

Habilidades de juego independiente

Introducción

Para niños con autismo, jugar en forma independiente puede ser un reto porque tienen habilidades sociales y de comunicación limitadas, y muchas veces participan en conductas repetitivas que restringen su capacidad para jugar en forma creativa y con otros niños. Aunque las habilidades de **juego independiente** es un tema amplio y puede requerir aportaciones y planeación del terapeuta de su hijo, discutiremos unas cuantas cosas que usted puede hacer para estimular a su hijo a desarrollar estas habilidades. Los niños juegan de maneras diferentes. La primera es **juego solitario**, el tipo de juego que los niños hacen solos. Los ejemplos incluyen jugar con sus juguetes, juego imaginario o incluso jugar afuera ellos solos. El segundo tipo de juego es **juego paralelo**. Estas habilidades se ven en niños que están aprendiendo a jugar junto a otros niños, pero sin participar directamente con ellos. Un ejemplo de esto sería un niño que está compartiendo un arenero con otro niño. El tercer y el cuarto tipos de juego son los **juegos asociativo y cooperativo**, que involucran jugar con otros y no serán tratados aquí.

¿Porqué son importantes las habilidades de juego independiente?

Es importante que usted enseñe a su hijo cómo jugar en forma independiente por varias razones. Primeramente, el juego es una manera en la que su hijo aprende nuevas habilidades y se desarrolla a sí mismo. Los niños desarrollan sus intereses, y sus habilidades motoras gruesas y finas mediante el juego. También aprenden a resolver problemas por ellos mismos, y cómo interactuar apropiadamente con otros a través del juego. En segundo lugar, los niños que juegan en forma independiente desarrollan un sentido de confianza en sus propias habilidades y son más independientes en otras áreas de la vida diaria. Los niños con autismo muchas veces no participan en juegos independientes hasta que se les enseña a hacerlo. Por lo tanto, es posible que usted necesite pasar tiempo enseñándoles cómo jugar con los juguetes o actividades que usted les dé.

Cómo enseñar habilidades de juego independiente

Una excelente manera de empezar a enseñar a un niño cómo jugar en forma independiente es enseñarle qué hacer con sus juguetes. Usted puede empezar por elegir juguetes que interesen a su hijo, tales como un rompecabezas, o un camión. Muestre a su hijo cómo colocar una pieza del rompecabezas en el lugar adecuado, o cómo mover un camión a lo largo de un camino imaginario. Estimule a su hijo a seguir sus direcciones y use incentivos cuando sea necesario.

Usted puede iniciar con juegos simples como botar una pelota, y luego pasar a juegos más complejos tales como alimentar y luego bañar a una muñeca. Si su hijo no

disfruta jugando con un determinado juguete, cambie a un juguete diferente y vea si le interesa más. Tenga cuidado de elegir un juguete que sea adecuado para sus habilidades y nivel de desarrollo en particular. Por ejemplo, un rompecabezas con piezas muy pequeñas podría no funcionar para un niño menor de siete años de edad. Usted puede iniciar jugando por unos minutos a la vez y luego deje que su hijo decida cuánto más quiere jugar con un juguete en particular.

Una vez que sea capaz de dejarlo para jugar con sus juguetes durante unos minutos, puede tratar otros tipos de juego, tal como un juego de causa y efecto, en el que un niño necesita hacer algo para que ocurra una acción. Un ejemplo de esto es un juguete de cuerda que se mueve solamente cuando el niño le da cuerda. Esto le permite aprender que sus acciones pueden tener una reacción predecible y consistente. Puede también enseñarle juego constructivo, en el cual puede construir algo único con bloques, o Lego u otros juguetes de construcción. Finalmente, puede enseñarle juegos ficticios, en los que se viste como un personaje o simula tener una fiesta para tomar té con un juego de té.

Cuando usted se sienta cómodo con el número de diferentes selecciones para jugar, puede crear alguna estructura alrededor del tiempo de juego independiente creando una caja "ocupada" y un horario de juego independiente.

Caja ocupada

Una caja de ocupada es una caja llena de juguetes y otros artículos con los que le gusta jugar a su niño, tales como un caleidoscopio, tangramas, juguetes para ordenar, un cuaderno para colorear y plumas, plastilina, un animal de peluche, bloques de construcción y más. De cinco a diez objetos es un buen comienzo. Para empezar, podría usar juguetes en donde haya un final claro del juego a la vista, de manera que una vez que haya terminado la actividad pueda seguir con otra.

Para enseñar a su hijo como usar una casa ocupada, seleccione un reforzador para él; algo que le guste. Puede decirle que si juega con los artículos en la caja ocupada durante tres a cinco minutos, tendrá acceso al reforzador. Use un temporizador para medir el tiempo y hágale saber que se escuchará el sonido después de que pasen 5 minutos. Cuando empiece a jugar, **elógielo cada 30 o 40 segundos**. Si su hijo trata de interactuar con usted, rediríjalo de nuevo a sus actividades y recuérdale que escuchará al temporizador hacer un sonido cuando hayan pasado cinco minutos. Una vez que se acostumbre a la caja ocupada, usted puede aumentar gradualmente el tiempo en el temporizador.

Horarios de actividades independientes

Los horarios de actividades independientes son elementos visuales o texto que actúan como indicadores para los niños para que sigan ciertos pasos o una rutina. Éstos pueden usarse para estimular la independencia con rutinas diarias tales como vestirse, o para dar estructura al tiempo libre. Los horarios de actividades independientes pueden variar en cuanto a qué tan específicos sean los elementos visuales o el texto. Usted puede crear horarios simples con imágenes individuales de qué actividad hacer y en qué orden, o usted puede crear horarios de actividades más complejas con imágenes detalladas para cada paso que su hijo necesita seguir.

Par establecer un horario de juego independiente:

1. Seleccione actividades que a su hijo le gustarían; de preferencia actividades con un final cerrado que inicien y terminen.
2. Elija una actividad de refuerzo para el final de manera que su hijo esté motivado para completar todas las actividades.
3. Use imágenes o iconos con o sin palabras para ordenar las actividades, terminando con una actividad de refuerzo que a su hijo realmente le guste.
4. Establezca todas las actividades en el horario usando una caja ocupada, o que estén al alcance de su hijo.

Para empezar a usar el horario de juego independiente:

1. Presente el horario a su hijo y diga algo como: "Ahora es tiempo para tu horario de juego".
2. Si construyó una caja ocupada, permita que su hijo empiece a jugar con los juguetes. Si no, guíe a su hijo a la primera actividad del horario.
3. Permita que su hijo complete las actividades con tan pocos incentivos como sea posible.
4. Asegúrese de que su hijo se desplace de una actividad a la siguiente como está indicado en el horario.
5. Ofrezca su hijo la actividad reforzadora al final.
6. Puede usar un temporizador para señalar el final del tiempo de juegos.

Al estimular a su hijo a jugar en forma independiente, le ayudará a obtener confianza para hacer cosas por sí mismo y estimulará y recompensará conductas positivas. Hable con el terapeuta de su hijo para obtener más información sobre cómo hacer que su hijo desarrolle habilidades de juego independiente.