

“TOLERANCIA
A LA
DIVERSIDAD”

Rocío García Pascual

rogarcia4@yahoo.es



Equipo Atención Temprana
Junta Castilla y León

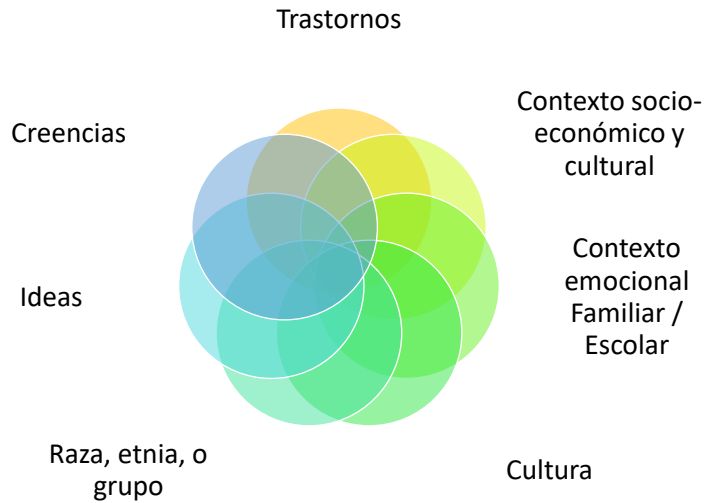
Profesora A. Universidad León



1

VALORES HUMANOS: TOLERANCIA, ASERTIVIDAD, EMPATÍA,
SOLIDARIDAD Y RESPETO.
Habilidades sociales.
Redes que acogen la diversidad.
Dinámicas para caminar hacia la tolerancia y la sana convivencia.

2



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

3

DSM-IV. Trastornos de inicio en la infancia, la niñez o la adolescencia	DSM-5. Trastornos del neurodesarrollo
Retraso Mental	Discapacidad Intelectual
Trastornos generalizados del desarrollo	Trastorno del espectro autista
Trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador.	Trastornos por déficit de la atención con hiperactividad
Trastornos de las habilidades motoras Trastornos de tics	Trastornos motores
Trastornos del aprendizaje	Trastorno específico del aprendizaje
Trastornos de la comunicación	Trastornos de la comunicación
Trastornos de la ingestión y la conducta alimentaria de la infancia o de la niñez.	(Trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos)
Trastornos de la eliminación	(Trastornos de la excreción)
Otros trastornos de la infancia, la niñez o la adolescencia.	Otros trastornos del desarrollo neurológico

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

4

GUIÓN ...

NOSOTROS: Conectar con el grupo.

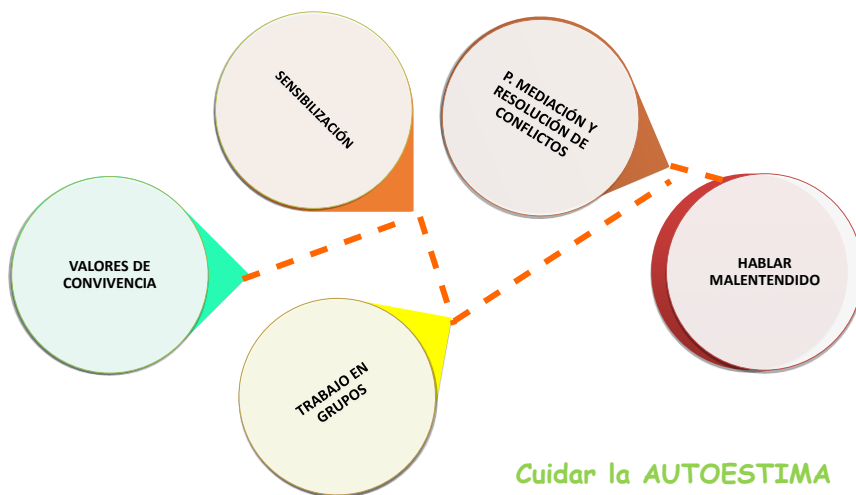
Conocerse a si mismo

Valores

Habilidades de grupo

5

Carrera de fondo a largo plazo



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

6

NOSOTROS

“EFECTO PIGMALION”:
Expectativas profesores

“profecía autocumplida”

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

7

7



Nuestra
ACTITUD

MOTIVACIÓN

COMUNICACIÓN

Rocio García
rogarcia4@yahoo.es

8

NOSOTROS

SOMOS
MODELO

TÚ
PUEDES
HACERLO

Rocío García
rogarcia4@yahoo.es

9

Presenta a un compañero...



rocio.garcia@unileon.es

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

10

*¿¿Qué diríais ahora de vuestro
compañero o compañera??*



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

11

¿CONOCEMOS los
TALENTOS de
nuestros
ALUMNOS?
¿Sus motivaciones?

12

VÍNCULO

PASARLO BIEN

HACER SENTIR A LA PERSONA IMPORTANTE

Saber hacer **ELOGIOS**

Compartir intereses, experiencias. **VIVIRLAS JUNTOS**



Seguridad y **Confianza**

Pasar **tiempo** juntos **DE CALIDAD.** INTERCAMBIO

Respetar la **Intimidad**

13

REGISTRADO: SANDRA CASANOVA Y ROCÍO GARCÍA, CUALITEA

ME LLAMO: MIS HABILIDADES Y ESTILO DE APRENDIZAJE

<p> MIS INTERESES Y JUEGO</p> <p>Me gustan</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>	<p> MIS TALENTOS Y APRENDIZAJE</p> <p>Se me da bien</p> <p>Aprendo.</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>
<p> ME COMUNICO E INTERACCIONO</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>	<p> MI FAMILIA Y MI ENTORNO</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>
<p> ME TRANQUILIZA</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>	<p> ME PONE NERVIOSO</p> <div style="border: 1px solid black; height: 60px; width: 100%;"></div>

ACERCATE A CONOCERME



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

14

UN ANTROPÓLOGO EN CLASE

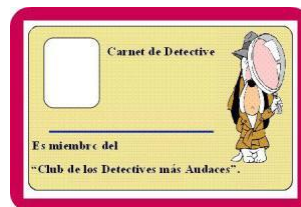
Una Guía Un Guía Probar

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

15

PROYECTO AULA / CENTRO

- INVESTIGADORES SOCIALES
- Acto social de la semana/ habilidad social de la semana
- Personaje de la semana
- Redactar guía
- Proyecto de fotografía: Hacer un diario:
- FOTOS DE ACCIONES DE RESPETO



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

16

PROYECTO AULA / CENTRO

- Juegos de las CULTURAS
 - Objetos del pasado
- PLATOS DE COMIDA

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

17

Conocer las
RELACIONES DE
NUESTROS
ALUMNOS

18

SOCIOGRAMAS



- A quien elegirías
- Listado de atributos
- Como te cae

19

CONOCER A LOS DEMAS (conocerse así mismo)

- ¿Cuál es la cosa mas valiente que has hecho?
- ¿Cuál es tu mayor meta u objetivo para este año?
- ¿En que gastas tu tiempo?
- ¿Cuál es el mejor cumplido que te han hecho?
- ¿Qué es lo mas divertido que te ha ocurrido este año?
- ¿De qué te gustaría saber o conocer mas?

