

TRASTORNOS DE CONDUCTA

CAJA DE HERRAMIENTAS



ESTRATEGIAS Y MEDIDAS EDUCATIVAS PRÁCTICAS
PARA LA MODIFICACIÓN CONDUCTUAL
Y EL DESARROLLO EMOCIONAL

TRASTORNOS DE CONDUCTA

CAJA DE HERRAMIENTAS

ESTRATEGIAS Y MEDIDAS EDUCATIVAS
PRÁCTICAS
PARA LA MODIFICACIÓN CONDUCTUAL
Y EL DESARROLLO EMOCIONAL

AUTORES/AS:

Alberto Hidalgo Domínguez
Esther Molina Torres
Celia Palomo Marín
Ana Sánchez Centeno
Andrea Sevilla Moreno

COLABORACIONES

Las medidas "saludo emocional", "asamblea escolar" y "cuidados semanales" están basadas en las ideas de Antonia Torres Pérez, maestra de primaria y miembro del MCEP.

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.



Documento realizado con la aplicación Canva.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN **Pág. 5**

ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN **Pág. 6**

- 1. Pruebas de evaluación de la conducta previa a la intervención. _____ Pág. 7
- 2. Pruebas diagnósticas editadas. _____ Pág.9

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN **Pág. 11**

A) Metodológicas **Pág. 13**

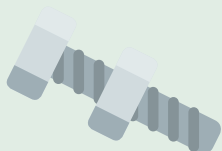
- 1. Pautas generales. _____ Pág. 14
- 2. Gestión del tiempo y el espacio. _____ Pág. 16
- 3. Normas de clase. _____ Pág. 17
- 4. Gestión de los conflictos. _____ Pág. 18
- 5. Gestión de crisis. _____ Pág. 19

B) A nivel de centro **Pág.20**

- 1. Protocolo de crisis. _____ Pág. 21
- 2. Programa de mediación escolar. _____ Pág. 22
- 3. Tutoría entre iguales. _____ Pág. 24
- 4. Aula de respiro. _____ Pág. 25
- 5. Circuitos motrices. _____ Pág. 26
- 6. Pasillos dinámicos. _____ Pág. 27
- 7. Patios inclusivos. _____ Pág. 28
- 8. Programas de voluntariado. _____ Pág.30
- 9. Programa de colaboración en el centro. _____ Pág. 31

C) A nivel de aula **Pág. 32**

- 1. Saludos personalizados. _____ Pág. 33
- 2. Saludo emocional. _____ Pág. 35
- 3. Asamblea escolar. _____ Pág. 36
- 4. Trabajo con espectadores. _____ Pág. 37
- 5. Juegos de silencio. _____ Pág. 38
- 6. Rincón de la calma. _____ Pág. 39
- 7. Rincón del acuerdo. _____ Pág. 41



8. Rincón ¿Y ahora qué hago?.	Pág. 43
9. Circuitos de texturas.	Pág. 44
10. Reto semanal.	Pág. 45
11. Cuidados semanales.	Pág. 48
12. Cariñograma.	Pág. 49
13. La máquina de sonrisas.	Pág. 50
14. Buzón de sugerencias.	Pág. 51
15. Cofre de las felicitaciones.	Pág. 52
16. Arteterapia.	Pág. 53
17. Musicoterapia.	Pág. 54
18. Sesiones de relajación.	Pág. 55
19. Yoga.	Pág. 62

D) A nivel individual **Pág. 63**

1. Sesión de acogida tras la expulsión.	Pág. 64
2. Economía de fichas.	Pág. 65
3. Autoinstrucciones.	Pág. 68
4. Caja de la calma.	Pág. 70
5. Caja de la rabia.	Pág. 74
6. Entrenamiento en HHSS.	Pág. 75
7. Diario emocional.	Pág. 76
8. Cuaderno de los conflictos.	Pág. 78
9. Tarjetas de descanso.	Pág. 80
10. Termómetro de gestión emocional.	Pág. 82

E) Con las familias **Pág. 86**

1. Pautas generales para el hogar.	Pág. 87
2. Pautas en modificación de conducta.	Pág. 89
3. Pautas específicas para el hogar.	Pág. 90
4. Contrato de conducta.	Pág. 91
5. Escuela de padres.	Pág. 92

RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS **Pág. 93**

1. Programas de intervención.	Pág. 93
2. Cuentos.	Pág. 94
3. Manuales.	Pág. 95
4. Webgrafía.	Pág. 96



INTRODUCCIÓN

Los problemas de convivencia en la escuela suelen ocupar un lugar importante entre las preocupaciones de todos los miembros de la comunidad educativa, así como la atención al alumnado con Trastornos Graves de Conducta, el cual puede protagonizar en ocasiones conductas disruptivas en el aula, debido a su dificultad para gestionar sus propias emociones, habilidades sociales y conducta.

