



Fijando la Mirada al Contacto Visual

por Rynette R. Kjesbo, M.S., CCC-SLP

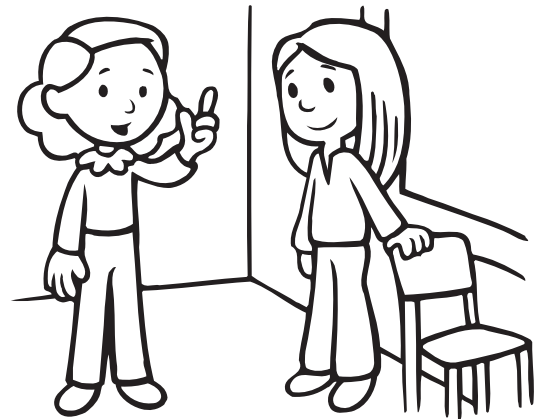
Cuando nosotros hablamos con otros, ¡usamos más que solo palabras para comunicarnos! Nosotros también nos comunicamos a través de nuestro lenguaje corporal, gestos, y expresiones faciales como el contacto visual. El *contacto visual* es cuando nosotros le fijamos la mirada directamente a los ojos de una persona cuando hablamos con él/ella. El hacer preguntas y contestarlas, compartir cuentos, y saludar afectuosamente a las personas al verlas son ejemplos de situaciones diarias en las cuales hacemos contacto visual con otros.

¿Por qué es el Contacto Visual tan Importante?

Muchas veces usted notará dónde está la atención de otra persona al seguir sus ojos a dónde están mirando. Conociendo la localización de la mirada fija de una persona puede ayudarte a seguir el tema de la conversación y a contribuir información relacionada a la discusión. También, cuando usted hace contacto visual con alguien con quien usted está hablando, usted le demuestra a la persona que lo que él/ella está diciendo es importante para usted. Por lo tanto, el uso apropiado del contacto visual nos ayuda a formar conexiones con otros para ambas la socialización y la comunicación.

Haciendo el Contacto Visual Más Fácil

El hacer un contacto visual puede ser difícil para algunos niños. Los niños que son tímidos o que sufren de ansiedad social, tanto como los niños con autismo o algunos desórdenes del desarrollo, pueden sufrir al tratar de hacer contacto visual con otros. Hay diferentes habilidades que usted puede enseñarle a los niños al practicar el contacto visual para que ésta parte de la conversación se convierta en algo más fácil y natural. Abajo hay algunas sugerencias que usted puede darle a sus niños cuando está enseñándoles acerca de cómo hacer contacto visual y cómo usarlo apropiadamente:



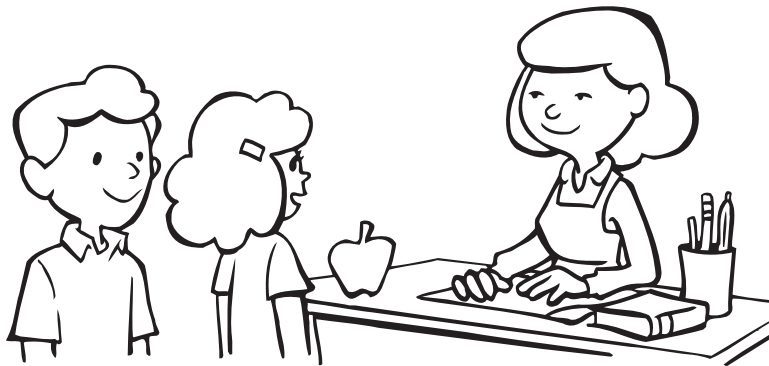
- **Enfóquese en la cara de la otra persona** – Si usted encuentra que fijar su mirada directamente a los ojos de otra persona le es difícil, trate de mirar a los ojos tan cerca como le sea posible – mire a sus cejas, frente, o nariz.
- ¡Relájate! – Cuando está haciendo contacto visual es importante mantenerse

calmado y cómodo. Quedándose relajado le ayuda a enfocarse en lo que estás tratando de decirle a la otra persona tanto como lo que él/ella está tratando de decirle a usted. Respire profundamente o encuentre otras maneras de ayudar a relajarse cuando está haciendo un contacto visual.

- **No de una mirada desafiante** – Cuando usted hace un contacto visual, es natural mirar hacia otro lado de vez en cuando. Cuando usted mira a una persona por mucho tiempo, esto puede causar que la persona se sienta incómoda.
- **¡No olvide escuchar!** – Es tan importante *escuchar* a la persona con quien usted está hablando al igual que *mirarla*. Mientras usted practica haciendo contacto visual con otras personas con quien habla, no olvide escucharlas. ¡Recuerde que la comunicación con otros incluye mirarlos y escucharlos!

Una Nota Acerca de las Diferencias Culturales en el Contacto Visual

Este papel informativo ha sido escrito para asistir a los maestros, los padres, y los niños en los Estados Unidos en cómo entender y usar el contacto visual como una parte importante de la comunicación. El uso del contacto visual varía grandemente en diferentes países y culturas. Por ejemplo, en otros países, el contacto visual directo puede ser interpretado como agresivo o una falta de respeto. Aunque el contacto visual es más cordial con alguien con quien usted está hablando en los Estados Unidos, en otras culturas, el bajar su mirada fija es una señal de respeto cuando está hablando con otros.



Para más páginas educativas (Handy Handouts®), visite www.handyhandouts.com.

Productos Serviciales

La siguiente lista de productos de Super Duper® le será útil cuando usted trabaje con niños que tienen necesidades especiales. Visite www.superduperinc.com y teclee el nombre o el código de la mercancía en [nuestro buscador informático \(search\)](#). Haz "clic" en las siguientes páginas electrónicas para ver la descripción de cada producto.

Social Skills Solutions
Artículo #DRL-052

204 Fold & Say® Social Skills
Artículo #BK-293

Say and Do® Early Social Scenes for School
Artículo #BK-312

Go-To Guide for Social Skills
Artículo #TPX-29401

*Las páginas educativas (Handy Handouts®) de Super Duper® son para el uso personal y educacional solamente. Cualquier uso comercial es estrictamente prohibido.