20

Respira

¿Cómo está tu cuerpo?

21

Relajación GLOBAL

CUBITO
DE HIELO



ABRAZAR
PELUCHE



VELA

1. PIES: DEBEN DE IMAGINARSE QUE SE ESTÁN HUNDIENDO EN EL BARRO

2. MANOS: QUE ACTÚEN COMO SI ESTUVIESEN EXPRIMIENDO UNA NARANJA O LIMÓN

3. BRAZOS Y PIERNAS : ESTIRARSE COMO UN GATO.

4. HOMBROS: DEBEN DE PROTEGERSE COMO LO HARÍA UNA TORTUGA.

5. ABDOMEN: TENSARLO PARA EVITAR QUE LOS APLASTE UN ELEFANTE.

6. MANDIBULA: IMAGINAR QUE ESTÁN MASCANDO CHICLE.

7. CARA: INTENTAR ESPANTAR UNA MOSCA SIN USAR NADA MÁS QUE LA CARA.

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

22

Relajación Segmentaria

Brazos

- Levantar los brazos y luego dejarlos caer.
- Extender los brazos lateralmente y distender por partes.
- Flexionar-relajar sucesivamente las partes.
- Presionar el suelo y distender sucesivamente.
- Comprobación por parte del profesor.



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

23

ACTIVIDADES Y JUEGOS SENSORIALES



• CAJA DE LIMONES



• GAFAS DE COLORES

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

24

SENTIR LA MUSICA

SENTIR LA COMIDA

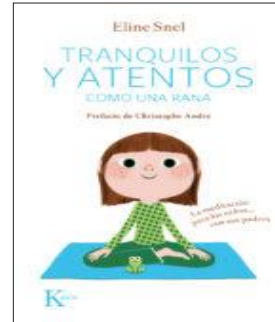
25

ELIMINACIÓN
DE UN
SENTIDO

- Dejarse guiar
- Reconocer espacios
- Ponerse en el lugar del otro
- divertirse

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

26



BODY SCAN

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

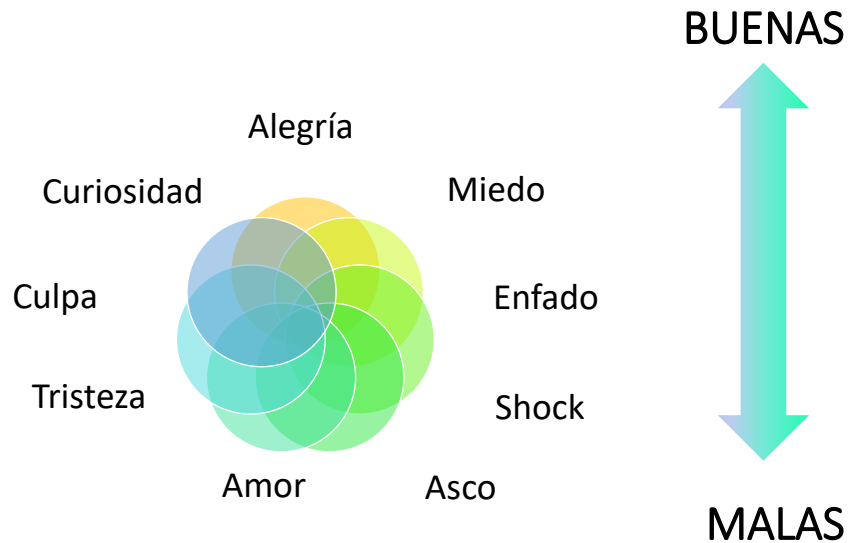
27

27



28

EMOCIONES



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

29

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Iniciativa mundial UNESCO (2002): 140 países de declaración con 10 principios básicos para puesta en marcha de programas aprendizaje emocional

Libro Blanco sobre el Título de Grado en Magisterio (2005) proyecto perfiles y competencias profesionales de profesores. IE Instrumento para la reflexión, es una de las notas más significativas del mismo

Inteligencia emocional vs. Cociente Intelectual: El CI apenas representa 20 % de factores determinantes del éxito, 80% otras variables, en gran medida de IE

Escuela tradicional valoraba más aprendizajes receptivos y pasivos. En la actualidad, fomento de alfabetización/escolarización emocional (Goleman, 1995): enseñar a modular emocionalidad desarrollando IE

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

30

GOLEMAN (95)

Detectar posibles casos de pobre desempeño en ámbito emocional

Ayudar a conocer las emociones, y a reconocerlas en los demás y en uno mismo

Clasificar emociones, sentimientos y estados de ánimo

Enseñar a expresar de modo adecuado los estados de ánimo

Modular y gestionar la emocionalidad

Aprender a ser personas empáticas

Desarrollar la tolerancia a la frustración

Prevenir conductas de riesgo

Adoptar una actitud positiva ante la vida

Prevenir y enseñar a gestionar conflictos interpersonales

Tomar decisiones emocionalmente inteligentes

31



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

32

NUEVO PERFIL PROFESORADO

Análisis situaciones
conflictivas y
problemas cotidianos
que generan tensión

- Percepción necesidades, motivaciones, intereses y objetivos
- Ayudar en establecimiento de objetivos personales
- Facilitación procesos toma decisiones y responsabilidad personal
- Orientación personal
- Establecimiento clima emocional positivo, ofreciendo apoyo personal y social para aumentar autoconfianza

- Confianza en sí mismo
- Curiosidad por descubrir
- Intencionalidad (sentirse capaz y eficaz)
- Autocontrol
- Relación con el grupo de iguales
- Capacidad para comunicar
- Cooperar con los demás

**Factores clave
elevado rendimiento
escolar**

33

TRABAJANDO EMOCIONES

Esta foto expresa la emoción de y se nota en

Imagen 1



Imagen 2



Imagen 3



Imagen 4



34



35

REGISTROS EMOCIONALES

- A veces me siento **TÍMIDO/A** cuando me presentan a alguien nuevo en la clase y me quedo sin saber qué hacer ni qué decir. También cuando.....
- A veces me siento **CELOSO/A** cuando veo que le hacen más caso a mi amiga que a mí. También cuando.....
- A veces me siento **CÓMODO/A** cuando estoy hablando con mis amigos sobre un tema que domino bien y que me gusta. También cuando.....
- A veces me siento **CONFIADO/A** cuando he de hacer una obra de teatro y he ensayado bastante. También cuando.....