El presente documento pretende ser una "Caja de herramientas" que sirva al profesorado para atender a las Necesidades Educativas de este alumnado, así como cualquier otro con dificultades para la gestión emocional o conductual, a través de estrategias y medidas educativas prácticas, que se puedan llevar a cabo de manera sencilla en los centros.

Se ha elaborado por un grupo de profesionales de la educación que han ocupado puestos de especialistas en Trastornos Graves de Conducta en la provincia de Granada. En él se recogen aquellas medidas y estrategias metodológicas que han puesto en marcha durante los años que han estado ocupando dichos puestos, basándose en diferentes teorías pedagógicas, con la intención de que los profesionales que intervienen a diario con este perfil de alumnado, puedan seguir aplicándolas en el aula.

Con la presente guía pretenden aportar su grano de arena para que el alumnado con Trastornos Graves de Conducta pueda ser atendido conforme a sus Necesidades Educativas Especiales, muchas veces de carácter emocional o social, y que pueda alcanzar su máximo potencial, así como su desarrollo integral.

Para que, desde el sistema educativo, se haga lo posible para no olvidar ni dar por perdido a este alumnado y evitar así el fracaso escolar que les suele acompañar.



ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN



ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

PRUEBAS DE EVALUACIÓN DE LA CONDUCTA PREVIA A LA INTERVENCIÓN

Los distintos instrumentos que se proponen para recabar datos son los siguientes:

- 1. Análisis funcional de la conducta:** Registro que analiza antecedentes y consecuentes de la conducta disruptiva manifiesta por el alumno/a.
- 2. Observación en el aula:** Análisis DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades), estilo de aprendizaje, intereses, vínculo con el docente o los propios compañeros/as, habilidades sociales con sus iguales y adultos, etc.
- 3. Producciones elaboradas por el alumnado:** Libretas, trabajos, dibujos, etc.
- 4. Observación en otros entornos:** Patio de recreo, fila, transporte escolar, inmediaciones del centro, comedor, actividades complementarias o extraescolares, etc.
- 5. Entrevistas:** Familia, tutor/a, con profesionales externos, etc.
- 6. Registros de tutoría.**
- 7. Actas de los Equipos Educativos.**
- 8. Informes de los Servicios de Salud.**
- 9. Informes externos** (otras administraciones, asociaciones, ONGs, centros privados, etc).

ANÁLISIS FUNCIONAL DE CONDUCTA

FECHA Y HORA	DOCENTE	LUGAR	PERSONAS IMPLICADAS	ANTECEDENTES <small>Hechos antes del episodio</small>	CONDUCTA	CONSECUENTES <small>Hechos después del episodio</small>
Fecha:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	
Hora:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	
Fecha:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	
Hora:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	
Fecha:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	
Hora:		<input type="checkbox"/> Clase. <input type="checkbox"/> Recreo. <input type="checkbox"/> Pasillo. <input type="checkbox"/> Fila. <input type="checkbox"/> Aseo. <input type="checkbox"/> Transporte. <input type="checkbox"/> Otros:	<input type="checkbox"/> Tutor/a. <input type="checkbox"/> Maestro/a - Profesor/a. <input type="checkbox"/> Profesorado apoyo. <input type="checkbox"/> PTIS. <input type="checkbox"/> Alumnado. <input type="checkbox"/> PAS. <input type="checkbox"/> Otros:		<input type="checkbox"/> No trabaja. <input type="checkbox"/> Molesta a un compañero/a. <input type="checkbox"/> Insulta. <input type="checkbox"/> Amenazar. <input type="checkbox"/> Romper materiales. <input type="checkbox"/> Hace ruidos. <input type="checkbox"/> Otros.	

ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN PRUEBAS DIAGNÓSTICAS EDITADAS

Las editoriales ofrecen una amplia gama de test estandarizados que pueden ayudarnos a conocer los distintos aspectos evaluados dentro de las alteraciones de conducta. Estos aspectos serán el punto de partida para trabajar con el alumnado,

PRUEBAS DE EVALUACIÓN EN TRASTORNOS GRAVES DE CONDUCTA

	ATE (3-13 años)	ACS (12-18 años)	A-D (14-19 años)	BADPC (5-14 años)	BASC (3-18 años)	BEET-P (5-18 años)	CACA (11-15 años)	CAPI-A (12-17 años)	CAD (5-8 años)	CCAD (7 años-adultos)	CONNER (5-18 años)	DZ (9-18 años)	EDMT (6-12 años)	ESPA (9-17 años)	ETHACOST (4-12 años)	FT-SIL (3-18 años)	MASSALIARES (3-años-1)	MFT-20 (6-12 años)	SENA (3-18 años)	DMAP-IV (3-11 años)	SPECT (5-17 años)	STAIR-MA (9-17 años)	STROOP (7-80 años)	TAPM (6-14 años)	TESEN (6-11 años)
ACTITUD HACIA EL COLEGIO/PROFES																									
ADAPTABILIDAD																									
AGRESIVIDAD																									
ASISTEMTO / RETRASAMIENTO																									
ANSIEDAD																									
ANSIEDAD SOCIAL																									
ATENCIÓN																									
AUTOCONTROL																									
AUTOESTIMA																									
BUSQUEDA DE SENSACIONES																									
COMPORTAMIENTO ALTRUISTIVO/SOCIAL																									
COMPORTAMIENTO DELICTIVO																									
COMPULSIVIDAD																									
CONDUCTA DESAFIANTE																									
CONTROL SIA																									
DEPRESIÓN																									
DESOCIAL																									
DESARROLLO EMOCIONAL																									
FUNCIÓNES EJECUTIVAS																									
HABILIDADES PARA EL ESTUDIO																									
HIPERACTIVIDAD/IMPULSIVIDAD																									
INTERACCIÓN/COOPERATIVIDAD SOCIAL																									
INTELIGENCIA PSICOMOTRIZ																									
LIBERAZGO																									
LOCOS DE CONTROL																									
PROBLEMAS DE APRENDIZAJE																									
SOPORTABILIDAD																									
REGULACIÓN EMOCIONAL																									
RETARSO EN EL DESARROLLO																									
ROIDEZ / FLEXIBILIDAD																									
PSICOPATIA																									
VELOCIDAD DE RESPUESTA																									

1- El protocolo Magallanes es un conjunto de escalas, cuestionarios, entrevistas o inventarios de tipo cualitativo en su gran mayoría.

2- Especialmente tanto conducta prosocial como antisocial.

3- MFT-20 mide impulsividad frente a reflexividad.

4- Stroop mide problemas neuropsicológicos asociados al control inhibitorio.

*Algunos de las categorías evaluadas pueden tener notaciones distintas entre las pruebas.

** Algunos de las categorías evaluadas pueden aparecer sólo en algunos de los baremos destinados a una edad. Además pueden medirse otros parámetros que no aparecen en la tabla.

