



---

## Happy Kids for Christmas

It's typical for children to become over stimulated and stressed with all the activities surrounding the holiday season. Children with social and behavioral challenges may have the most difficulty adapting to schedule changes, visits to unfamiliar places, and introductions to new people and foods. The following tips give parents and caregivers some ways to maintain the joy of the season.

- ★ Prepare your child well in advance of all events.
- ★ Tell children what will happen and what you expect them to do. Be specific, such as: *The guests will arrive between 5 and 6. Most of the children will be in the family room. If you need me, come to the kitchen.*
- ★ Preview guests or people you will visit with photos; rehearse names and relationships.
- ★ Role-play scenarios for greeting guests, receiving gifts, etc.
- ★ Identify “safe places” at home and away where your child can get away from crowds, noise, and confusion.
- ★ Take a favorite food or toy along when leaving home and changes in routine cannot be controlled.
- ★ Prepare relatives and friends for the potential of unusual behavior or if your child's actions may be misinterpreted. *Bill doesn't understand jokes; he takes things very literally. Sue may interrupt conversation because she doesn't know when it's her turn to talk. Mary doesn't like to be hugged.*
- ★ At gatherings, ask trusted adults to alert you for signs of a potential “melt down” before it happens.
- ★ Help your child fit into social situations by coaching them while engaged in conversation and group activities.
- ★ Give your child a role in which they can be successful.
- ★ Help your child select or make gifts with their special talents.
- ★ Ask your child to join the family in a service project that contributes to the larger community to devalue the materialism of Christmas.
- ★ Try to attend a Christmas Mass that isn't too crowded.
- ★ Stagger the opening of presents throughout the day or longer.
- ★ Prepare your child when furniture is moved and items are put away temporarily so they know familiar things will return after the holidays.

### Sources:

Brown, Dale S. *How to Help your Child Have a Happy Holiday*. Website: [LDOonline.com](http://LDOonline.com). 2008.

Sutton, Larry. *Christmas with Autism*. *NAFIM Messenger*. December 2007.

For more information contact Marsha Rivas, Equal Access Ministries,  
Diocese of Toledo 419-244-6711 [mrivas@toledodiocese.org](mailto:mrivas@toledodiocese.org)



Equal Access Ministries



## Niños Felices por la Navidad

Es típico que los niños se sobre-estimulen y estresen con todas las actividades que rodean a los días de Navidad. Los niños con dificultades sociales y de comportamiento pueden tener mayores dificultades para adaptarse a cambios de horario, visitas a lugares desconocidos y conocer nuevas personas y alimentos. Los siguientes consejos les dan a los padres y cuidadores algunas maneras de mantener la alegría de la temporada.

- ★ Prepare bien a los niños con anticipación antes de todos los eventos o actividades.
- ★ Explique a los niños lo que va a suceder y que es lo que usted espera que ellos hagan. Sea específico, como por ejemplo: *Los invitados van a llegar entre 5 y 6. La mayoría de los niños estarán en la sala de estar. Si me necesitas, ven a la cocina.*
- ★ Previamente practique con fotos, los nombres, y la relación con los visitantes o de las personas que ustedes visitarán.
- ★ Practique escenarios de juego de como recibir a los invitados, recibir regalos, etc.
- ★ Identifique “lugares seguros” dentro de su casa y cuando salgan, donde su hijo pueda alejarse de las multitudes, del ruido y de la confusión.
- ★ Lleve con usted comida o un juguete favorito cuando salga de la casa y donde haya cambios de rutina que no puedas controlar.
- ★ Prepare a sus amigos y familiares sobre la posibilidad del comportamiento inusual o si las acciones de su hijo puedan ser mal interpretadas, por ejemplo: *David no entiende los chistes, sino que toma las cosas al pie de la letra. Puede que Laura interrumpa la conversación porque ella no sabe cuándo es su turno para hablar. A María no le gusta ser abrazada.*
- ★ En las reuniones, pida a adultos de confianza que le avisen si ven signos de una posible crisis antes de que suceda.
- ★ Ayude a su hijo a adaptarse a situaciones sociales mediante clases en las que participe en conversaciones y actividades de grupo.
- ★ Dele a su hijo una tarea en la que pueda tener éxito.
- ★ Ayude a su hijo a seleccionar o hacer regalos con sus talentos especiales.
- ★ Pídale a su hijo unirse a la familia en un proyecto de servicio que contribuye a la comunidad en general para devaluar el materialismo de la Navidad.
- ★ Trate de asistir a una Misa de Navidad en la cual no esté muy llena de gente.
- ★ Alterne la apertura de los regalos durante todo el día o más.
- ★ Prepare a su hijo cuando vayan a mover los muebles y cuando los objetos se guarden temporalmente para que sepan que las cosas familiares volverán después de los días de fiestas.

Fuentes:

Brown, Dale S. *Como ayudar a su hijo a tener un día de fiesta feliz.* Website: LDOnline.com. 2008.

Sutton, Larry. *Navidad con Autismo.* NAFIM Messenger. December 2007.

Para más información contactar a Marsha Rivas, Ministerio de Igualdad de Acceso, Diócesis de Toledo 419-244-6711 [mrivas@toledodiocese.org](mailto:mrivas@toledodiocese.org)