36

DIFERENCIANDO EMOCION/ESTADO DE ÁNIMO

Escribe las diferencias entre EMOCIÓN y ESTADO DE ÁNIMO (SENTIMIENTO)

Una emoción

es.....

. y un sentimiento

es.....

- IRA:
- TRISTEZA:
- MIEDO:
- ALEGRÍA:
- AMOR:
- SORPRESA:
- AVERSIÓN:
- VERGÜENZA:

Estas emociones dan lugar a estados de ánimo. Intenta clasificarlas.

- ENOJO, PENA, CULPA, RABIA, DEVOCIÓN, ANSIEDAD, FURIA, ACEPTACIÓN, ASOMBRO, GOZO, DESPRECIO, ASCO, IRRITABILIDAD, TEMOR, INQUIETUD, TRANQUILIDAD, TERROR, ENAMORAMIENTO, ANTIPATÍA, HUMILLACIÓN, SOLEDAD, REMORDIMIENTO, SATISFACCIÓN, ODIO, NERVIOSISMO, CORDIALIDAD, EUFORIA, DESCONCIERTO

37

DIFERENCIANDO EMOCION/ESTADO DE ÁNIMO

- Desligar la Emoción del sentimiento
- Reconocerlo
- Regulado por el adulto



38

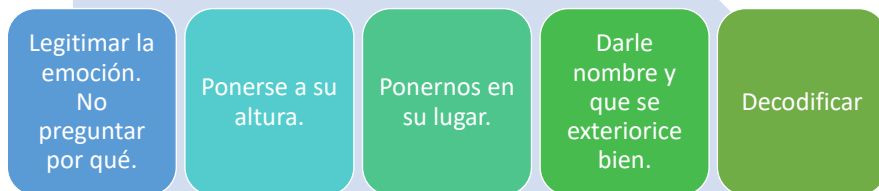
FRUSTACIÓN

Normal

1. VALIDAR
2. Reconocer la EMOCIÓN:
 1. RABIA / ENFADO
3. Limites y normas
4. Dar modelo
 1. Autoinstrucciones
 2. Verbalizaciones
5. Reforzar pasos y proceso: NO METAS

39

GESTIONAR LOS MOMENTOS DE FRUSTRACIÓN



*Nunca se critica a la persona,
se señala la conducta inapropiada.*

**NO SE JUZGA A LA PERSONA, si SE
RESPONSABILIZA DE LA CONDUCTA**

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

40


 IDEAS

- **PROGRAMAR ACTIVIDADES DONDE SE PIERDA:**
 - *Juegos de mesa. MESA DE LA PAZ*
 - *Poner una peli. No ver el final.*
 - *Poner una actividad: No acabarla.*
- **REFORZAR EL ESFUERZO:**
 - *Dar tiempo para que expliquen como lo han hecho*
 - *Buscar aspectos positivos en los trabajos de los demás*
 - *Pedir AYUDA*
- **TOMAR DECISIONES EN GRUPO**
 - *Hablar de que no todos estaremos de acuerdo.*
- **Demorar las RECOMPENSAS**
 - *Progresivamente*


41

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Imagina: tú mismo has sido el causante de que un compañero/a de clase se sienta mal, porque te has reído de él/ella delante de todo.

1. ANALIZANDO LAS CAUSAS
2. BUSCANDO SOLUCIONES
3. ANALIZANDO CONSECUENCIAS Y ELECCIÓN DE LA MEJOR OPCIÓN

42

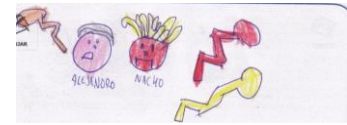


Emociones

Expresar

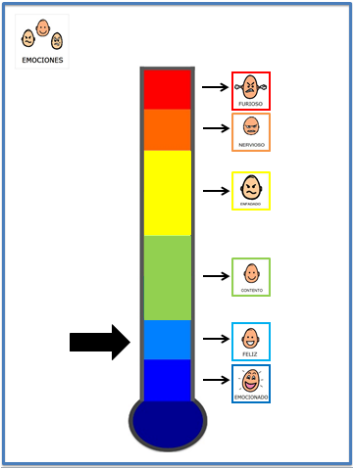
¿Qué paso? *Me controlo cuando me enfado*

Escribimos *La punta requiere Nacho, se pone roja con rojo y no le pegue*

Dibujamos 

Pensamos *1: dárselo a mamá
2: intentar respirar
3: irme*

Mejor Opción *dárselo a mamá*



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

43

Trabajos difíciles

Que hacer cuando un trabajo es DIFICIL












- 1- Leer todo *Voy a leer*
- 2- Hacer una parte *Empiezo*
- 3- Pedir ayuda cuando no sé *Necesito ayuda*
- *Necesito un descanso*
- *Tambien puedo pedir un descanso breve*
- 5- Intentarlo de nuevo *Lo intentaré*



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

44

Saber qué hacer

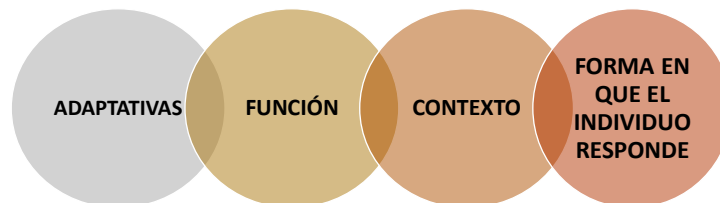
AUTOINSTRUCCIONES	
	1. Estoy en silencio .
	2. Leo las preguntas del examen en orden.
	3. Si no entiendo alguna pregunta, levanto la mano y le pregunto a Ana María.
	4. Pienso lo que tengo que contestar en cada pregunta.
	5. Respondo la primera pregunta. <i>(Cuando termino la primera pregunta, contesto la segunda, y así hasta el final)</i> <ul style="list-style-type: none"> • SI NO SE UNA PREGUNTA PASO A LA SIGUIENTE • SI SE ME UNA PREGUNTA MUY BIEN, EMPIEZO A RESPONDER ESA PREGUNTA
	6. Reviso mi examen pregunta a pregunta. <i>(comienzo por la uno)</i> Si me he equivocado en algo, no pasa nada, lo corrijo. ¡Solucionado!
    	DURANTE EL EXAMEN ESTOY EN SILENCIO. AL ACABAR EL EXAMEN ME PUEDO REIR O HABLAR.