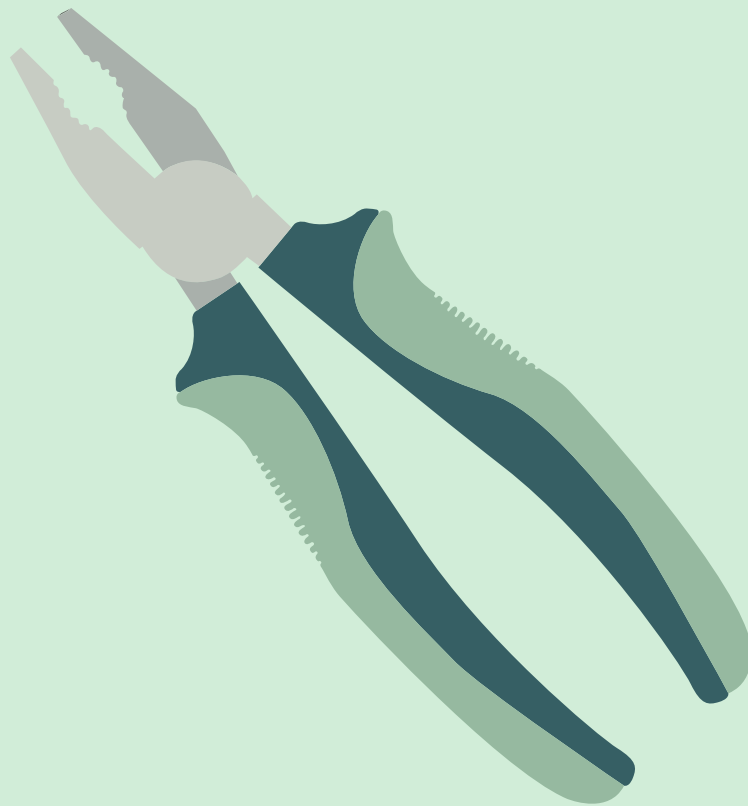
ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

PRUEBAS DIAGNÓSTICAS EDITADAS

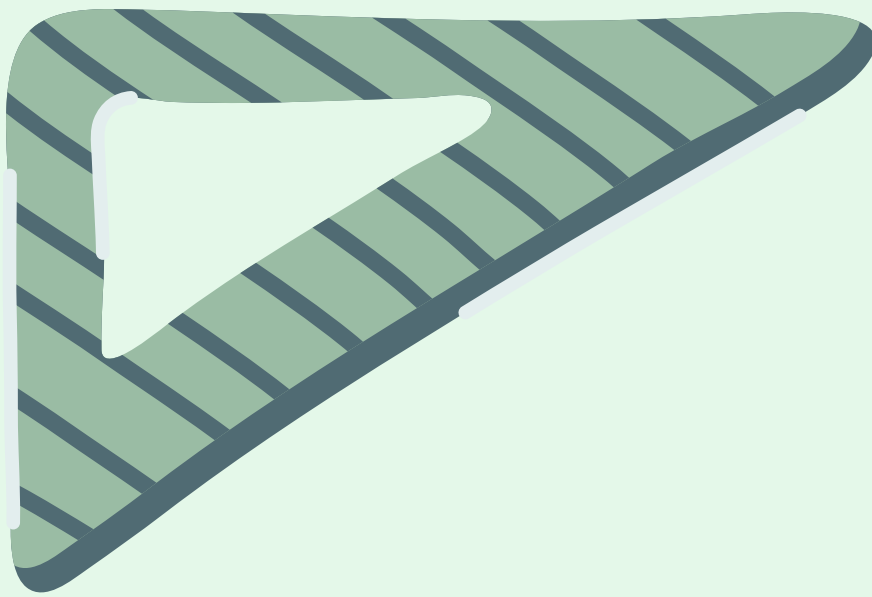
- ACE: Alteración del Comportamiento en la Escuela.
- ACS: Escala de Afrontamiento en Adolescentes.
- A-D: Cuestionario A-D Conductas Antisociales-Delictivas.
- BADYG: Batería de Aptitudes Diferenciales y Generales.
- BASC: Sistema de Evaluación de la Conducta de Niños y Adolescentes.
- BRIEF-P: Evaluación Conductual de la Función Ejecutiva. Versión Infantil.
- CACIA: Cuestionario Autocontrol Infantil y Adolescente.
- CAPI-A: Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes.
- CAS: Cuestionario Ansiedad Infantil.
- CECAD: Cuestionario Educativo Clínico: Ansiedad y Depresión.
- CONNERS: Escala Conners.
- D2: Test de Atención D2.
- EDAH: Escala para la Evaluación del Trastorno con Déficit de Atención con Hiperactividad.
- ENFEN: Evaluación Neuropsicológica de las Funciones Ejecutivas en Niños.
- ESPA 2g: Escala de Estilos de Socialización Parental en la Adolescencia". (Estilo educativo)
- ESPERI: Cuestionario para la Detección de los Trastornos del Comportamiento en Niños y Adolescentes.
- EVHACOSPI: Test de Evaluación de Habilidades Cognitivas de Solución de Problemas Interpersonales.
- FF-SIL: Cuestionario de Funcionamiento Familiar.
- MAGALLANES: Escala Magallanes
- MFF-20: Test de Emparejamiento de Figuras Conocidas.
- SENA: Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes.
- SNAP-IV: Escala SNAP-IV.
- SPECI: Screening de Problemas Emocionales y de Conducta Infantil.
- STAXI-NA: Inventario de Expresión de Ira Rasgo-Estado en Niños y Adolescentes.
- STROOP: Stroop Test de Colores y Palabras.
- TAMAI: Test Autoevaluativo Multifactorial de Adaptación Infantil.
- TESEN: Test de los Senderos para la Evaluación las Funciones Ejecutivas.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN



