sueño, etc. |
| | NIVEL DE DISTRACCIÓN BAJO | Tiene un grado de concentración alto, pone atención cuando está realizando una actividad y no se distrae fácilmente con sonidos o elementos visuales durante las actividades. | Puede soportar las incomodidades y no parece sentirse molesto por nada. |
| LA INTENSIDAD se refiere al nivel de energía de la respuesta de la persona, ya sea positiva o negativa. | NIVEL DE INTENSIDAD ALTO | Las reacciones son intensas, tanto positivas como negativas. | |
| | NIVEL DE INTENSIDAD BAJO | Las reacciones emocionales se producen en silencio. | |
| LA REGULARIDAD se refiere a la previsibilidad de las funciones biológicas tales como comer, dormir, etc. | MUY REGULAR | Los hábitos de apetito, sueño y eliminación son previsibles. | |
| | IRREGULAR | Los hábitos de apetito, sueño y eliminación son imprevisibles. | |
| LA SENSIBILIDAD de una persona se refiere a grado de intensidad con el que responde al estímulos físicos, tales como luz, sonido y texturas. | ALTO GRADO DE SENSIBILIDAD | Es sensible a los estímulos físicos, tales como sonidos, sabores, tacto y cambios de temperatura. Es muy delicado para comer y le cuesta dormir en una cama ajena. | |
| | BAJO GRADO DE SENSIBILIDAD | No es sensible a estímulos físicos, como sonidos, sabores, tacto y cambios de temperatura. Puede dormir en cualquier lugar y prueba comidas nuevas fácilmente. | |
| LA ACCESIBILIDAD es la disposición inicial de una persona ante un lugar, situación o una cosa nueva. | NIVEL ALTO DE ACCESIBILIDAD | Se acerca a situaciones nuevas con entusiasmo. | |
| | NIVEL BAJO DE ACCESIBILIDAD | Es reacio a situaciones, personas o cosas nuevas. | |
| LA ADAPTABILIDAD describe la facilidad con la cual la persona se adapta a los cambios y a las transiciones. | ALTO GRADO DE ADAPTABILIDAD | La transición a una actividad o situación nueva es fácil. | Se adapta a situaciones nuevas en muy poco tiempo. |
| | BAJO GRADO DE ADAPTABILIDAD | Necesita más tiempo para hacer la transición de una actividad o situación a otra. | El niño llora o se queda cerca del cuidador antes de acercarse a una situación nueva. |
| LA PERSEVERANCIA se refiere al tiempo que la persona continua realizando una actividad a pesar de que se le presenten obstáculos. | ALTO GRADO DE PERSEVERANCIA | Continúa en una tarea o actividad a pesar de los obstáculos y no se frustra con facilidad. | |
| | BAJO GRADO DE PERSEVERANCIA | Cambia de actividad o tarea al encontrarse con obstáculos y se frustra fácilmente. | |
| EL CARÁCTER es la tendencia de la persona a reaccionar ante el mundo de forma ya sea principalmente positiva o negativa. | CARÁCTER POSITIVO | Reacciona ante el mundo de manera positiva y por lo general alegremente. | |
| | CARÁCTER SERIO | Reacciona ante las situaciones como observador, a veces de manera más seria. Tiende a ser cuidadoso en situaciones nuevas. | |

Instrucciones Para Introducir la Información de la Versión del Niño Pequeño del IT³

PARA LOS NIÑOS DESDE 18 MESES HASTA 36 MESES.

TIEMPO PARA INTRODUCIR LA INFORMACIÓN: 5-10 MINUTOS.

ESTOY COMPLETANDO EL IT³ PARA MÍ Y PARA EL NIÑO _____

(NOMBRE DEL NIÑO PEQUEÑO)

Completar esta breve versión del **niño pequeño** del IT³ para determinar “la bondad de ajuste” entre usted y el niño que tiene en mente para esta actividad. Recuerde que no hay rasgos temperamentales “buenos” o “malos.” Cada individual nace con su propia personalidad que lo hace especial. Los resultados y las sugerencias sobre la “bondad de ajuste” le ayudarán a mejorar sus métodos de cuidados como un apoyo positivo para el niño.

Por favor, evalúese a usted mismo y al niño en los nueve rasgos siguientes. Marque la casilla que mejor describa su comportamiento habitual para cada uno de los rasgos. Recuerde que usted puede utilizar la gráfica en la página previa sobre Rasgos Temperamentales para leer las definiciones de cada rasgo.

Lea las siguientes afirmaciones y evalúe cada uno de los rasgos con respecto a usted y al niño pequeño.