Exámenes
Cuando no sé una pregunta, continuo con la siguiente

45

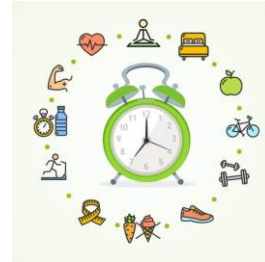
Conducta



Rocío García Pascual rogarcia4@yahoo.es
Rocío García rogarcia4@yahoo.es

46

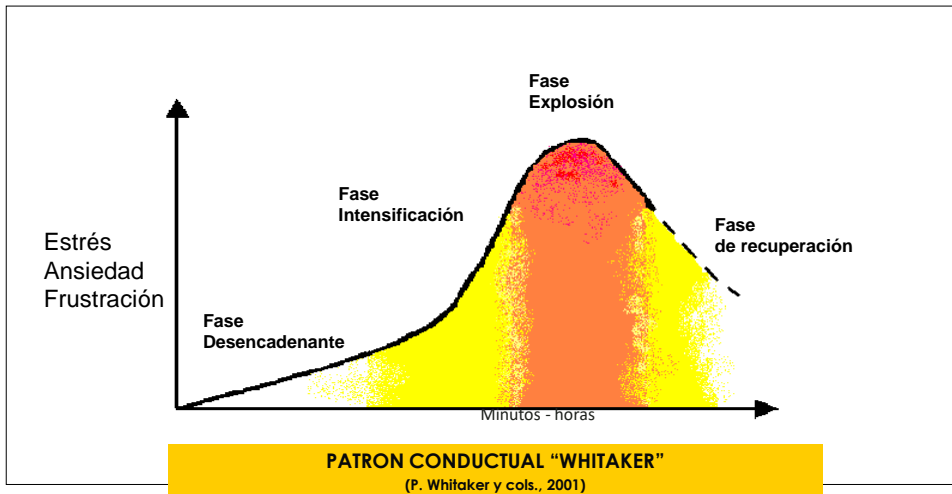
ESTRESORES



Carmen Márquez & Rocío García

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

47



Rocío García

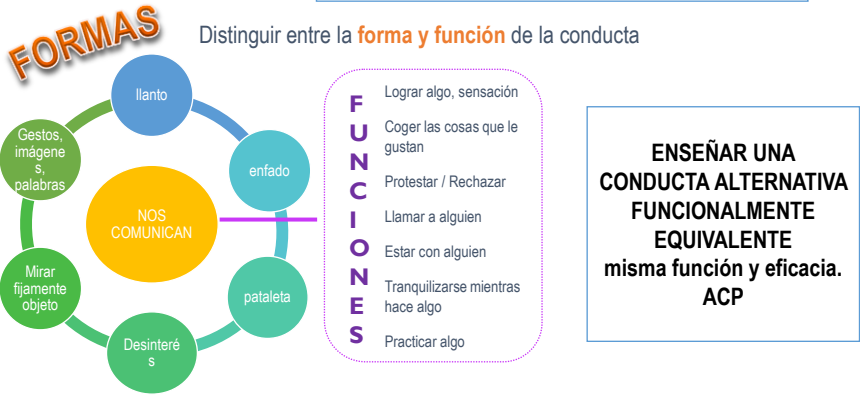
Rocío García rogarcia4@yahoo.es

48

APOYO CONDUCTUAL POSITIVO: CONDUCTAS CONTEXTUALMENTE INAPROPIADAS

¿Qué es?

- Contexto incorrecto
- Momento incorrecto
- Persiste en el tiempo
- Demasiado débil / poderosa



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

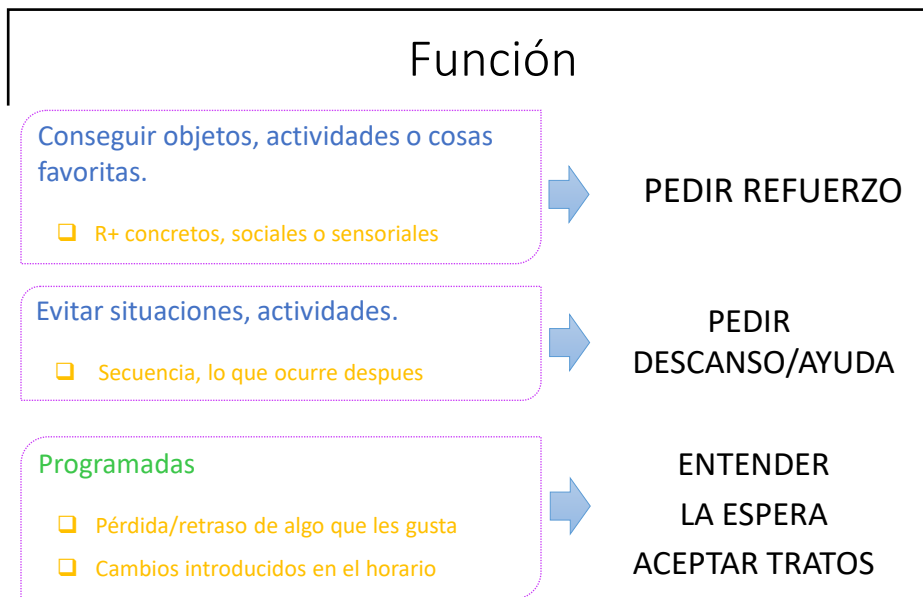
49

EVALUACIÓN FUNCIONAL

OBJETIVO:
Descubrir el **PARA QUÉ**



50



51

Analizando las situaciones

- Entornos: estructurado?
- Situación: nueva?
- Lugares: conocidos?
- Tipo de actividad: conocida? Fácil ? Programadas ?
- Ambiente: tranquilo?
- Actividad, ambiente, relación: Le gusta? LE MOTIVA?
- Personas implicadas
- Hay alguna persona con la que tiene vinculo.
- Momento del día/ semana/ mes.