METODOLÓGICAS



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
PAUTAS GENERALES

Algunas pautas generales para intervenir con alumnos/as con TGC:

1. Reforzar la conducta positiva

Hay que reforzar lo que hace bien, a través de elogios, muestras de afecto, reconocimiento del esfuerzo que hace por cambiar su conducta y controlar sus emociones, etc.

2. Reducir las llamadas de atención

Hay que tener presentes que este tipo de alumnado recibe al día muchas llamadas de atención. Se recomienda utilizar la regla "3 a 1", 3 refuerzos positivos por cada llamada de atención, sobre todo si son pequeños/as.

3. Ignorar las conductas negativas leves

Las conductas inadecuadas leves que realiza para llamar la atención se podrán ignorar para no reforzarlas. Si no son leves, debe aprender que las conductas tienen consecuencias, por ejemplo, haciendo alguna acción que compense el daño causado con su mala conducta.

4. Llamar su atención en las explicaciones

Si se distrae durante las explicaciones, llamar su atención, utilizarlo/a como ejemplo, elogiando a los otros discentes que están atendiendo o nombrarlo/a.

5. Reducir el tiempo de espera

Si la explicación es larga, se le podrá decir las actividades que tiene que hacer para que las vaya haciendo mientras tanto.

6. Hacerle responsable de ciertas tareas dentro del aula

Se le podrá hacer responsable de alguna tarea en la que su energía sea algo positivo, por ejemplo: encargado de limpiar los borradores de la pizarra, de escribir la fecha en la pizarra, ir a por fotocopias, etc. Se podrá usar esta estrategia cuando el alumno/a esté inquieto.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
PAUTAS GENERALES

7. Llegar a acuerdos

Se podrán negociar ciertos acuerdos. "Si haces esto, pongo tu canción favorita", "si haces lo otro, podrás descansar 5 minutos", etc. Los acuerdos irán acordes a la situación y a su edad.

8. Anticipación

Es importante anticiparnos a las conductas, prestando atención a las señales de alarma. Si muestra signos de agitación se deberá usar alguna estrategia que le haga cambiar su estado de ánimo, por ejemplo hacer algo que le guste, o simplemente hablar con él/ella para que se autorregule.

9. Establecer límites claros

Se deberán marcar unos límites claros sobre lo que puede y no puede hacer para crear en el niño/a seguridad y reducir su nivel de ansiedad. La falta de unos límites claros hace que el alumno/a desarrolle una falta de límites para sus deseos personales, junto con la intolerancia a la frustración que se deriva del no cumplimiento de esos deseos. El establecimiento de unos límites claros le ayudará en el proceso de aprendizaje de la tolerancia a la frustración y control de la ansiedad.

10. Dar las instrucciones de manera precisa

Se le darán las instrucciones de manera clara y ordenada, paso por paso, para que el alumno/a las pueda asimilar. Si es necesario se puede pedir que las repita. Preguntarle para asegurarse de que las ha comprendido.

11. Cerrar los conflictos que surjan

Es importante que cuando suceda un conflicto se pueda cerrar, con alguna acción reparadora que dependerá de la edad: pidiendo perdón, reparando el daño causado, manteniendo un compromiso de que va a hacer algo por la persona a la que ha dañado, aceptando las consecuencias, etc.

12. Diferenciar claramente entre orden y petición, ya que la forma en que nos dirijamos al alumnado puede condicionar su estado emocional y por tanto su predisposición a hacer lo que se le ha pedido.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS
PAUTAS GENERALES

13. Reducir del número de órdenes

Muchas instrucciones dadas en un espacio breve de tiempo puede confundir y sobrecargar la capacidad del alumnado para ejecutarlas de forma ordenada y precisa.