- Por lo general, yo me comporto de una forma que podría describirse como:
- Por lo general, el niño pequeño se comporta de una forma que podría describirse como:

| DIMENSIONES | INDICADORES DE COMPORTAMIENTOS TÍPICOS | YO SOY... | EL NIÑO ES... |
|--------------------------------|--|-----------------------|-----------------------|
| 1. NIVEL DE ACTIVIDAD | Muy activo | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Menos activo | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. NIVEL DE DISTRACCIÓN | Se distrae con facilidad | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Se distrae menos (Se concentra mejor) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. INTENSIDAD | Personalidad intensa | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Personalidad tranquila | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. REGULARIDAD | Muy regular | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Más espontáneo (Irregular) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. SENSIBILIDAD | Muy sensible | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Menos sensible | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6. ACCESIBILIDAD | Muy accesible | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Menos accesible | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7. ADAPTABILIDAD | Muy adaptable | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Menos adaptable | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8. PERSEVERANCIA | Muy perseverante | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Menos perseverante | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9. CARÁCTER | Carácter positivo | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| | Carácter serio | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

NIVEL DE ACTIVIDAD

Se e f e e a e e e a de ac dad c a d a e a e de e a d da. La ac dad c e de e de ú c e e a de , a e c c e , a a , da , e e a c a a , e c e e e , e c.

Yo soy...

El Niño es...

● **Muy Activo**

● **Muy Activo**

Usted y su niño tienen un nivel de actividad similar.

- Disfrute deslizándose, gateando, caminando, corriendo y trepándose dentro de la casa y afuera con su niño.
- Asegúrese de que tanto usted como el niño tengan tiempo para descansar. Ayude al niño a tomarse “descansos” mostrándole con el ejemplo la señal de que usted está comenzando a sentirse cansado, así como las formas que usted prefiere para descansar. Por ejemplo, acomodarse en una silla con un libro, respirar profundamente o ponerse a colorear.
- Si su niño es más pequeño en edad, descríble las señales que está dando para hacerle saber a usted que quiere descansar. “*Veo que estás mirando otras cosas a tu alrededor y que estás moviéndote en mi falda. ¿Qué tal si salimos un rato?*”

Yo soy...

El Niño es...

● **Muy Activo**

● **Menos Activo**

Usted y su niño tienen diferentes niveles de actividad. A continuación, se presentan algunas ideas para apoyar el nivel de actividad menor del niño.

- Asegúrese de que hayan espacios tranquilos concretos donde el niño pueda descansar y observar pero desde donde usted pueda ver completamente. Por ejemplo, use asientos blandos que el niño pueda mover por el salón y sentarse cuando quiera para pasar un rato solo.
- No exija que su niño participe en movimientos o en actividades muy movidas (como bailar mientras tocan una canción) hasta que esté pronto/a para hacerlo.
- Dígame al niño que si se siente cansado/a durante el día puede tomarse descansos.
- Resalte de manera positiva cuando el niño haga la transición satisfactoriamente para dormir la siesta o a una actividad tranquila.
- Ayude a su niño a jugar con las cosas que le gustan como libros, rompecabezas, cubos, muñecas, etc.
- Deje que su niño se despierte a su propio ritmo y recomience las actividades de la clase.

Yo soy...

El Niño es...

● **Menos Activo**

● **Muy Activo**

Usted y su niño tienen un nivel de actividad diferente. A continuación se presentan algunas ideas para ayudarlo a apoyar el nivel más elevado de actividad de su niño.

- Dedique más tiempo que su niño realice más actividades al aire libre (por ejemplo, gateando, corriendo, trepándose, etc.) para que el niño pueda distenderse.
- Preséntele al niño la posibilidad de hacer actividades dentro de la casa que correspondan a su capacidad motriz (músculos grandes), como por ejemplo, hacer una carrera de obstáculos con almohadas y cojines, bailar al compás de la música, etc.
- Utilice el nivel de energía del niño como ejemplo para entusiasmar a otros niños: “*Jason y Lei, están saltando al ritmo de la música; ¿qué les parece si hacemos lo mismo?*”
- Avísele de antemano la hora de la siesta, ya que la transición de actividad a descanso puede ser difícil para el niño. Comience a hacer la transición entre 30 y 60 minutos antes de la hora de dormir o de la siesta.

Yo soy...

El Niño es...

● **Menos Activo**

● **Menos Activo**

Usted y su niño tienen un nivel de actividad similar.

- Disfruten acurrucándose en un sillón o en una silla con un libro o con música suave.
- Establezca ratos cortos y constantes durante el día para realizar actividades físicas. Esto lo ayudará a usted y al niño a desahogarse y a estar listos para seguir adelante con las actividades.
- Aproveche las actividades preferidas para moverse. Por ejemplo, párese y represente uno de los cuentos preferidos o ponga la canción favorita del niño y bailen y muévanse juntos por el salón.
- Apoye al niño/a si no está pronto para participar en juegos muy activos. Describa lo que ve y pídale al niño que observe. “*Los chicos se están persiguiendo unos a otros. ¿Ves como corren?*”

NIVEL DE DISTRACCIÓN

E a f a c d a d c a e d a e , b e e e d e c c e a c a e c

Yo me...