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

52

*HORARIO



Rocío García Pascual rogarcia4@yahoo.es
Rocío García rogarcia4@yahoo.es

53



Jueves

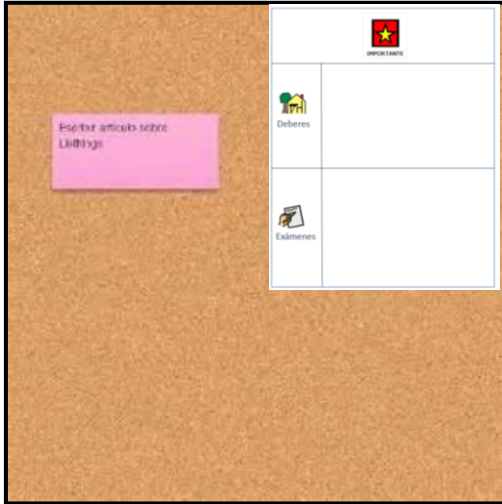
Son las 9:30	Ciencias naturales	
Son las 10:30	matemáticas	
Son las 11:30	música	
Son las 12:00	almuerzo	
Son las 12:30	patio	

Son las 12:30	Educación física	
Son las 13:30	Informática	
Son las 14:00	comer	
Son las 15:30	piscina	
Son las 16:30	casa	

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

54

Organización



Saber cuando



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

55

Los cambios

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

56




• COMPRENSION DE SITUACIONES

Vuelta al cole

L X J V S O

El lunes 9 de septiembre a las 9:00 horas vuelvo al cole




Mi clase este año es 1º. Ya no voy a 3º de pequeños

Material elaborado por: Rocío García

57



Los ruidos

58




Soy María y me gusta mucho ir al cole

59






Intento trabajar mucho y después me gusta pintar

60



En el comedor yo como con mis compañeros



61



Si hay ruidos no me gusta y yo me enfado



62



Los chillidos de otros niños

El timbre de la clase / las sirenas

Muchas personas hablando

Los gritos.

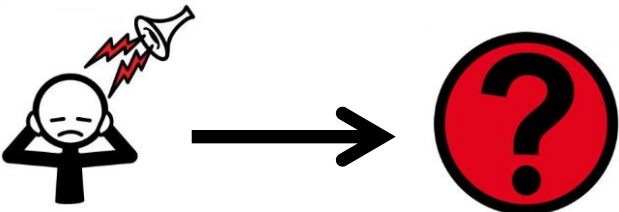
No me gustan estos ruidos:

63



Si hay ruido no me enfado


64




Si hay
ruido


¿Qué?

65



¿Qué?

1. Tapar oídos con las manos 

2. Poner cascos 

66



¿Qué?

3. Pedir salir del lugar



4. Ir a un rincón silencioso



5. Escuchar música



67

TRANQUILA
-mente



Estoy tranquila y contenta.

68

Responder ESPERA



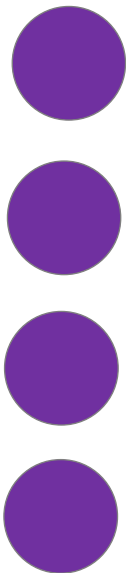
**Evitar
tiempos muertos**



**PROGRAMAR
LA ESPERA**

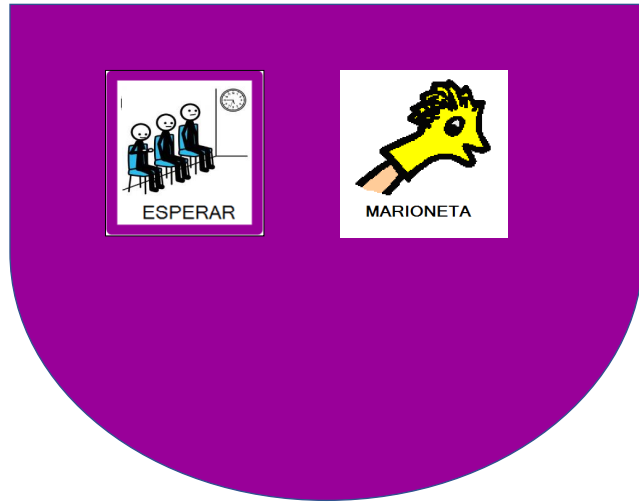
Rocio García rogarcia4@yahoo.es

69



Rocio Garcia Pascual rogarcia4@yahoo.es
Rocio García rogarcia4@yahoo.es

70




Rocio García rogarcia4@yahoo.es

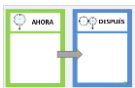
71

Estrategias





Anticipar el final del refuerzo

Temporizadores 




Primero.... Después

Da elecciones 

Vínculo con el niño 



Oportunidad de conseguirlo

ACP: Crear habilidad comunicativa 

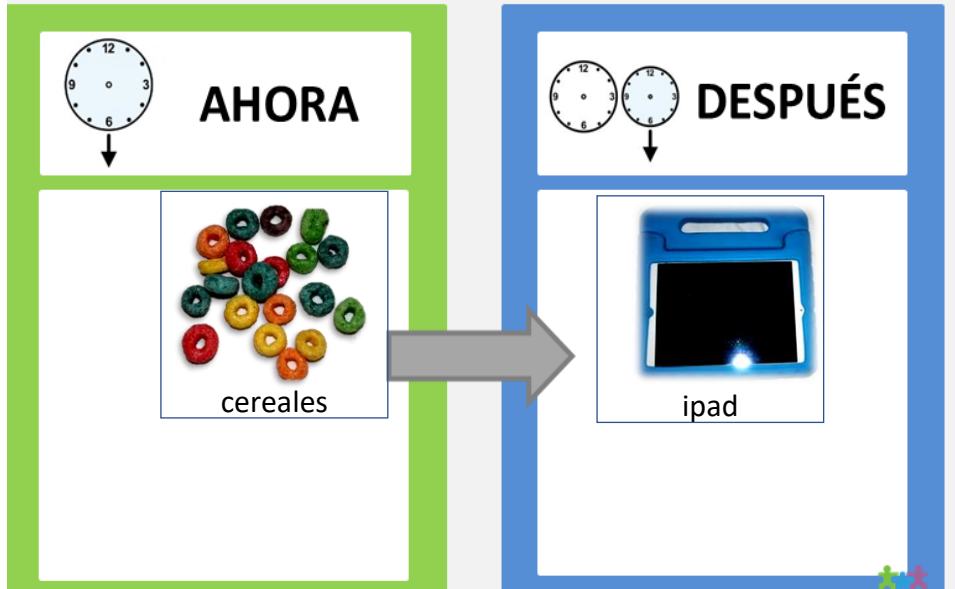


Planear los cambios.(si quiere un juguete que no tienes)

