# Cómo usar un tablero primero y después.

Read this lesson in English

**Qué es.** Un **tablero primero y después** muestra dos cosas en orden: lo que pasa primero (lo que usted pide) y lo que viene después (algo que el niño quiere). Un **horario con imágenes** es la misma idea, más larga: los pasos de una rutina, con imágenes o palabras, en orden, para que el niño vea qué viene y qué ya terminó.

**Por qué importa.** Las palabras habladas desaparecen en cuanto se dicen; un tablero se queda donde el niño lo puede ver. Hace visible el trato y pone a la vista el final de la parte difícil, que muchas veces es lo que le falta a una exigencia sin final.

EL MÉTODO

## Cómo usar un tablero primero y después usted mismo, en seis pasos.

1. **Escoja el "primero": una cosa pequeña que pueda terminar ya.** "Zapatos puestos", no "prepárate". Empiece más pequeño de lo que cree; después puede crecer.
2. **Escoja el "después": algo que de verdad quiera, listo para darlo enseguida.** ¿No sabe qué quiere? Use la entrevista para familias.
3. **Muéstrelo y dígalo una vez, señalando cada casilla:** "Primero zapatos, después burbujas." Imágenes para los niños que todavía no leen; palabras para los que sí.
4. **Cuando termine el "primero", dé el "después" enseguida.** Cada vez, sobre todo al principio. Eso es lo que hace creíble el tablero.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 

5. **Si no empieza, no cambie el orden.** Espere, señale el tablero, ayúdele con el primer movimiento, y mantenga la voz tranquila. Dar el “después” primero le enseña que el tablero es opcional.
6. **Hágalo crecer hasta un horario.** Cuando el tablero funcione, ponga de tres a cinco pasos con uno favorito al final, y marquen cada paso cuando termine.

---

**Esto está comprobado: los apoyos visuales funcionan.** La revisión nacional de 2020 sobre intervenciones para el autismo, en Estados Unidos, incluyó los apoyos visuales entre las prácticas basadas en la evidencia, con más de cien estudios, para edades desde la primera infancia hasta adultos jóvenes (Steinbrenner y colegas, 2020). El orden primero y después es una regla antigua de la conducta: algo que una persona quiere hacer puede reforzar algo que no quiere, cuando viene justo después (Premack, 1959).

EJEMPLO RESUELTO

## Maya y la hora del baño.

**Ejemplo inventado.** Los nombres y los números de abajo son inventados para mostrar el método.

Maya tiene cinco años, y la hora del baño termina en lágrimas casi todas las noches. Su papá dibuja un tablero: PRIMERO un baño, DESPUÉS la varita de burbujas que le encanta, que ahora solo aparece después del baño. A las 7:00 se lo muestra, dice “Primero baño, después burbujas” una vez, y señala cada casilla.

| Cuándo | Qué pasó |
|---|---|
| Noche 1 | Lloró en la tina. Papá esperó, señaló el tablero y la ayudó a entrar. Las burbujas llegaron en cuanto terminó el baño. |

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 

| | |
|---|---|
| Noche 3 | Caminó a la tina después de que él señaló por segunda vez. |
| Noche 6 | Entró después del primer “Primero baño, después burbujas”. |
| Semana 3 | El tablero se volvió un horario para dormir: baño, pijama, dientes, cuento. Su favorito, el cuento, va al final. |

---

**Qué hizo que funcionara:** el “después” era algo que ella de verdad quería, llegó justo después, cada vez, y su papá nunca cambió el orden cuando lloró. Ese es todo el método.

ERRORES QUE EVITAR

## Cómo deja de funcionar un tablero.

- Un “primero” demasiado grande o vago, como “pórtate bien” o “prepárate”. Divídalo en pasos y ponga un solo paso en el tablero.
- Un “después” lejano (“el sábado”) o que en realidad no quiere.
- Dar el “después” primero para que deje de llorar. Eso convierte el tablero en un soborno: el llanto se ganó las burbujas.
- Usar el tablero solo para cosas difíciles. Ponga también cosas fáciles, para que el tablero anuncie cosas buenas.
- Un horario en la pared que nadie toca. Marquen cada paso cuando termine, o se vuelve decoración.

PRUÉBELO

## Una pregunta, y luego la respuesta.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 

Un caso inventado: el tablero de Jonás dice PRIMERO recoger los bloques, DESPUÉS tableta. Pone dos bloques en la caja y dice: “¡Listo!” ¿Qué hace usted?

▼ Ver la respuesta, y por qué

**Señale el tablero, ayúdele a terminar, y dé la tableta cuando los bloques estén en la caja.** Pero fíjese en el problema de fondo: “recoger los bloques” nunca dijo dónde está el final. Mañana, escriba un “primero” con un final que se vea, como “diez bloques en la caja”. Por qué: un tablero solo es justo cuando la meta está clara antes de empezar.

**Algo para guardar**

## Arme su tablero y su horario, y luego imprímalos.

DRAGEN ACADEMY · TABLERO PRIMERO Y DESPUÉS · DRAGEN.CLOUD

| PRIMERO | DESPUÉS |
| --- | --- |
| dibuje o pegue una imagen | dibuje o pegue una imagen |
| Zapatos puestos | |

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 

Burbujas en el carro

MI HORARIO · MARQUE CADA UNO CUANDO TERMINE

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | | Baño | ☐ |
| 2 | | Pijama | ☐ |
| 3 | | Cepillarse los dientes | ☐ |
| 4 | | Cuento | ☐ |

DÓNDE AYUDA DRAGEN

## Cuando un tablero no basta.

Si el tablero funciona una semana y luego deja de funcionar, o el llanto crece en vez de bajar, algo más está pasando, y un analista de conducta puede ayudar a encontrarlo. Hable con su BCBA, y lleve la hoja de 4 términos llena.

FUENTE

## De dónde viene esto.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 

Steinbrenner, Hume, Odom y colegas (2020), *Evidence-Based Practices for Children, Youth, and Young Adults with Autism*, National Clearinghouse on Autism Evidence and Practice, Universidad de Carolina del Norte: los apoyos visuales.
Premack (1959), *Psychological Review*, 66, 219–233: la regla primero y después.

Los ejemplos de esta página son inventados. No contienen información de clientes, estudiantes ni familias. Esta lección enseña un método; no reemplaza al equipo de cuidado de su hijo o hija, a su BCBA ni las reglas escritas de su aseguradora.

Gratis de DRAGEN. Lección gratis: dragen.cloud/learn-first-then-es. Se puede imprimir, copiar y compartir gratis para su propio trabajo, salón o familia; no se permite su venta. No está afiliado ni respaldado por la BACB. Es educación general, no consejo médico ni clínico para una persona. Una hoja llena es un registro privado: guárdela como tal. © 2026 Chase Alexander Hought. 