14. Ordenar con seguridad

El tono de voz y la actitud frente al menor serán clave para imponer autoridad. Un tono firme y sin titubeos pero sin olvidar en ningún momento las buenas maneras y las expresiones de cortesía será lo más aconsejable.

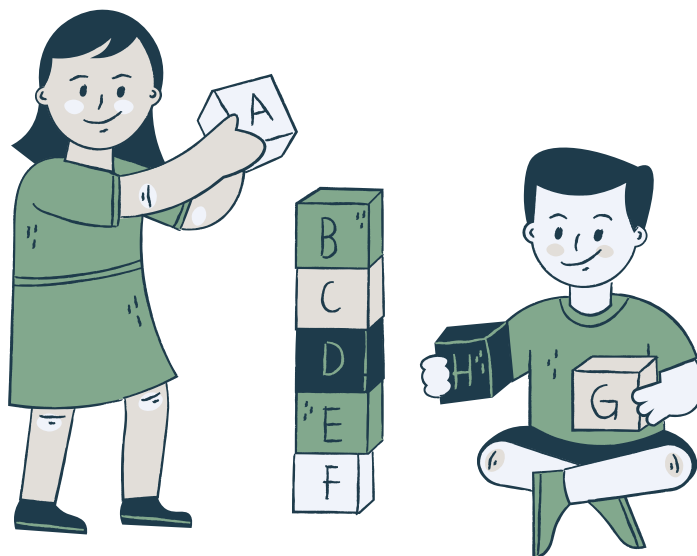
15. Elogiar la colaboración y felicitar por ello incentivará progresivamente el aumento de conductas cada vez más cooperativas.

16. Recordar las normas y las recompensas cuando el comportamiento a extinguir esté a punto de aparecer

Esto ayudará al niño/a a ejercitar su capacidad autorreguladora.

17. Cerrar los conflictos que surjan

Es importante que cuando suceda un conflicto se pueda cerrar, con alguna acción reparadora que dependerá de la edad: pidiendo perdón, reparando el daño causado, manteniendo un compromiso de que va a hacer algo por la persona a la que ha dañado, aceptando las consecuencias, etc.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

GESTIÓN DEL TIEMPO Y EL ESPACIO

Algunos de los aspectos que debemos tener en cuenta para organizar su plan de trabajo diario son:

- 1. Llevar a cabo una agenda y un horario de trabajo.** Le facilitará la organización de las tareas que debe realizar tanto en el aula como en casa, anticipando lo que va a suceder y favoreciendo la interiorización de las rutinas. Se puede colocar un reloj de cartulina que marque la hora a la que termina la jornada escolar y un reloj (de arena, cronómetro...) que vaya marcando el final de las sesiones de trabajo que van concluyéndose. Pegar su horario en el pupitre.
- 2. Estructurar las clases y crear rutinas.** En estas rutinas se deberán incluir los tiempos necesarios para organizar el material (5 a 10 min/día).
- 3. Proporcionar un tiempo adicional** para realizar algunas tareas difíciles.
- 4. Fraccionar las tareas en pequeños pasos,** especialmente aquellas que son más largas o complicadas.
- 5. Planificar tanto las tareas como los descansos.**
- 6. Programar tiempos** para realizar tareas y responsabilidades de ayuda al profesorado que le permitan moverse y eliminar la tensión acumulada.
- 7. Empezar el día con ejercicio físico** (clase de E.F) ya que aumenta su capacidad de concentración para las sesiones de trabajo posteriores.
- 8.** Durante las últimas horas del día su capacidad de concentración disminuye y hay más probabilidades de que este tipo de alumnado se desregule emocionalmente debido al cansancio. Se pueden aprovechar las **últimas horas del día para hacer actividades que impliquen menor concentración** y mayor actividad en ambientes desestructurados o al aire libre.
- 9. Organizar con suficiente anticipación un calendario de exámenes** de las diferentes materias de forma que no coincidan más de uno en un día. De este modo el niño/a podrá organizar mejor sus tiempo de estudio. Procurar que sea equilibrado en la densidad de materia a estudiar. Se podrá realizar el examen de forma fragmentada.
- 10.** Se puede **flexibilizar la duración de la jornada de asistencia al centro escolar.**
- 11.** Colocar al alumno/a **lejos de distractores, cercano al maestro/a,** con algún compañero/a que le ayude.
- 12.** Procurar que **el espacio de la clase se ajuste** a las necesidades requeridas, ni demasiado amplio ni demasiado pequeño.
- 13.** Controlar que el mobiliario y la **organización de los recursos** de la clase favorezca el orden y la estructuración del trabajo.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS

NORMAS DE CLASE

Para establecer las normas de clase es fundamental el proceso de elaboración de las mismas, así como asumir las consecuencias que de su aplicación se deriven.