El Niño se...

● **Distraigo con Facilidad** ● **Distrae con Facilidad**

Usted y su niño tienen niveles de distracción similares.

- Trate de limitar las distracciones mientras pasa tiempo con su niño. Por ejemplo, escuche música o lean un libro en lugar de tener la música de fondo mientras leen.
- Ayude a su niño a reconocer los síntomas de que se está sintiendo sobreexcitado. Para hacer esto hable sobre las experiencias que a usted lo entusiasman y cómo usted logra volver a poner atención. *“La televisión no me deja preparar la cena. La voy a apagar para poder poner atención a lo que estoy haciendo.”*
- Nombre las señales que su niño le da para comunicarle a usted que está distraído (o sintiéndose sobreexcitado). *“Estás bostezando y dándote vuelta cuando canto. Creo que ya no quieres seguir escuchando esa canción.”*

Yo me...

El Niño se...

● **Distraigo con Facilidad** ● **Distrae Menos**

Usted y su niño tienden a diferir en la capacidad de distracción. Aquí se presentan algunas ideas que pueden ayudarlo a adaptar su nivel de distracción a la modalidad de un niño más concentrado.

- Adáptese a su niño permitiéndole que pase más tiempo en experiencias que él/ella sea capaz de realizar. *“Estás tan entretenido mirando esos libros de cuentos, ¿te gustaría mirar otros?”*
- Avísele a su niño varias veces cuando se acerque el momento de realizar una transición, para que tenga tiempo suficiente para prepararse: *“Ya es casi la hora de almorzar. Nos quedan cinco minutos para jugar.”* Siempre que sea posible, utilice diferentes formas para recordarle al niño que se acerca el momento de una transición. Se pueden utilizar cartulinas con dibujos, tocarle el hombro suavemente, tocar una canción simple de transición u otros métodos que estén de acuerdo con el estilo de aprendizaje del niño.
- Anime a su niño a ponerse en contacto con otros niños mientras juega, y fíjese y describa las interacciones entre él/ella y otros niños. *“Adam está mirando tu pelota roja, ¿Podrías hacerla rodar hacia aquí?”*

Yo me...

El Niño se...

● **Distraigo Menos** ● **Distrae con Facilidad**

Usted y su niño tienden a ser diferentes en cuanto a la capacidad de distracción. A continuación se presentan algunas ideas para ayudarlo a adaptarse al nivel de distracción del niño.

- Use instrucciones detalladas, claras y fáciles de entender: *“Primero, ponte los zapatos y luego, puedes ponerte la chaqueta.”*
- Limite el número de opciones para facilitar la respuesta de su niño: *“¿Quieres leche o jugo?”* Sería útil mostrarle las opciones concretas que se le están dando, para que las recuerde visualmente.
- Reconozca cuando su niño esté comenzando a distraerse. Con delicadeza, vuelva a dirigir su atención a la actividad que se está realizando en el momento, diciéndole: *“Me parece que ya no estás mirando el rompecabezas. ¿Quisieras ponerle otra pieza para terminarlo?”*
- Siga la iniciativa que tome el niño siempre que sea posible. *“¿Qué rápido anda tu auto! ¿Puedo seguirte con el mío?”* Esté dispuesto a adaptarse a la capacidad de concentración y atención del niño.

Yo me...

El Niño se...

● **Distraigo Menos** ● **Distrae Menos**

Usted y su niño tienen un nivel de atención similar.

- Disfrute de la posibilidad de relacionarse entre ustedes y después, con objetos a su alrededor, sin interrupciones. Use este rato de tiempo para descubrir cosas y reírse juntos.
- Cuando haga planes para el día, avísele con anticipación sobre los momentos de transición y los cambios en el horario. Con niños pequeños, puede usar elementos visuales para ayudarlo en las transiciones. Por ejemplo, si van a visitar a alguien, usted podría mostrarle la foto de la persona y avisarle. *“Dentro de un rato, vamos a ir a visitar a la Sra. Lohmann.”*
- Dado que puede ser fácil dejarse llevar por un solo tipo de actividad, no olvide planear varias actividades para ofrecerle una variedad de experiencias durante el día, como treparse o gatear afuera, juegos interactivos, como *“Cucú ¿dónde está el bebé?”*, jugar a las escondidas, leer cuentos con páginas de colores y participar en las rutinas diarias.

NIVEL DE INTENSIDAD

Se e f e e a e de e e a de a e e a de a e a, a e a a e a a

| Yo soy... | El Niño es... |
|----------------------|----------------------|
| ● Muy Intensa | ● Muy Intenso |

Usted y su niño tienen personalidades bastante intensas.

