



# How to Help Your Child Transition Smoothly Between Places and Activities

Alyson Jiron, Brooke Brogle & Jill Giacomini

Transitioning, or moving, to new places, people and activities is something we do many times during the day. However, change can be overwhelming and seem unpredictable for your child, especially when she is not ready to move on to the next place or activity. Children make many transitions each day—from parents to teachers, from home to car, or from play time to the dinner table, for example. When and how often transitions occur are usually decided by an adult and children often act out with challenging behavior when they feel unable to control their routine. When you help your child prepare for transitions you are helping her to learn a valuable skill. The good news is that you can teach her this important skill while you are enjoying time together.



## Backpack Connection Series

### About this Series

The Backpack Connection Series was created by TACSEI to provide a way for teachers and parents/caregivers to work together to help young children develop social emotional skills and reduce challenging behavior. Teachers may choose to send a handout home in each child's backpack when a new strategy or skill is introduced to the class. Each Backpack Connection handout provides information that helps parents stay informed about what their child is learning at school and specific ideas on how to use the strategy or skill at home.

### The Pyramid Model



The Pyramid Model is a framework that provides programs with guidance on how to promote social emotional competence in all children and design effective interventions that support young children who might have persistent challenging behavior. It also provides practices to ensure that children with social emotional delays receive intentional teaching. Programs that implement the Pyramid Model are eager to work together with families to meet every child's individualized learning and support needs. To learn more about the Pyramid Model, please visit [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org).

### More Information

More information and resources on this and other topics are available on our website, [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org).

### Try This at Home

- Use a timer, an instrument or a funny noise to give your child advance warning of routine transition events. If possible, ask him to help “alert” everyone to the upcoming event. For example, let your toddler bang a pot with a wooden spoon to let the family know it is time for dinner.
- Let your child pick out a special object or toy to transition with to the next activity or place. “Would kitty like to come with us to the grocery store? I wonder if she could help us find the items on our list?”
- Use a visual schedule to show your child the plan for the day. “First, you have school and then we are going to take Aunt Rachel’s gift to the post office and mail it to her.”
- Make the transition a game or activity where the child has the opportunity to move around. “I wonder if today we can use this big shovel to scoop the cars into the bucket while we clean up?” If possible, let him think of the game. “I wonder how we could get to the car today?” You might be surprised at his creativity and how much fun you have roaring like a dinosaur or hopping like a rabbit.
- Sing songs as you transition. Children love to hear songs as they move about their day. Make up silly songs together about what you are doing or where you are going. You are sure to get a laugh and likely a smooth transition.
- Give your child a job. Children are more cooperative when they can be part of the process. Perhaps he can help stir something for dinner, unlock the car doors with the remote or pick out a diaper before a diaper change.

### Practice at School

Children transition from one activity to the next throughout their day at preschool. Teachers plan for transitions in advance by creating special routines. These routines help to prepare children for transitions, engage them in the change that is taking place and help them to move smoothly to the next activity. Teachers might use a special instrument or song to let children know it is clean up time. Teachers might read books to the children while they are standing in line waiting for a turn to wash their hands before snack or create an obstacle course or morning routine to help children and parents transition at drop-off. When children are able to participate in or lead the transition, they are excited and eager to move to a new activity.

### The Bottom Line

The more a child can predict and participate in the schedule and activities of her day, the less likely it is that challenging behavior will occur and the more likely it is that she will eagerly engage in transitions to new people and places. Taking the time and making the effort to teach her what to expect, when it will happen, and what happens before the transition occurs can be a rewarding experience. Most importantly, it is also an opportunity for quality time that can help lead to smoother transitions.



[ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org)



Reproduction of this document is encouraged. Permission to copy is not required.

This publication was produced by the Technical Assistance Center on Social Emotional Intervention (TACSEI) for Young Children funded by the Office of Special Education Programs (OSEP), U.S. Department of Education (H3248070002) and updated by the National Center for Pyramid Model Innovations also funded by OSEP (H3268170003). The views expressed do not necessarily represent the positions or policies of the Department of Education, July 2013/January, 2018.






## Serie de Conexión Mochila

### Sobre esta serie

La *Serie de Conexión Mochila* fue instaurada por TACSEI (por sus siglas en inglés) para brindarle a los maestros y padres/proveedores una vía para trabajar en conjunto para ayudar a los niños a desarrollar sus aptitudes socioemocionales y reducir las conductas desafiantes. Los maestros podrían elegir enviar un volante a casa dentro de la mochila de cada niño cada vez que sea introducida una nueva estrategia o aptitud dentro de la clase. Cada volante de la *Conexión de Mochila* proporciona información que ayudará a los padres a estar informados sobre lo que su niño está aprendiendo en la escuela y las ideas específicas sobre cómo utilizar las estrategias o aptitudes en casa.

