

Hábitos y rutinas

Pequeñas responsabilidades

“No sabíamos qué hacer, veíamos que nuestra hija todavía era muy pequeña, y además sorda, pensábamos que no iba a estar preparada para hacer cosas por ella misma, o encargarse de pequeñas tareas. Después, con ayuda de las maestras de la escuela y de la asociación nos fuimos dando cuenta de que podía hacerlo como cualquier otra niña o niño. Ahora ya va teniendo sus pequeñas responsabilidades: poner la toalla en su sitio, cuidar de su audífono cuando le toca bañarse, etc.”

Acuérdate de ir recogiendo tus juguetes

Aunque vuestra hija o hijo sea pequeño todavía ya puede ir encargándose de hacer cosas. Por supuesto que habrá algunas de las que “pueda responsabilizarse” y hacerlas por sí solo y habrá otras para las que no estará preparado todavía. Los niños y las niñas de desarrollan mucho desde que nacen hasta que tienen seis años. Es una franja de edad en la que experimentan muchos cambios y su crecimiento salta a la vista y a veces es un poco difícil saber qué cosas pueden hacer. Lo importante es que mantengáis una mente abierta y positiva, que observéis cómo se desenvuelven y que les vayáis ayudando cuando lo necesiten.

¡Manos a la obra!

1. Antes de empezar

¿Por qué?

- ❖ **La sordera no implica que no pueda hacerlo.** Que vuestra hija o hijo sea sordo no quiere decir que no vaya a ser capaz de hacer cosas por sí mismo como los demás. Es habitual que muchos padres y madres, al principio, vean a su hija o hijo sordo “más desvalido” y piensen que no va

www.mihijosordo.org

1

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

a poder hacer las mismas cosas que los demás y que siempre va a depender de una persona oyente que le ayude; pero no es así. Si desde el principio se acostumbra a que es como los demás y que tiene que aprender a ser responsable todo irá de maravilla.

- ❖ **Necesita aprender a crecer.** Como cualquier niño o niña tiene que aprender a crecer y ser responsable, a ir solucionando las pequeñas dificultades con las que se va encontrando, con la ayuda de su familia al principio y después aprendiendo a que también tiene que ir haciendo cosas por sí solo. Con esas pequeñas responsabilidades que va asumiendo irá empezando este camino hacia la etapa adulta disfrutando de lo que le va ofreciendo la vida.
- ❖ **Algún día será adulto.** Vuestra hija o hijo sordo crecerá, como todos y todas, y cuando sea mayor necesitará hacer su vida, independizarse y tal vez formar una familia. Las responsabilidades que se van aprendiendo, poco a poco, desde que son muy peques, les hacen ser personas adultas y responsables.

Aprender a ser autónomo es algo que todos y todas podemos empezar a adquirir desde que somos muy peques. Si queréis saber algo más sobre este tema consultad el apartado Promover su autonomía.

Mi hijo de 0-6 años > Educar en casa > Promover su autonomía

- ❖ **Necesita sentirse capaz.** Para ir afrontando las responsabilidades que le vais encomendando vuestra hija o hijo sordo, como los demás, necesita sentir que es capaz y que confiáis en que puede hacerlo. Observar cómo se va desarrollando, asignándole pequeñas responsabilidades acordes a su desarrollo. Tened una visión positiva de la sordera, confianza y transmitirle lo contentos y contentas que estáis por lo que se esfuerza, serán las piezas claves.

www.mihijosordo.org

2

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

Podéis consultar el apartado Autoconcepto y autoestima para saber más sobre estos aspectos tan importantes para su desarrollo.

Mi hijo de 0-6 años > Educar en casa > Autoconcepto y autoestima

Mamás y papás,

Vuestra hija o hijo sordo es como todos los demás y puede encargarse de pequeñas tareas e ir aprendiendo a ser responsable, ¡y le encantará hacerlo! Ya veréis que con las ideas que os proponemos os resultará todo más fácil.

2. Una buena manera de empezar

Pequeñas responsabilidades...