- Disfrute compartiendo las sonrisas y las risas, a la vez que reconoce el ceño fruncido y las lágrimas de su niño.
- Ayude al niño a aprender a aceptar sus sentimientos, describiendo esos sentimientos y calmándolos cuando sean (positivos o negativos) demasiado fuertes: *“Estás pateando y moviendo los brazos con la música ¿estás agitado?”*
- Muéstrelle con el ejemplo el tipo de reacciones que desearía ver en su niño. Por ejemplo, si se está sintiendo frustrado, respire profundamente varias veces para calmarse.
- Encuentre formas de calmar a su niño cuando él/ella esté sintiendo emociones fuertes (por ejemplo, frótele la espalda, acúnelo al ritmo de una música suave, cante suavemente, sosténgalo en brazos delicadamente, etc.). No olvide compartir con los cuidadores de su niño las estrategias que le resultan más acertadas.

| Yo soy... | El Niño es... |
|----------------------|------------------------|
| ● Muy Intensa | ● Muy Tranquilo |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de intensidad. A continuación se presentan algunas ideas para facilitar la adaptación entre usted y el menor nivel de intensidad de su niño.

- Dado que quizá su niño no tenga reacciones fuertes, trate de hacer mención a las posibles emociones: *“Tienes el ceño fruncido. ¿Estás triste porque se escapó el cachorro?”*
- Apoye las emociones de la manera que su niño las está sintiendo. *“Te molesta que ya sea la hora de salir. Todavía no has terminado el rompecabezas.”*
- Organice espacios tranquilos y acogedores para que su niño no se sienta abrumado por ambientes de mucha actividad. Puede traer asientos blandos (pufs), carpas plegables, almohadones o mantas para armar espacios seguros desde donde los niños puedan observar con calma y asimilar las actividades que tienen lugar a su alrededor.
- Prepare actividades que promuevan la inteligencia emocional, como por ejemplo pregúntele a su niño cómo

se siente esa mañana. Hable también sobre cómo se siente usted. Diseñe un cuadro con fotos de diferentes emociones que ayuden al niño a reconocer cómo se está sintiendo.

| Yo soy... | El Niño es... |
|------------------------|----------------------|
| ● Muy Tranquila | ● Muy Intenso |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en intensidad. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar la adaptación entre su nivel de intensidad y el del niño.

- Trate de entender las reacciones emocionales fuertes poniéndose usted en el lugar de su niño. *“¿Cómo será estar en esta situación?”*
- Ayude a su niño cuando él/ella tenga una reacción negativa fuerte, relacionándolo con usted; por ejemplo: *“No me gusta cuando la gente me saca las cosas sin pedirme permiso antes. ¿Cómo podemos solucionar esto?”*
- Cuando su niño tiene una reacción negativa fuerte, trate de mantener la calma, y ser un “lugar seguro” para el niño: *“Sé que estás enojado en este momento. Estaré aquí para cuando me necesites.”*
- Nombre las emociones de su niño y ayúdelo a darles validez. *“Veo que ahora estás muy contento con el puré de manzanas. ¡Qué bueno! Dentro de un ratito te sentirás más tranquilo y puedo darte la cuchara para que tú mismo la uses.”*

| Yo soy... | El Niño es... |
|------------------------|------------------------|
| ● Muy Tranquila | ● Muy Tranquilo |

Usted y su niño tienen personalidades bastante tranquilas.

- Practique reconocer y nombrar las experiencias, y las emociones del niño de manera que el niño aprenda a reconocer y a tolerar sus emociones y las de los demás. Lean libros de cuentos sobre emociones. Reflexionen juntos sobre lo que ven.
- Tómese tiempo para explicarle al niño lo que los demás pueden estar sintiendo: *“¡El bebé está llorando! Se le cayó el juguete.”*
- Nombre las emociones de su niño, prestando especial atención a lo que es obvio y a los indicios sutiles del comportamiento, como cejas fruncidas, los ojos que se cierran, mirar hacia otro lado, arrullarse, apretar los puños, balbucear, mover las manos, etc.

NIVEL DE REGULARIDAD

Se efe e a a e b dad de a f c e b ca a e c c e, d , e c.

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Regular | <input checked="" type="radio"/> Muy Regular |

Usted y su niño tienen el mismo nivel de regularidad.

- Siga sus instintos para mantener una rutina previsible y constante para usted y su niño.
- Hable sobre la rutina diaria preferida de su niño con otras personas que lo/la cuidan.
- Ayude a su niño a sentirse cómodo con las interrupciones inesperadas en el horario, describiéndole cómo se siente usted cuando eso sucede.
- Apoye al niño utilizando un horario con dibujos. Por ejemplo, use dibujos o figuras de un objeto único para crear un horario que muestre que primero tomará el desayuno y después se vestirá.

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|---|
| <input checked="" type="radio"/> Más Espontánea | <input checked="" type="radio"/> Muy Regular |

Usted y su niño parecen ser diferentes en el rasgo de regularidad. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar su espontaneidad y la regularidad de su niño.