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

72

Primeras Secuencias



73

Ideas

Regulación

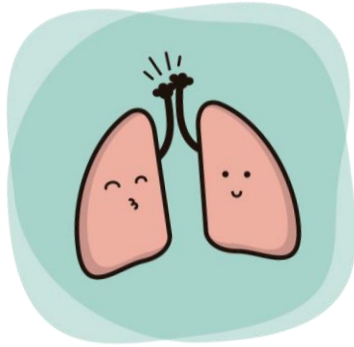
- Asociar la situación /contexto a algo positivo
- Explicar claramente
- Ampliar las habilidades poco a poco.
- Tener elementos de interés y de calma.

La enseñanza ocurre en situaciones de calma

Rocio García Pascual rogarcia4@yahoo.es
Rocio García rogarcia4@yahoo.es

74

CRISIS



**RESPIRA
TRANQUILO**

Ser un aliado

Captar la atención antes

Lenguaje breve

Busca la disciplina positivamente

Ser firme pero amable

Darle alternativas claras

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

75

¿Qué cosas hacemos para mantenernos alejados de la ansiedad, del miedo...?

ESTRATEGIAS INTERNAS	LO HAGO A VECES ...	Personas que conozco lo hacen a veces
Apartar sentimientos negativos de la mente		
Obsesionarse con otras cosas		
Comer demasiado		
Dormir para evitar sentimientos		
Ejercicio excesivo		
Posponer o evitar situaciones		
Soñar despierto para evitar sentimientos		
Evitar estar con gente		
Criticarte a ti mismo		
Beber alcohol/consumir drogas para bloquear sentimientos		
Jugar ordenador, videos juegos, ver tv		

76

ESTRATEGIAS EXTERNAS	LO HAGO A VECES ...	Personas que conozco lo hacen a veces
Hacer enfadar a gente		
Fingir ser fuerte		
Actuar como que no me importase		
Tratar de ser invisible		
Hacerse daño físico		
Ser muy educado, complacer a todo el mundo		
Apartarte de tu red social		
Hablar mal de los demás		
Burlarse de los demás		

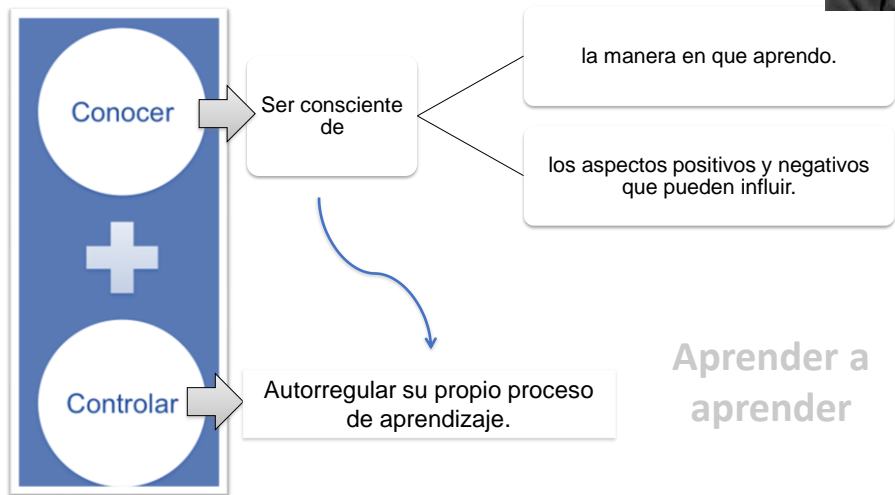
Rocío García rogarcia4@yahoo.es
Rocío García rogarcia4@yahoo.es

77

Metacognición

“Conocimiento sobre el propio conocimiento”

1976
John Flavell
Stanford University



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

78

Escalera de Metacognición



Rocío García rogarcia4@yahoo.es
Rocío García rogarcia4@yahoo.es

79

79

ELOGIOS



- GUIÓN ELOGIOS
 - Qué es
 - A Quién
 - Qué cosas
- Diferencias por grupos

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

80



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

81

RECONOCER EMOCIONES



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

82

- CONVERSAR



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

83

JUGAR SIN ENFADARSE



Rocío García rogarcia4@yahoo.es

84

RECHAZAR



Rocío García rogarcia4@yahoo.es


85

• ASERTIVIDAD: SABER DECIR QUE NO




Rocío García rogarcia4@yahoo.es

86



MENTE SIEMPRE CREE QUE TIENE RAZÓN



AYUDAR

- Viendo el punto de vista de los demás.
- Viendo como las opiniones de los demás nos influyen

87



Los "debería" consiste en la transformación de elecciones, deseos o preferencias personales en absolutos universales. (al ser un listón tan irrealmente alto, Homer se desmotivará y nunca empezará a correr)

Distorsiones cognitivas
Filmoterapia



Es el uso de etiquetas simplistas y habitualmente negativas para definirse a uno mismo y que exageran la importancia de las imperfecciones o errores.

Distorsiones cognitivas
Filmoterapia



La magnificación incluye dos tipos de exageraciones: la catastrofización, que es la exageración de los defectos, experiencias negativas y de los errores de uno mismo; y la exageración de las aptitudes de los demás.

Distorsiones cognitivas
Filmoterapia



Esta distorsión consiste en usar las emociones como única evidencia para evaluar una situación, acontecimiento o creencia.

Distorsiones cognitivas
Filmoterapia

FILMOTERAPIA

10 distorsiones cognitivas

Las distorsiones cognitivas se llaman así porque provocan interpretaciones erróneas del mundo, de uno mismo o de las relaciones, lo cual a su vez puede generar comportamientos autofrustrantes (perfeccionismos, necesidades de aprobación, victimismos...), emociones negativas desproporcionadas (ansiedad, ira, depresión...) y finalmente mucha infelicidad.