- ❖ **A la hora de la comida.** Ayudar a poner la mesa, echar los restos en el cubo de la basura, empezar a comer solo, llevar sus cubiertos al lavaplatos, etc. Aunque creáis que todavía no está preparado son algunas cosas de las que puede ir responsabilizándose.
- ❖ **En el baño.** También en este momento tan cotidiano puede haber muchas “pequeñas responsabilidades” de las que se puede ir haciendo cargo: empezar a usar la esponja por sí solo, dejar la toalla en su sitio, preparar el pijama para después del baño, etc.
- ❖ **En el momento de vestirse.** A partir de los tres años de edad es conveniente que los niños y las niñas ya tengan adquiridas las destrezas básicas para vestirse y desvestirse, si al principio empiezan con pantalones con cintura elástica les será mucho más fácil.
- ❖ **A la hora de dormir.** Podéis aprovechar estos momentos para que elija el cuento que vais a leerle y que lo tenga preparado, que prepare la ropa o el material escolar para el día siguiente, etc. Si al principio lo hace con papá y mamá lo aprenderá más fácilmente y sabrá cómo hay que hacerlo.

www.mihijosordo.org

3

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

- ❖ **Con el cuidado del implante coclear y el audífono.** Si vuestra hija o hijo sordo lleva este tipo de ayudas técnicas puede ir aprendiendo, ya en estas edades, que hay que cuidarlo y que ha de estar pendiente de que no sufra un daño innecesario, por ejemplo, quitárselo cuando va a bañarse, en casa o en la playa, cuando vaya a jugar al fútbol con los amigos y amigas, etc. Cuando se lo tengáis que quitar hacedlo como algo cotidiano, así lo vivirá como algo natural.

Recordad que en esta misma sección podéis ver más información sobre estos hábitos tan importantes en estas edades en los apartados de La hora de la comida, La hora del baño, La hora de vestirse y Acostarse.

Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas

¿Qué ha aprendido?

- Que aunque todavía es muy peque puede ir haciendo cosas por sí mismo.
- Que para ir haciéndose mayor hay que aprender y su familia está ahí para enseñarle muchas cosas.
- Que su familia confía en sus capacidades.
- Que mamá y papá se ponen muy contentos cuando ven que empieza a ser responsable.

Hablan las mamás y los papás...

Aprovechamos los fines de semana que no hay tantas prisas

Cuando queráis que aprenda algo nuevo como ponerse el pijama ella o él solo u otra cosa que sea nueva podéis aprovechar un fin de semana ya que no suele haber tanta prisa como los días de diario en los que hay que correr porque se os hace tarde para entrar en la escuela o para coger el autobús. Así podréis explicarle con calma cómo tiene que hacerlo y e intentarlo varias veces si no sale bien al principio.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

Una madre de la asociación nos dijo lo que hacía ella con su hijo

Conocer a otras familias con hijas o hijos sordos es una buena manera de ver cómo lo han hecho otros padres y madres que ya han pasado por situaciones similares a las vuestras. Cada niño y cada niña es diferente pero todos y todas tienen algo en común: tienen muchas ganas de aprender y si se confía en ellos y ellas y se les enseña con paciencia y mucho amor aprenden como cualquiera. Si podéis, comentar con otras familias vuestras dudas y preocupaciones, ya veréis como os dan muchas ideas para poner en práctica en casa.

Recordad que en el apartado **Dónde acudir** podéis encontrar datos de contacto de asociaciones de familias de niñas y niños sordos que os serán de gran ayuda.

Dónde acudir > Asociaciones y federaciones

Lola solo tiene dos años pero me ayuda cuando la estoy vistiendo

Hay muchas cosas que, aunque parezca que no son importantes, suponen los primeros pasos hacia la autonomía y un aprendizaje para ir asumiendo pequeñas responsabilidades. Aprovechad momentos cotidianos y "rutinas" de la vida diaria como es el momento de vestirse para ir a la escuela. Con tan solo dos años los niños y las niñas, sordos y oyentes, ya pueden "ayudar" a mamá o a papá en el momento de vestirse, aunque solo sea que levanten los brazos para ponerles la camiseta. Se irá acostumbrando y cuando tenga tres años ya podrá empezar a vestirse por sí solo aunque para algunas prendas siga necesitando ayuda de los mayores.