- Tenga en cuenta el apetito regular de su niño y ofrézcale la comida todos los días a la misma hora.
- Aprenda la manera como el niño le comunica cuando tiene que ir al baño.
- Trate de organizar una rutina con un horario de siesta con el que su niño se sienta seguro.
- Trate de recordarle a su niño con anticipación cuando surjan cambios en el horario de todos los días.

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|--|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Regular | <input checked="" type="radio"/> Más Espontáneo |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de regularidad. A continuación se presentan ideas que pueden ayudar a la adaptación entre usted y la espontaneidad de su niño.

- Trate de dejar que su niño duerma la siesta o descansa durante un período más corto o más largo de tiempo que los demás niños si es necesario. Dele juguetes que no hagan ruido mientras esté despierto si los demás niños están durmiendo.
- Observe a su niño de cerca para aprender cuáles son sus hábitos alimenticios y haga lo posible por satisfacerlos.
- Ofrezca al niño muchas oportunidades para cambiarle el pañal o para ir al baño.
- Recuérdle con anticipación cuando se acerque el momento de las transiciones, para que su niño esté preparado.

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Más Espontánea | <input checked="" type="radio"/> Más Espontáneo |

Usted y su niño tienen un nivel de espontaneidad similar.

- Disfrute la espontaneidad del día. Por ejemplo, si pensaba salir pero su niño parece interesado en el agua y las burbujas mientras usted lava los platos, déjelo participar ofreciéndole una esponja y un bol de agua tibia espumosa.
- Esté preparado para cambiar las actividades del día; esto lo será de utilidad para su niño. Si el niño se cansa un poco antes, acompañelo y haga tiempo para descansar. O bien, si su niño no parece estar cansado, déjelo quedarse levantado un rato más haciendo actividades tranquilas.

NIVEL DE SENSIBILIDAD

Se e f e a ad de e dad c e e e de a e f c , a e c , d e a

Yo soy...

El Niño es...

● **Muy Sensible**

● **Muy Sensible**

Usted y su niño tienen un nivel de sensibilidad similar.

- Disfrute de los momentos íntimos del día, como la siesta o el momento de irse a dormir. Aproveche esos momentos para hablar suavemente sobre el día o para cantar con un tono tranquilizador.
- Cuando se encuentre en lugares con más ruido o más luz de lo que a ustedes dos les gusta, haga los ajustes necesarios para que encuentren un lugar tranquilo donde puedan revitalizarse juntos.
- Ofrezca a su niño prendas de vestir y texturas suaves.
- Use un tono de voz cálida y de apoyo para que él/ella entienda sus emociones.

Yo soy...

El Niño es...

● **Muy Sensible**

● **Menos Sensible**

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de la sensibilidad. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar la adaptación entre usted y el niño más sensible.

- Preséntele al niño actividades con muchas experiencias sensoriales (por ejemplo, cantar una canción mientras baila y le da la mano a otros, pinturas dactilares, juegos de agua, arcilla para modelar, etc.).
- Use voces cómicas y dramáticas cuando lea los cuentos, ¡sea gracioso!
- Aunque su niño pueda tener menor sensibilidad, observe si está manejando bien una situación estimulante. *“Aquí hay mucho ruido. ¿Cómo te sientes?”*
- Ofrezca nuevos tipos de comida para probar.
- Resalte el hecho de que su niño está disfrutando de una actividad nueva. *Estás jugando “¿Cómo juegas con el agua jabonosa y la vuelcas dentro y fuera de los vasos! ¿Qué sientes en las manos?”*

Yo soy...

El Niño es...

● **Menos Sensible**

● **Muy Sensible**

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de sensibilidad. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar a la adaptación entre usted y el niño más sensible.

- Cuando estén en una actividad estimulante, como escuchando música, ofrezca también otras opciones más tranquilas, como un rato de lectura o descanso o bien la posibilidad de observar desde un lugar cercano y seguro.
- Reaccione con sensibilidad cuando su niño se sienta abrumado por el ambiente. Ayúdelo a encontrar una actividad tranquila. *“Veo que estás apretando los puños y que tienes el ceño fruncido. ¿Te molesta la luz fuerte en los ojos?”*
- Hágale saber al niño cuando lo tenga que tocar. *“Ahora te voy a levantar lentamente para ir a cambiarte el pañal.”*
- Presente experiencias con materiales sensoriales, poniendo arena, choclo, almidón, agua, etc. en bolsitas plásticas para que el niño pueda experimentar con distintas propiedades sensoriales.
- Ofrezca utensilios que el niño pueda usar para experimentar con texturas nuevas, a su propio ritmo. Por ejemplo, tenga pinzas a mano para recoger objetos con diferentes texturas, pinceles para experimentar con cola plástica, guantes para usar pinturas dactilares, etc.

Yo soy...

El Niño es...

● **Menos Sensible**

● **Menos Sensible**

Usted y su niño tienen un nivel de sensibilidad similar.