88

PERSONALIZACIÓN



Personalizar significa responsabilizarse de un acontecimiento negativo cuando no existen bases para hacerlo (Y mira que Homer se lo pone difícil a Marge, pero la responsable de su felicidad es ella, no él)

Distorsiones cognitivas
Filмотerapia

ADIVINACIÓN



Este pensamiento irracional consiste en hacer una predicción y luego convencerse de que es un hecho ya establecido. El problema surge al confundir una posibilidad con una probabilidad.

Distorsiones cognitivas
Filмотerapia

PENSAMIENTO TODO O NADA



Esta es la tendencia a evaluar las cualidades personales y acontecimientos en extremos (blancos o negros). Esto suele expresarse con palabras como "correcto", "incorrecto", "bueno", "malo".

Distorsiones cognitivas
Filмотerapia

LECTURA DEL PENSAMIENTO



Este pensamiento distorsionado consiste en asumir lo que las demás están pensando o sintiendo, con poca o ninguna evidencia para sustentar la presunción y ningún intento de confirmarla o rechazarla.

Distorsiones cognitivas

SOBREGENERALIZAR



Consiste en transformar un acontecimiento negativo en una regla absoluta de derrota o infortunio. Se suelen usar palabras como "nunca", "siempre", "todo".

Distorsiones cognitivas

MINIMIZACIÓN



La minimización consiste en quitarle valor a las fuerzas, aptitudes y logros personales de uno mismo, así como de los errores e imperfecciones de los demás.

Distorsiones cognitivas

89

Compartiendo

Pensamiento	DISTORSION o IDEA IRRACIONAL	PENSAMIENTO ALTERNATIVO
Toda la tarde trabajando y no he hecho nada	Todo o nada	He hecho las primeras horas y luego me he distraído

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

90



Hombre de Cristal: Hace que la gente tenga reacciones exageradas.

Deportista Feroz: Hace que la gente sea demasiado competitiva.

Cabeza de Roca: Hago que las personas se bloqueen en una idea.

Marimandona: Hago que las personas sean mandonas.

Invasor del Espacio: Hago que una persona invada el espacio de otras.

UnSolitario: Hago que las personas solo hablen sobre ellas mismas.

SUPERFLEX
¡DERROTA A LOS IMPENSABLES!

Ayuda a los ciudadanos para que controlen su propio pensamiento, sean buenos solucionadores de problemas y hagan que los demás y ellos mismos se sientan bien. ¡Cuando se acerque un 'Impensable', Superflex te avisará para derrotarlo con la estrategia adecuada!

91

Ayuda a los ciudadanos para que controlen su propio pensamiento, sean buenos solucionadores de problemas y hagan que los demás y ellos mismos se sientan bien. ¡Cuando se acerque un 'Impensable', Superflex te avisará para derrotarlo con la estrategia adecuada!

Payaso Torpe: Hace que hagas bromas en el momento, lugar o a la persona inadecuados.

Come-Cerebros: Distrae a las personas.

Secuestrador de Cuerpos: Mueve a las personas fuera del orion.

Coneja Saltarina: Da a las personas demasiada energía.

Tornado: Hace que las personas cambien bruscamente de tema de conversacion.

Muro de la preocupacion: Hace que las personas se preocupen demasiado.

In-Preguntable: No le gusta que las personas hagan preguntas a los demas.

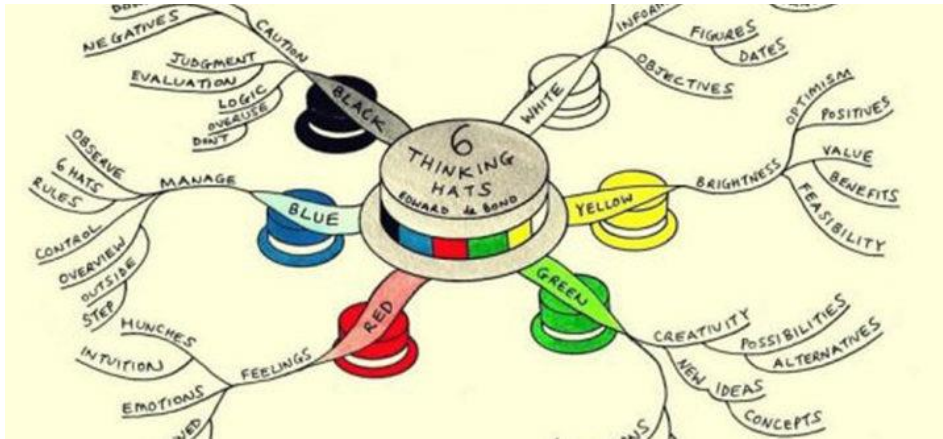
Gruñón: Hace que las personas se enfaden o esten de mal humor.

© 2010 Think Social Publishing

Rocio García rogarci4@yahoo.es

92

DEBATIENDO FLEXIBILIDAD



93

- **Sombrero Blanco.** Neutralidad. Perspectiva del pensamiento objetivo, no entran en juego las emociones ni las opiniones, solo los datos, hechos y cifras comprobables.
- **Sombrero Rojo.** Pasión. Expresar nuestros sentimientos, la parte irracional y más intuitiva. **Importante para introducir los valores y a las personas dentro de la toma de decisiones.**
- **Sombrero Verde.** Crecimiento, generación, energía. Generar ideas a las posibles problemáticas o necesidades planteadas (Tcas creatividad: **brainstorming/ analogías**)
- **Sombrero Negro.** Pto vista crítico/cautela. Identificar peligros, posibles problemas.
- **Sombrero Amarillo.** Optimista de las cosas y las ventajas de una idea. Ayuda a encontrar nuevas ventajas o valores donde antes no los veíamos. Soñadores o visionarios que trabajan por conseguir su sueño.
- **Sombrero Azul.** Control. Gestionar la dinámica enfocando a los participantes para obtener los mejores resultados. Es el conocido como el sombrero de sombreros.

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

94



95

MENTE GENERA HISTORIAS SOBRE TI

- No tengo nada especial
- Soy un impostor
- No completo bien las cosas
- Me cuestan las cosas mas que a los demás
- Hay algo malo en mi
- Estoy roto, herido
- Nunca superare esto
- Nunca encontrare otra persona o sitio igual
- Soy tímido
- No tengo habilidades sociales
- Soy una persona que no se integra
- Esto no se me da bien
- No puedo hacerlo
- No soy lo suficientemente bueno

Autoestima

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

96

¿Cómo AYUDAS a un AMIGO?

