

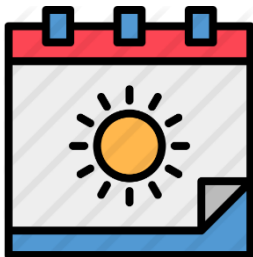
# ARRIBEN LES VACANCES

(o COM ANTICIPAR  
CANVIS EN LA  
RUTINA DELS  
INFANTS AMB TEA)

Psicoterapeutes CDIAP Parc Taulí

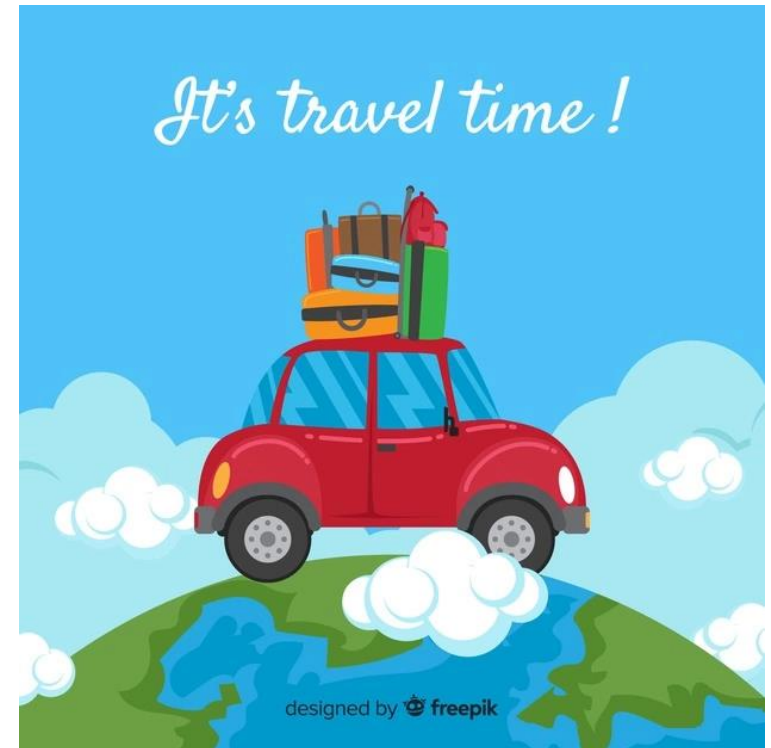
# QUÈ TROBAREU EN AQUESTA PRESENTACIÓ.

- Com ajudar els infants amb TEA a anticipar canvis en les rutines habituals.
- Estratègies que podem fer servir.



# CANVIS EN LA RUTINA

Per molts de nosaltres anar de vacances és sinònim de temps de descans, desconnexió, moment de descoberta de noves experiències, etc.



# ... PERÒ TAMBÉ...

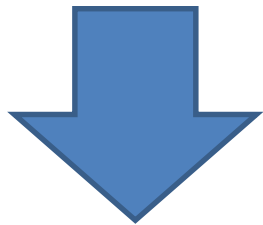
Sovint això també implica **canvis en la rutina.**

El no saber què farem ens crea certa incertesa que ens pot generar ansietat o nerviosisme.

Imagineu-vos si, a més, no entenem el per què de cada canvi.



Per alguns infants amb TEA els canvis en les rutines suposen una pèrdua de seguretat, no saben què succeirà.



## QUÈ POT PROVOCAR?

- Confusió
- Estrès
- Canvis d'humor
- Conductes que no saben gestionar



# QUÈ FEM AMB ELS CANVIS ?



“El dilluns hi ha escola però aquest dilluns és festa...”

"Com li explicaré que aquest dijous no anirà a l'escola i anirem a casa dels avis?"

"Aquest divendres no dormirem a casa i estarem en un hotel"

"La setmana vinent tenim un munt d'aconteixements: Nadal, sortida a la casa rural, barbacoa, cavalcada..... Com explicaré tantes situacions noves?"

# AQUÍ TENIU UNS CONSELLS PER A GESTIONAR-HO MILLOR



# COM PODEU AJUDAR ALS INFANTS PER A QUE HO ENTENGUIN MILLOR?

Anticipant.

Planificant.

Fent-los partícips.

Respectant els seus interessos.