- Diviértanse cantando en voz alta y bailando juntos al compás de la música.
- Continúe presentando oportunidades de exploración sensorial, con burbujas, arena, agua, papel de lija o plumas. Estos momentos son oportunidades excelentes para explorar el ambiente de sonidos, texturas y olores.
- Indíquele a su niño el nombre de la actividad que está realizando: *“¿Estás soplando tantas burbujas!”*
- Aunque ambos pueden tolerar niveles altos de percepción sensorial, tómese el tiempo para observar cuando el estímulo es excesivo y describa cómo su niño siente esto. Esto ayudará al niño a manejar sus experiencias y reacciones al entorno.

NIVEL DE ACCESIBILIDAD

Se e f e e a a d c c a d e a e a a e a , a c a c a e a

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Accesible | <input checked="" type="radio"/> Muy Accesible |

Usted y su niño tienden a acercarse a situaciones o personas nuevas de una manera similar.

- Disfrute del placer de emprender nuevas aventuras y salidas como ir a museos (aún si el niño simplemente mira a la gente pasar), juegos en grupos, parques y el zoológico con su niño.
- Dedique tiempo a estar con otros niños y familia cuando sea posible.
- Manténgase cerca para ayudar su niño mientras aprende a relacionarse con otras personas. A veces un niño muy accesible puede entrar en contacto con un niño menos abierto a gente nueva. El niño muy accesible puede necesitar ayuda para desenvolverse en la situación.

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Accesible | <input checked="" type="radio"/> Menos Accesible |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de accesibilidad. A continuación se presentan algunas ideas para ayudarlo a adaptarse al grado menor de accesibilidad de su niño.

- Sea un lugar seguro para su niño. Introduzca al niño a nuevos ambientes y personas sosteniéndolo seguro en sus brazos o tomándolo de la mano. Háblele suavemente sobre lo que está sucediendo y de manera reconfortante.
- Ayude a los demás a relacionarse con el niño haciéndoles saber que deben hacerlo poco a poco. Comparta las actividades o juguetes preferidos de su niño con la otra persona para crear una conexión.
- No obligue a su niño a participar en una actividad nueva si se siente inseguro. De ser posible, ofrézcale un espacio para que pueda observar lo que está pasando hasta que se sienta seguro como para participar.
- Procure no calificar a su niño como “tímido.” Una manera respetuosa y delicada de comunicarle al niño que usted lo respeta es haciendo saber a los demás que el niño necesita tiempo para observar y que prefiere ir despacio. Los calificativos tienden a permanecer a través del tiempo.
- Prepare a los niños para situaciones nuevas. Por ejemplo, si su niño va a ir a una nueva guardería, vaya a visitar el lugar antes del primer día.

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Menos Accesible | <input checked="" type="radio"/> Muy Accesible |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de accesibilidad. A continuación se presentan algunas ideas sobre cómo adaptarse a la mayor accesibilidad de su niño.

- Trate de satisfacer el deseo de su niño de explorar nuevas situaciones. Haga caminatas para explorar la naturaleza, escuche y baile con música nueva, pruebe nuevas comidas, participe en experiencias sociales tales como invitaciones a jugar, etc.
- Preséntele a su niño juegos y actividades que promuevan la posibilidad de jugar en colaboración o paralelamente con otros niños, como con vagones de tren, pelotas que se pueden hacer rodar de un lado al otro, juegos en la mesa de agua, cubos y autitos, etc.
- Aunque su niño quiere ser social, a veces ocurren situaciones que requieren la ayuda de un adulto. “*¿Qué contento estás de ver a Arianna y qué lindo abrazo le diste! Arianna está frunciendo el ceño y protegiéndose con los brazos. Me parece que ella quiere que sean cuidadosos con ella. ¿Qué tal si le decimos buen día Arianna y le tocamos la mano suavemente?*”

| Yo soy... | El Niño es... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Menos Accesible | <input checked="" type="radio"/> Menos Accesible |

Usted y su niño tienden a alejarse de situaciones o personas nuevas.

- Al igual que usted, su niño prefiere las relaciones individuales o los grupos de gente más pequeños. Planifique este tipo de experiencia en lugar de varias reuniones con un número mayor de personas en un solo día.
- Dedique tiempo para hablar con su niño sobre situaciones nuevas, mientras continúa representando un lugar seguro para el niño. sosteniéndolo en sus brazos o parándose cerca y diciéndole: “*Los niños están chapoteando en el agua.*”
- A su niño le puede gustar jugar siempre con el mismo juguete o estar en lugares que le resulten familiares. Ayúdelo a llevar objetos familiares a lugares nuevos y a tener lugares especiales para distenderse, como el sillón donde lee cuentos con usted.

NIVEL DE ADAPTABILIDAD

Se e f e e a f a c d a d c a c a a e a e a d a a a c a b a a a c e

Yo me...

El Niño se...

