

Cartilla para las familias de estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad

Como parte de la estrategia “Aprendo en casa”, les brindamos una serie de orientaciones y recomendaciones para el desarrollo de las actividades escolares y de la vida diaria durante este periodo de aislamiento social.

Antes de empezar, debemos considerar lo siguiente:

- Identifiquemos, mediante la observación y la interacción, las necesidades de aprendizaje de la niña, el niño o la/el adolescente.
- Reorganicemos los espacios de la casa y definamos cuáles serán destinados al juego, al estudio, a actividades de ocio, u otros que se requieran. Podemos emplear imágenes o palabras clave para ambientar los espacios. Al finalizar las actividades, dejemos todo en su lugar.
- Al inicio del día, revisemos con la niña, el niño o la/el adolescente las actividades a realizar y el comportamiento que de ellas/ellos se espera. Podemos ayudarnos con un horario visible en casa. Asimismo, consideremos emplear imágenes, pictogramas o palabras clave (por ejemplo: desayuno, lavado, juego, estudiar, etc.) para favorecer la comprensión de las actividades.
- Tengamos siempre en cuenta sus intereses y características. Cada uno tiene su propio ritmo y necesita un tiempo adecuado para desarrollar las distintas actividades.
- Pongámonos a su altura y mirémoslos directamente a los ojos cuando queramos comunicarles algo, ya sea de manera oral, con gestos, con movimientos o con imágenes. Mantengámonos siempre atentos, respetemos sus expresiones e ideas y empleemos mensajes positivos y de aliento.
- Usemos instrucciones cortas y precisas. Podemos acompañarlas con imágenes, sobre todo en las actividades escolares.
- Permitamos que decidan la actividad que les gustaría realizar. Brindémosles la oportunidad de desarrollar las actividades por sí mismas/os y apoyémoslos cuando sea necesario.



A continuación, les presentamos algunas estrategias de apoyo educativo según las diferentes necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad. No olvidemos tomar en cuenta las características, potencialidades y necesidades de la niña, el niño o la/el adolescente.

ESTRATEGIAS DE APOYO EDUCATIVO PARA LAS FAMILIAS DE ESTUDIANTES:

1. EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL (DI)



- Iniciemos las actividades con pasos sencillos y, poco a poco, incrementemos su complejidad. Por ejemplo, si la actividad de aprendizaje indica varias consignas, podemos ordenarlas, practicar primero y brindarles apoyo visual (imágenes o pictogramas de los pasos), verbal o físico, según lo requieran.
- Promovamos su independencia en el cuidado diario: a la hora de la alimentación, al dormir, al escoger una película, o dándoles oportunidades de actuar por sí solas(os) y de tomar decisiones según sus habilidades.
- Alentémoslos siempre utilizando expresiones como “¡tú puedes!”, “¡lo lograste!”, “¡lo hiciste muy bien!”, acompañadas de gestos y caricias de afecto.
- Estimulemos su equilibrio estático y dinámico; por ejemplo: pedirles caminar de puntillas, pararse sobre un solo pie, practicar el equilibrio caminando sobre una línea pintada en el piso, jugar con los globos evitando que se caigan, caminar con un libro sobre su cabeza, etc.
- Desarrollemos juegos que fomenten el seguimiento de instrucciones. Por ejemplo: indicarles que cuando suene la pandereta, caminarán de puntillas; cuando suenen las palmadas, saltarán en un pie; o cuando haya silencio, se quedarán quietos como estatuas. Ayudará si primero realizamos la actividad y luego les mostramos cómo hacerla.
- Compartamos actividades que favorezcan su coordinación motriz fina, con el objetivo de incrementar su fuerza muscular. Por ejemplo: pintar con témperas utilizando los dedos de la mano o materiales como esponjas o pinceles; elaborar collares con fideos; etc.
- Propongamos juegos para desarrollar la actividad simbólica (imagen mental, juego, dibujo y lenguaje) y las habilidades del pensamiento (memoria sensorial, visual, auditiva, táctil, gustativa). Por ejemplo: mostrarles una galleta de su agrado y permitir que la perciban a través de sus sentidos; luego, esconder la galleta en una bolsa e invitarlos a identificar cuál es la que probaron al inicio.
- Enseñémosles habilidades comunicativas y sociales en diferentes momentos del día. Podemos mostrarles videos o imágenes (pictogramas, fotografías, etc.) de personas diciendo “gracias”, “por favor”, “buenos días” o “buenas noches”, y recalcar que hagan uso de estas frases con los integrantes de la familia.





2. CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)

- Preparemos con anticipación el espacio donde se desarrollarán las actividades, a fin de tenerlos organizados y con los recursos necesarios. Podemos emplear imágenes con los pasos a realizar; ello favorecerá la comprensión de las actividades, sean escolares o de la vida diaria.
- Es importante que en casa contemos con normas de convivencia. Estas deben ser sencillas (podemos cambiarlas a medida que se vayan incorporando a la dinámica familiar). Recordemos ubicarlas en un lugar visible y revisarlas al inicio y al final del día. Por ejemplo: nos levantamos a las 7:00 a. m., nos saludamos (“buenos días”) y nos despedimos al acostarnos (“buenas noches”).
- En caso de que aumenten en exceso los rituales de limpieza o las preguntas por miedo a la situación que atraviesa el país, hay que limitarlos en el tiempo o frecuencia, e intentar cambiar el foco de atención con otras actividades que propicien la relajación.
- Expliquémosles qué está sucediendo y por qué debemos quedarnos en casa. Podemos utilizar una variedad de actividades para hablar del tema (lavado de manos, cuentos, etc.). Indaguemos qué quieren saber, qué les preocupa y procuremos darles la información necesaria; eso calmará su ansiedad y se irá interiorizando el mensaje.
- Controlemos el tipo de información que llega al hogar y la forma como se dialoga sobre la situación actual, a fin de evitarles mayor estrés, temor o ansiedad.
- Planteemos actividades de su interés. Podemos proponer, por ejemplo: crear un muñeco con plastilina o material reciclado, armar un rompecabezas con toda la familia, realizar alguna actividad física, etc.
- Determinemos en qué momento y cuánto tiempo pueden acceder al uso de aparatos tecnológicos. Este tiempo debe guardar equilibrio con las demás actividades. Durante las actividades escolares que presenten el uso de videos, se aconseja activar los subtítulos y asegurarnos de que el volumen sea adecuado para todas y todos.





3. CON SORDOCEGUERA (SC)

- Organicemos a los integrantes de la familia para que, en diferentes espacios, cada uno pueda comunicarse en relación con las actividades que se realicen; por ejemplo: al momento de preparar los alimentos, durante las actividades escolares, etc. Recordemos informar a la niña, el niño o la/el adolescente lo que se realiza en todo momento.
- Establezcamos horarios compartidos para que todas y todos los integrantes de la familia interactúen con el familiar con sordoceguera y así asegurar que no pierda contacto con los demás. Esto evitará que se generen conductas estereotipadas que después sean difíciles de corregir. Además, es una gran oportunidad para que todas y todos en casa perfeccionen la comunicación por estrategia dáktilo-palmar.
- Si la niña, el niño o la/el adolescente ya tiene un sistema de comunicación establecido, determinemos por turnos la comunicación para que esté al tanto de lo que sucede.
- De ser posible, practiquemos la escritura braille transcribiendo pequeños textos para que puedan leerlos e informarse.
- Entreguémosles un reloj grande, sin tapa, al que puedan acceder para percibir la posición y el movimiento de las manecillas del reloj.



4. CON DISCAPACIDAD VISUAL (DV)

- Estimulemos los sentidos de la niña, el niño o la/el adolescente en las diversas rutinas del día. Por ejemplo: al momento de secarse las manos, usar la toalla con pequeños toques para que puedan percibir la textura. Podemos concluir realizando pequeños masajes con una crema corporal para que tomen conciencia de su cuerpo, y acompañar el proceso con música suave o de su preferencia.
- Mencionemos el nombre de los nuevos objetos que se encuentran a su alrededor y para qué funcionan, mientras los manipulan. Por ejemplo: este es un fólter y sirve para guardar hojas de papel; esta es una cartuchera y sirve para guardar algunos útiles escolares, etc.
- Antes de empezar a comer, pidámosles con cariño que huelan los alimentos y describan su sabor, temperatura, etc. Incluyamos a los demás integrantes de la familia para disfrutar juntos. No olvidemos que comer es un acto social y, por ende, es importante que todas y todos participen e interactúen.
- Podemos realizar adaptaciones que faciliten sus desplazamientos en el hogar. Es decir, emplear objetos o colocar carteles en braille o en tinta (según el tamaño y color de letra que requieran), a fin de beneficiar sus desplazamientos con mayor independencia.