### El Modelo de la Pirámide



El Modelo de la Pirámide es un marco que proporciona a los programas orientación en como promover la capacidad socioemocional en todos los niños y diseñar intervenciones efectivas que apoyen a los niños que puedan contar con conductas desafiantes persistentes. También proporciona prácticas para asegurarse de que los niños con retrasos socioemocionales reciban educación intencional. Los programas que implementan el Modelo de la Pirámide están entusiasmados de trabajar en sociedad con las familias para satisfacer las necesidades individuales de aprendizaje y apoyo que cada niño necesita. Para conocer más del Modelo de la Pirámide, por favor visite [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org).

### Más información

Más información y recursos sobre este y otros temas están disponibles en nuestro sitio web, [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org).



[ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org)

# Cómo ayudar a su niño a tener una mañana exitosa

Brooke Brogle, Alyson Jiron y Jill Giacomini

Usted sufre estragos debido a las mañanas estresantes cuando quiere agachar la cabeza y llorar antes de las 8:00 a.m.? ¿Sale a menudo de su casa en una carrera frenética y enojada? Las mañanas pueden ser un horario particularmente desafiante para los padres. ¡El levantar a toda su familia y salir de la casa no es una tarea fácil! Es importante comprender que su rutina matutina sirve como el cimiento para el día entero de su familia. Usted puede crear una rutina matutina que no sólo ayude a que su día inicie de manera suave, sino que también le enseñe a su niño aptitudes importantes que él necesita para ser más independiente y confidente. Una rutina matutina también puede reducir la conducta desafiante tales como el llanto, lloriqueo y berrinches.



### Pruebe esto en casa

- Utilice una agenda visual con artículos tales como fotografías, recortes u objetos que le muestre a su niño los pasos dentro de su rutina matutina. Esta agenda visual puede ayudarle a comprender las expectativas de la rutina matutina. Para aprender más sobre cómo crear una agenda visual, visite la página [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org) y busque en el sitio “agendas visuales” utilizando el cuadro de búsqueda localizado en la esquina superior derecha de la pantalla.
- Si su niño tiene dificultades para levantarse en la mañana, puede ser debido a que no está durmiendo lo suficiente por la noche. Designe un horario para irse a dormir consistente y haga que se cumpla. Cuando cambia el horario de un niño para irse a dormir esto puede dificultar que se levante en la mañana. Para más información sobre las rutinas para irse a dormir, visite la página [ChallengingBehavior.org](http://ChallengingBehavior.org) y busque en el sitio “rutinas para irse a dormir” utilizando el cuadro de búsqueda localizado en la esquina superior derecha de la pantalla.
- Planifique a futuro. Utilice su rutina para irse a dormir para planear las actividades del día siguiente.
  1. Aliste la ropa que usará su niño.
  2. Aliste su mochila.
  3. Comente sobre la rutina matutina, muéstrele fotos y platique con él sobre el día que viene.
- Dele algo de poder a su niño sobre su rutina matutina ofreciéndole elecciones razonables. Por ejemplo, “Primero vístete. ¡Después, tendrás tu elección! ¿Quieres cereal o panqueques para desayunar?”

- Incluya dentro de la rutina matutina tiempo de vinculación. Tiempo para leer, bañarse o pintar ayudará a que su niño se sienta amado y tranquilo para iniciar sus tareas del día.
- Anime a su niño. Cuando su niño complete una tarea y siga la rutina, bríndele estímulo positivo y específico. Por ejemplo, diga “¡Guau! ¡Te levantaste y te vestiste tú solo! Ahora tendremos unos cuantos minutos para jugar con los trenes. ¡Qué buena manera para iniciar el día!”

### Practique en la escuela

Los maestros utilizan rutinas para proporcionar una estructura predecible para el día de su niño. Cuando un niño comprende lo que debe estar haciendo y que le sigue, él siente menos ansiedad y más emoción por participar. Mientras que las actividades específicas dentro del aula pueden cambiar, la rutina no. Por ejemplo, mientras que las a 10:00 siempre será hora de arte, la manualidad específica (pintar, cortar, pegar) puede variar de un día a otro. Los niños se ponen ansiosos por intentar actividades nuevas debido a que se sienten más confiados y cómodos con la rutina.

### La conclusión

Una rutina matutina es una oportunidad diaria para que usted establezca y nutra una relación positiva con su niño. Cuando sigue una rutina matutina repetitiva le permite a su niño a ensayar las habilidades importantes tales como vestirse, bañarse y aseo y le otorga sentido de confianza y éxito. Una rutina tranquila y amorosa en casa marca la pauta para el día entero tanto para usted como para su niño.

Se recomienda la reproducción de este documento. No se requiere permiso para copiar.

Esta publicación fue producida por el Centro de Asistencia Técnica sobre Intervención Social y Emocional (TACSEI por sus siglas en inglés) para niños pequeños financiado por la Oficina de Programas de Educación Especial (OSEP por sus siglas en inglés), Departamento de Educación de los Estados Unidos (H324870002) y actualizado por el Centro Nacional para Innovaciones del Modelo de la Pirámide también financiado por OSEP (H3248170003). Las opiniones expresadas no representan necesariamente las posiciones o políticas del Departamento de Educación, julio 2013 / enero, 2018.