● **Adapto con Facilidad** ● **Adapta con Facilidad**

- Usted y su niño tienen un nivel de adaptabilidad similar.
- Tal como le sucede a usted, a su niño le resulta fácil probar situaciones nuevas y no se siente desprevenido en las transiciones o cuando se interrumpe la rutina a la que está acostumbrado. Continúe usando palabras para describir los cambios que ocurrirán.
 - Continúe disfrutando de una variedad de actividades durante el día dado que para ustedes es fácil cambiar de actividad.
 - Esté atento a las señales que se observen en el comportamiento de su niño que indiquen que ya no quiere más cambios.
 - Seguir algún tipo de rutina es bueno para cualquier niño. Trate de que el niño cuente con algunas rutinas todos los días, como por ejemplo, comer, dormir la siesta e irse a dormir.

Yo me...

El Niño se...

● **Adapto con Facilidad** ● **Adapta con Facilidad**

- Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de adaptabilidad. A continuación se presentan algunas ideas para contribuir a la adaptación entre usted y el niño con un nivel menor de adaptabilidad.
- Avísele con anticipación cuando se acerque el momento de una transición para que su niño esté preparado.
 - Trate de no introducir muchas cosas a la vez. Un niño o maestra nueva en el salón de clase puede intimidar o confundir al niño; por lo tanto, reaccione con sensibilidad.
 - Si observa que a su niño le cuesta adaptarse, permítale que no participe en actividades nuevas.
 - Hágale saber a su niño que usted está siempre disponible para reconfortarlo; por ejemplo: *“Sé que esto te cuesta porque es algo nuevo. ¿Preferirías jugar con tus cubos predilectos?”*
 - Trate de establecer una rutina diaria normal para que cualquier desconcierto que pueda sentir su niño sea mínimo.

Yo no me...

El Niño se...

● **Adapto con Facilidad** ● **Adapta con Facilidad**

- Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de la adaptabilidad. A continuación se presentan algunas ideas para adecuarse al nivel más alto de adaptabilidad de su niño.
- Trate de fomentar la capacidad de su niño de explorar nuevas situaciones introduciendo frecuentemente, experiencias nuevas.
 - Hágale comentarios positivos a su niño sobre cuán fácilmente se adapta a los nuevos compañeros de clase, nuevas situaciones, etc.

Yo no me...

El Niño no se...

● **Adapto con Facilidad** ● **Adapta con Facilidad**

- Usted y su niño tienen un nivel de adaptabilidad bajo.
- Para adaptarse a situaciones y personas nuevas y a las transiciones, siga su instinto, preparándose de antemano y con tiempo. Tómese tiempo para acercarse a algo o para comenzar algo nuevo, de manera que la experiencia no sea apresurada.
 - Cuando tenga que hacer algo nuevo que lo incomoda, describa lo que lo pone nervioso (o incómodo) y qué hace para sentirse mejor.
 - Al describirle su experiencia a su niño lo/la ayudará a reconocer esos sentimientos dentro de sí mismo y en los demás, y a aprender formas de autoayuda.

NIVEL DE PERSEVERANCIA

Se e f e e a e e a e a c a e a a d a a c d a d a e a d e e e e e e b c

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Perseverante | <input checked="" type="radio"/> Muy Perseverante |

Usted y su niño tienen niveles altos de perseverancia.

- Diviértase presentando una variedad de actividades y objetos nuevos y deléitese mirando todas las formas en que su niño explora y maneja su entorno. Al igual que usted, él/ella puede sentirse muy feliz trabajando en un problema y descubriendo todos los ángulos posibles.
- Describa ese sentimiento a su niño y no olvide elogiarlo por su esfuerzo más que a por el resultado final.

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Muy Perseverante | <input checked="" type="radio"/> Menos Perseverante |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de perseverancia. A continuación se presentan algunas ideas que pueden contribuir a la adaptación entre usted y el niño con un nivel menor de perseverancia.

- Aliente el deseo del niño de realizar una actividad. *“¡Pasaste tan cerca del juguete, ya casi estás allí!”*
- Presente experiencias que su niño ya haya dominado para que sienta que puede lograr lo que intenta.
- Promueva el desarrollo del vocabulario relacionado con las reacciones emocionales; por ejemplo, *“Estás zapateando y apretando los puños. ¿Estás enojado porque se te cayó la torre?”*
- Pregúntele frecuentemente a su niño cómo se siente para que sepa que si necesita ayuda usted está disponible.

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Menos Perseverante | <input checked="" type="radio"/> Muy Perseverante |

Usted y su niño tienden a ser diferentes en el rasgo de perseverancia. A continuación se presentan algunas ideas para ayudarlo a usted a adaptarse al nivel mayor de perseverancia del niño.