- ¿QUE LE DIRIAS A UN AMIGO QUE SE DICE ESO?
 - ¿COMO LE TRANQUILIZARÍAS?
- PUEDES INTENTAR DECIRTE ESO A TI MISMO

APRENDE A DECIRTE
COSAS BONITAS

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

97

TENER UN PENSAMIENTO VS SER UN PENSAMIENTO

Torpe	Ineficaz	Raro
Estúpido	Sin motivación	Feo
Inútil	Incompetente	Dañado
Débil	Malo	Inadecuado
Impulsivo	Desesperado	Indigno
Defectuoso	Inseguro	Deficiente
Mediocre	Tonto	Desagradable

Yo soy ...

Yo tengo el pensamiento de que soy ...

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

98

IMAGINA

•POSITIVO

¿Qué paso?
 ¿Cómo eras? ¿Cómo era tu cuerpo?
 ¿Qué sensaciones tenías?
 ¿cómo te sentías?
 ¿En que pensabas?
 ¿Qué te decías sobre ti?

AtrÁpalo

NEGATIVO
 TRISTE

• ESCRIBETE UNA CARTA A TI MISMO

- Respira
- Observa
- Que cosas buenas
TENGO

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

99

CIRCULO DE AMIGOS

(Taylor 1996)

Estrategia para promover la inclusión. Proceso y requisitos.

REQUISITOS PREVIOS.

- 1. DEBATE EN AULA.** Centrado en puntos fuertes y dificultades se invita a ser amigos.
Con voluntarios se forma un grupo.
- 2. Establecimiento del círculo.** 6-8 alumnos, se reúnen con tutor
 - Trabajan en solución de problemas, emociones, habilidades sociales.
 - Ir estableciendo conjuntamente los objetivos
- 3. Reuniones semanales de 30/40 min.**
 - **Revisión conjunta** de progresos, dificultades, se proponen medidas...

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

100

REUNIÓN 1:**Establecer las Reglas básicas:**

- Escuchar a cada persona
- Tratar a la otra persona como a ti te gustaría ser tratado.
- Especificar las NORMAS (convenientes)

Recordar el objetivo del Círculo:

- Mejorar habilidades sociales del aula.
- (Ayudarle a un alumno concreto y enseñar a otros en cómo ayudar a "R")

Preguntar a cada uno sus razones por querer estar en el grupo**Pedir al grupo que genere una lista de cosas positivas de "CADA UNO".****Pedir a cada alumnos que añada algo a la lista.****Pedir al grupo una lista de cosas en las que tienen que trabajar:**

- Preguntar por descripciones de comportamientos
- Convertir cada conducta problemática en una meta positiva.
- Preguntar por habilidades sociales, estrategias de relajación
- (Pedirle a "R" que añada algo a las listas anteriores)

Hablar de lo que supondría si consiguen las metas fijadas.

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

101

Introducir Resolución de Problemas:

- Explicar que es necesario trabajar en 1 ó 2 metas al mismo tiempo.
- Preguntar al grupo que decidan cuales van a ser.
- Lluvia de ideas de las diferentes maneras de conseguir las metas.
- Seleccionar conjuntamente y ayudar al grupo a perfilar los pasos.
- Acordar responsabilidades y límites.
- Marcar con realismo la velocidad del cambio y/o posibles retrocesos.

Acordar un nombre para el grupo**Fijar la siguiente reunión**

Rocío García rogarcia4@yahoo.es

102

REUNIONES:**Ejercicio de calentamiento: juegos de interacción****Buenas noticias:**

- Preguntar por situaciones en las que hayan actuado bien:
- Obtener los detalles de lo que han hecho/dicho
- Explorar como los participantes se sintieron.
- Preguntar por los éxitos en el trabajo hacia la meta.

Malas noticias:

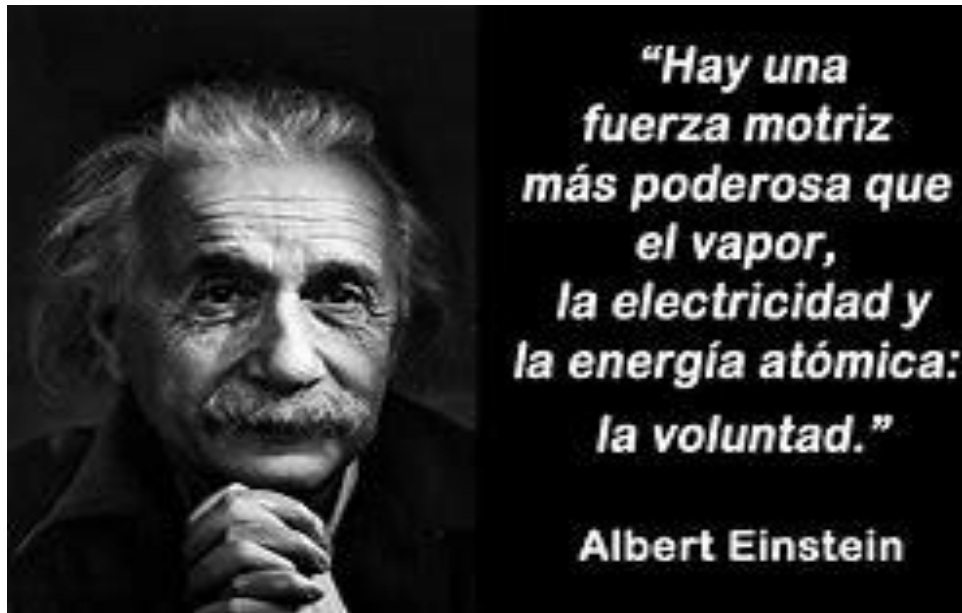
- Discutir cualquier bloqueo en los pasos de consecución de la meta.
- Lluvia de ideas con soluciones
- Algún otro problema

Fijar la meta:

- Puede ser la misma o con diferentes pasos o una nueva.
- Lluvia de ideas con soluciones, si no se han hecho anteriormente.
- Planear los detalles y acordar responsabilidades y acciones.

Rocio García rogarcia4@yahoo.es

103



Rocio García rogarcia4@yahoo.es

104

“TOLERANCIA
A LA
DIVERSIDAD”
Rocío García Pascual
rogarcia4@yahoo.es



Equipo Atención Temprana
Junta Castilla y León
Profesora A. Universidad León

105