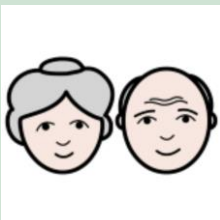


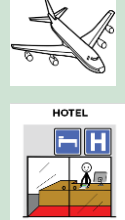
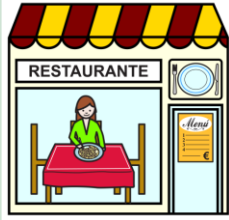
Permetent espais i moments de descans.

Fent atenció als senyals comunicatius de l'infant.



Un dels punts forts dels infants amb TEA és el processament visual: **reben i entenen molt millor la informació si els hi presentem visualment i no només verbalment.**

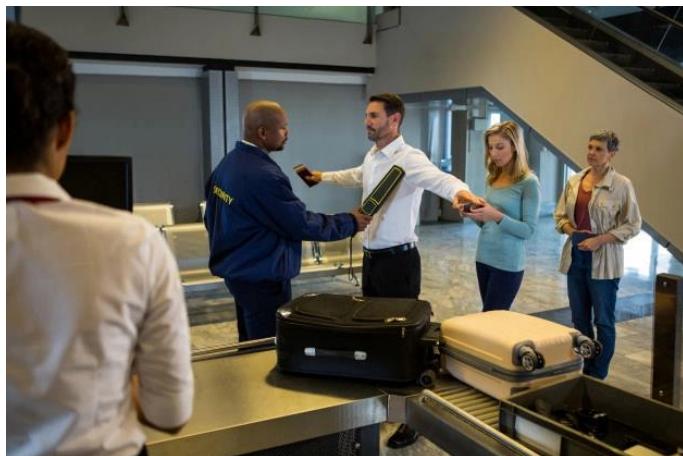
A través de suports visuals mostrareu els canvis en la seqüència d'esdeveniments, activitats, etc. acompanyant-los d'una explicació verbal senzilla.

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
						

Ajudeu a conèixer el nou lloc on anirem. Utilitzeu imatges, fotografies, vídeos que l'ajudin a visualitzar la nova situació.

Utilitzeu les webs de les companyies de tren, d'avions, del càmping, l'hotel, etc.

Mostreu què ens trobarem i quines normes haureu de seguir.



# PLANIFICANT

Planifiquen activitats o rutines semblants a les que realitzeu normalment.

Hi ha moments del dia que ajuden força a fer-ho com són el despertar-se, esmorzar, dinar, bany i hora d'anar a dormir.

Aquests moments haurien de tenir una estructura el més semblant possible a la que l'infant realitza normalment.



Incorporeu les activitats “noves” entre aquests moments i, molt important, **ANTICIPEU-LES**, acompanyant-vos de suports visuals.

Assegureu-vos de que estigui plenament atent quan li mostreu i expliqueu la nova rutina.



# FENT-LO PARTÍCEP

Feu que participi en la preparació de la seva maleta: aneu posant allò necessari pels dies que sereu fora.

Quan arribeu l'heu d'ajudar a desfer la maleta i a col·locar les seves coses per a que sàpiga on seran quan les necessiti. També li mostrareu on dormirà, on anirà a fer pipi, etc.



# PERMETENT ESPAIS DE DESCANS I RESPECTANT ELS SEUS INTERESSOS

Promoveu espais de “descans” de la demanda social que els pot arribar a saturar.

Procureu que l'infant vagi acompanyat d'aquells objectes que li donen seguretat: el seu ninot preferit, les seves joguines preferides.

Permeteu que durant el dia tingui moments en que hi pugui jugar.



# FENT ATENCIÓ ALS SENYALS COMUNICATIUS

Porteu sempre amb vosaltres la “seva” motxilla amb les joguines preferides que us ajudaran a gestionar els possibles moments d'estrès que es puguin donar. L'ajudaran a regular-se i a calmar-se.



De vegades els llocs plens de gent, amb soroll, molts estímuls, molt moviment, etc els pot posar nerviosos.

Identifiqueu la manera que té de comunicar el malestar i anticipeu-vos , bé oferint-li algun objecte que l'ajudi a regular-se o bé retirant-vos de la situació a un lloc més tranquil.



**Si teniu algun dubte o consulta , podeu contactar amb els vostres professionals de referència del CDIAP Parc Taulí.**