- Reconozca y comente cuando su niño se esfuerce mucho para hacer algo. *“Ezra, pusiste un cubo encima del otro; tu torre está creciendo.”*
- Presente actividades que signifiquen un desafío para su niño. *“Estás armando un rompecabezas de cuatro piezas. ¿Querrías probar un rompecabezas de animales nuevo con más piezas?”*
- Consulte con su niño a medida que él/ella persevera en una tarea para asegurarse de que no se frustre en alguna actividad. *“Estás haciendo un gran esfuerzo para poner todas las piezas y a veces se desarmen. ¿Cómo te estás sintiendo?”*
- Impulse el desarrollo del vocabulario relacionado con las emociones, preguntándole al niño cómo se siente cuando persevera en algo. *“Puedes llevar a tu amigo Matthew en el vagón y mira como se está riendo. ¿Cómo te hace sentir eso?”*

| Yo soy... | El Niño es... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Menos Perseverante | <input checked="" type="radio"/> Menos Perseverante |

Usted y su niño tienen un nivel bajo de perseverancia.

- De la misma forma que lo puede hacer para usted mismo, divida las actividades nuevas y difíciles en partes más pequeñas y elogie el esfuerzo del niño.
- Ayude a su niño a aprender a darse cuenta cuando se siente frustrado/a y lo que puede hacer para sentirse mejor. Puede hacerlo describiendo sus propios sentimientos cuando usted se encuentra en circunstancias frustrantes y las estrategias que usa para calmarse y poder terminar el trabajo.
- Asegúrese de que su casa sea un lugar seguro a prueba de bebés y niños pequeños para que su niño pueda explorar y experimentar en su entorno.

NIVEL DE CARÁCTER

Se e f e e a a e de c a de a e a a e acc a a e e d de f a a ea c a e e a e a a

| Yo tengo... | El Niño tiene... |
|---|---|
| <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Positivo | <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Positivo |

Usted y su niño tienen un carácter positivo.

- Disfruten compartiendo momentos de risas o carcajadas sobre el mundo alrededor de ustedes. Describa los sentimientos de alegría de su niño al disfrutar juntos.
- Jueguen juegos divertidos durante el día, como a las escondidas y “Cucú, ¿dónde está el bebé?”
- Mírense juntos en el espejo y sonrían.
- Aunque en general ambos tengan un carácter positivo, recuerde también describir otros sentimientos de tristeza, rabia o miedo de manera que el niño aprenda que también está bien sentir esas emociones.

| Yo tengo... | El Niño tiene... |
|---|--|
| <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Positivo | <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Serio |

Usted y su niño parecen diferir en el carácter en general. A continuación se presentan algunas ideas para apoyar la adaptación entre usted y el niño de “carácter serio.”

- Trate de hacer coincidir su estado de ánimo con el de su niño cuando él/ella esté serio para que sepa está bien sentir esa emoción.
- Trate de no forzar a su niño a que esté de buen humor; permítale expresarse.
- Fomente el desarrollo del vocabulario emocional, haciendo mención a las reacciones emocionales; por ejemplo: “Por la expresión de tu cara me doy cuenta que estás molesto. ¿No te gustó el cuento?”
- Si su niño está comenzando a sentirse molesto, permítale no participar en la actividad.

| Yo tengo... | El Niño tiene... |
|--|---|
| <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Serio | <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Positivo |

Usted y su niño tienen un carácter diferente. A continuación se presentan algunas ideas para ayudarlo a adaptarse a la modalidad diferente del niño.

- Trate de hacer coincidir su carácter con el de su niño cuando el niño se esté sintiendo contento para que sepa que esa emoción está bien.
- Cuando el niño esté realmente disfrutando una actividad, haga mención a ello. “Mira qué gran sonrisa tienes ¡Estás feliz andando en bicicleta!”
- Aliente el desarrollo del vocabulario emocional nombrando las reacciones emocionales; por ejemplo: “¡Estás sonriendo tanto! ¡Eso quiere decir que te gustó aplaudir!”
- Durante el día, pregúntele cómo se está sintiendo aunque su niño parezca contento.

| Yo tengo... | El Niño tiene... |
|--|--|
| <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Serio | <input checked="" type="radio"/> Un Carácter Serio |

Usted y su niño tienen un carácter serio similar.

- A su niño puede gustarle tener opciones. A medida que crezca, permítale tener opciones en sus rutinas diarias, como el cuento que leen juntos antes de la siesta.
- Infórmele directamente sobre lo que sucede diariamente: “Vamos a la guardería y te voy a recoger después de la siesta.”
- Trate de entender la modalidad seria con la que su niño se relaciona con su entorno y reconozca que estar pensativo o serio no significa estar enojado.
- Dele a su niño tiempo para observar y mirar lo que está pasando alrededor antes de participar.
- Haga hincapié en las señales que su niño usa para mostrar interés o alegría. A veces esos signos pueden ser más sutiles que sonreír o reírse. Puede notar que el niño levanta las cejas, los ojos se iluminan o se da vuelta para escuchar un sonido.