- Describamos los objetos, láminas, dibujos o personajes de las distintas actividades que realizan, sobre todo las escolares. Por ejemplo: si se muestra un paisaje, dibujémoslo y peguemos elementos a fin de brindarle altorrelieve de manera artesanal; podemos emplear materiales reciclados como conos de papel higiénico, periódicos en desuso, chapas, cartón, entre otros. Si tenemos pistola de silicona, también la podemos usar para marcar en relieve algunos detalles de las imágenes.
- En caso de que la niña o el niño sea pequeña(o), podemos iniciar haciendo adivinanzas sobre lo que aparece en la imagen, para que respondan; luego, pueden explorar con sus manos. Otra alternativa es que inicien con la exploración y vayan describiendo lo que reconocen.
- En caso de que sea adolescente, el contenido del paisaje puede representar el inicio de una conversación sobre otros aspectos; por ejemplo: si el paisaje es de la playa, puede ser el punto de partida para conversar sobre cómo se encontrarán las playas del mundo ahora que las personas están en sus casas y no pueden salir. Si contamos con acceso a Internet, podemos buscar información adicional: videos con audio para que los puedan escuchar.



5. CON DISCAPACIDAD AUDITIVA (DA)

A continuación, brindamos sugerencias para estudiantes usuarios de la Lengua de Señas Peruana (LSP).

- Sea cual sea la edad de la/el estudiante con discapacidad auditiva, es importante que la familia se comunique en Lengua de Señas Peruana y le permita participar en los diálogos del hogar para responder a sus inquietudes respecto al COVID-19.
- Debemos motivarla/o constantemente para que tenga la iniciativa de comunicarse, considerando sus posibilidades (verbalizar, emitir sonidos, señas); por ejemplo: al avisar o solicitar algo, al realizar preguntas, etc. Para ello, es importante que la familia preste mucha atención a las señales de comunicación que emite.
- Durante la comunicación, asegurémonos de que la niña, el niño o la/el adolescente esté atendiendo y comprendiendo. Debemos evitar girar la cabeza mientras se establece la comunicación.
- Activemos los subtítulos para favorecer la comprensión durante las actividades de aprendizaje y de la vida diaria.
- Generemos espacios entre todas y todos los integrantes de la familia para aprender y practicar la Lengua de Señas Peruana. La niña, el niño o la/el adolescente puede ser quien nos enseñe. De esa manera, promoveremos su participación y fortaleceremos su autoestima; además, se mejorará la comunicación entre los integrantes de la familia.



6. CON DISCAPACIDAD FÍSICA (DF) O MOVILIDAD REDUCIDA

- Reorganicemos y tratemos de ampliar los espacios en el hogar para que la niña, el niño o la/el adolescente se desplace con mayor comodidad en su silla de ruedas, andador u otro medio.
- Verifiquemos el estado de los ambientes (pasamanos, rampas, puertas batientes o corredizas), en tanto deben ser accesibles para la niña, el niño o la/el adolescente, al igual que el equipamiento de aseo (altura del lavado de manos, inodoro, duchas), mecanismos y accesorios (altura de los espejos, barras de apoyo para el baño), ya que serán usados frecuentemente por la familia para el aseo y la higiene diarios.
- Fortalezcamos su comunicación expresiva y comprensiva, mediante actividades que aumenten su intención comunicativa; por ejemplo: utilizar un micrófono, grabar su voz, jugar al entrevistado o entrevistador. Si su lenguaje no es muy claro, realicemos actividades que los motiven como, por ejemplo, cantar o memorizar y repetir frases cortas.
- En las actividades de aprendizaje, tengamos en cuenta que lo más importante es que participen de alguna manera. Si no pueden hacerlo a través de su desplazamiento corporal autónomo, busquemos otras opciones.