Juan, recuerda poner la toalla en su sitio cuando acabes de secarte

Habrà momentos en los que le tendrèis que recordar lo que tiene que hacer, es normal, aprender y ser consciente de las responsabilidades, es algo que se adquiere con la pràctica y despuès de repetirlo muchas veces. Si se va acostumbrando a hacerlo luego solo tendrèis que recordàrselo de vez en cuando, enseguida lo comprenderà y le gustarà ayudaros y sentirse que ya va siendo mayor.

www.mihijosordo.org

5

Estàs en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

Algunas buenas ideas

Aquí vais a encontrar algunas ideas para que vuestra hija o hijo sordo vaya encargándose de tareas. Seguro que al leer estas se os ocurren otras muchas más.

- ❖ **Vamos a vestir al muñeco...** Una buena forma de enseñarles a vestirse y que luego puedan hacerlo por sí solos es utilizar su muñeca o muñeco preferido. Cuando ya hayan aprendido a hacerlo será más fácil que luego se puedan vestir ellos o ellas y si tienen alguna duda recordadle cómo le ponían la ropa a su muñeco o muñeca preferida. Ya veréis como les será más fácil y divertido.
- ❖ **Primero la ropa interior, después...** Para que cuando ya hayan crecido un poco, sean capaces de vestirse y poder tener esa “pequeña responsabilidad”, antes tienen que aprender a hacerlo. Una forma de aprender puede ser que vean cómo lo hacen papá o mamá, y otra que les enseñéis directamente y le digáis cómo hay que hacerlo. Si siempre lo hacéis de la misma manera le será más fácil. Es importante que “verbalicéis”, hablando o en lengua de signos, cuál es el orden en el que hay que hacerlo: *primero la ropa interior, la braguita o el calzoncillo, después los calcetines, luego el pantalón, ahora la camiseta, luego la sudadera y por último las zapatillas*. Si seguís siempre el mismo orden lo aprenderá más fácilmente.
- ❖ **De la cabeza a los pies.** Algo similar ocurre a la hora de bañarse. Buscad una “fórmula” para que se lo aprenda más fácilmente, por ejemplo, empezar a pasarse la esponja desde arriba, empezando por la cabeza, e ir enjabonándose el cuerpo “de arriba a abajo” acabando con los pies. Recordad que será mucho más efectivo si lo vais “diciendo”, en lengua de signos o hablando: *Empezamos por la cabeza y vamos bajando, ahora los brazos.... ¡Muy bien!*

www.mihijosordo.org

6

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades

- ❖ **Recoge los juguetes y quita el tapón de la bañera.** Como ya habéis visto antes, el baño es otro de los momentos o “rutinas” diarias en los que podéis ir enseñando a vuestro hijo o hija a tener “pequeñas responsabilidades”. Podéis hacer que se vaya acostumbrando, por ejemplo, a que cuando termine recoja los juguetes que ha metido en la bañera y quite el tapón. Son cosas sencillas de las que puede encargarse y se acostumbrará a hacerlas, al principio viendo cómo lo hacen papá y mamá, y luego él o ella solos. ¡Le encantará sentir que os está ayudando y que os ponéis muy contentos cuando lo hace!.
- ❖ **Yo te ayudo con el cuchillo.** Alrededor de los cuatro o cinco años de edad puede ya encargarse de comer solo y usar los cubiertos, eso sí, con el cuchillo tendréis que ayudarlo pero es importante que sepa que comer es algo que ya tiene que hacer sin necesidad de que papá y mamá tengan que hacerlo todo por él o ella. Ya va siendo más mayor y tiene que empezar a “ser más responsable”.

¿No te ha quedado claro?

No olvides que puedes consultarnos en el apartado *Pregúntanos*. Además en la colección de DVD *Mi hijo sordo* podrás ver aspectos relacionados con las niñas y niños sordos en estas edades. Ver *Materiales*.

www.mihijosordo.org

Estás en: Mi hijo de 0-6 años > Hábitos y rutinas > Pequeñas responsabilidades