Rincón de la calma

Muestra gratuita de la guía y el kit imprimible



Explora el formato antes de comprar. El recurso completo incluye una guía de 16 páginas y un kit de 14 páginas. Esta muestra contiene tres páginas seleccionadas, además de esta portada.

Carmina Veytia · Carveyteach

Para educadores, proveedores de cuidado infantil y familias. Orientaciones y materiales para niños de 2 a 6 años; adapta el apoyo a cada niño.

Primero conexión: corregulación

Los niños pequeños todavía están aprendiendo a reconocer señales del cuerpo, pedir ayuda y manejar emociones intensas. Un adulto puede aportar calma mediante su presencia, una voz suave, opciones claras y expectativas adecuadas al desarrollo. La corregulación no garantiza que el niño se calme de inmediato.

Antes de ofrecer una estrategia

- Baja el ritmo y utiliza pocas palabras.
- Acércate sin invadir; pregunta antes de tocar.
- Observa hambre, cansancio, dolor, ruido o una tarea difícil.
- Mantén a todos seguros y pide apoyo a otro adulto cuando sea necesario.

Una frase que puedes practicar

“Veo que esto es difícil. Estoy aquí. ¿Quieres que me siente cerca o prefieres un poco de espacio? Voy a seguir acompañándote”.

Cuando tú también necesitas una pausa

Respira de manera cómoda, reduce las palabras y busca apoyo del equipo. Si necesitas alejarte, organiza primero la supervisión. No dejes al niño solo ni le hagas responsable de tus emociones.

La regulación cambia según la situación. No interpretes la dificultad como falta de voluntad. Practicar en momentos tranquilos permite conocer qué apoyos prefiere cada niño.

Puedo elegir un apoyo

Presenta una o dos opciones a la vez. El niño puede elegir otra opción o pedir ayuda.

Pedir ayuda

Un adulto puede acompañarme.

Mirar un libro

Elijo un libro conocido.

Sentarme cerca

Puedo estar junto a un adulto.

Dibujar

Puedo hacer trazos o un dibujo.

Moverme despacio

Puedo caminar con un adulto.

Otra opción

Puedo proponer algo que me ayude.

Lista de preparación

Marca cada punto cuando lo revises. Si falta algo, decide cómo resolverlo antes de usar el espacio.

- ☐ Puedo ver y escuchar al niño y responder enseguida.
- ☐ El espacio tiene salidas y paso despejados.
- ☐ Los materiales son adecuados a la edad y habilidades.
- ☐ Revisé piezas pequeñas, desgaste, bordes y limpieza.
- ☐ Elegí dos o tres apoyos conocidos, sin exceso de estímulos.
- ☐ El niño puede aceptar, rechazar o pedir otra opción.
- ☐ El equipo comprende que no es castigo ni aislamiento.
- ☐ Existe un plan de apoyo si dos niños necesitan una pausa.

Mi próximo ajuste