La elaboración de normas constará de las siguientes **fases**:

1. Fase de sensibilización: El profesorado abrirá un proceso de reflexión que puede incluir actividades y dinámicas que evidencien la necesidad de establecer las reglas del juego.

2. Fase de elaboración: El alumnado llevará a cabo una lluvia de ideas sobre las normas que el grupo-clase cree necesarias para su buen funcionamiento. Sobre cada norma propuesta habrá que explicitar las posibles consecuencias y se valorarán los pros y los contras de que sea aplicada.

3. Fase de consenso: El grupo clase decidirá qué normas serán las seleccionadas. Se podrá hacer mediante votación por unanimidad, por mayoría absoluta, por mayoría simple, etc. Se explicará cada uno de estos conceptos.

4. Fase de aplicación: El alumnado, con ayuda del docente, se ocupará de que las normas se apliquen tal y como han sido diseñadas.

5. Fase de seguimiento y reformulación: En este último paso el alumnado tendrá la oportunidad de cambiar las reglas para que se ajusten al buen funcionamiento de la clase.

En este proceso de elaboración de las normas del aula se tendrán en cuenta los siguiente **aspectos**:

- El profesorado procurará no guiar a los alumno/as hacia las normas que quiere establecer. El alumnado debe aprender que debe asumir las consecuencias de las decisiones que toma por lo que deberá estar muy atento a los compromisos que adquiere con el grupo-clase y con el propio docente.
- Las normas deberán estar escritas de forma clara, precisa y en positivo.
- Se deberán especificar las consecuencias de su incumplimiento.
- Durante el desarrollo de la actividad se fomentará el trabajo cooperativo, la reflexión, la participación y el respeto por las necesidades y opiniones de los demás.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS

GESTIÓN DE LOS CONFLICTOS

¿Por qué trabajar la gestión de conflictos?

El centro educativo es un lugar dónde se interrelacionan diferentes opiniones, sensibilidades... Para que el alumnado crezca emocionalmente es fundamental ayudarlo a aprender cómo gestionar los conflictos. Cualquier gesto o comentario puede poner a prueba las relaciones y la capacidad de convivencia dentro de la clase.

¿Qué debemos hacer como docentes?

- Utilizar frases que reflejen nuestros sentimientos y no se limiten a culpar a los otros/as.
- Enseñar a escuchar y ser empáticos con los demás y a pedir perdón cuando sea necesario.
- Invitar al otro/a a resolver un conflicto.
- Enseñar a no guardar rencor para poder seguir hacia delante.

Para enseñar en clase cómo gestionar los conflictos, debemos partir de dinámicas de grupo. Un ejemplo que nos puede ser útil es el método SOCS.

El **método SOCS**, explicado por Daniel Góleman en su libro "Inteligencia Emocional", nos propone cuatro fases:

- **S** de situación: El grupo-clase escucha el planteamiento del problema.
- **O** de opciones o alternativas: Se proponen alternativas en grupo cooperativo sobre cómo resolver el conflicto.
- **C** de prever consecuencias: de cada opción planteada, se formulan consecuencias buenas y malas y se elige, de manera cooperativa, aquella que suponga menos consecuencias negativas.
- **S** de simulación o representación de la solución: el alumnado tendrá que negociar cual de ellas es la adecuada y elegir la propuesta mejor para la mayoría.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

GESTIÓN DE CRISIS

¿Qué hay detrás de una crisis?

Detrás de una conducta inadecuada hay una necesidad comunicativa. Al igual que si estamos tranquilos, se reflejará en nuestro comportamiento, la prevalencia de sentimientos mal llamados "negativos", se mostrará también en nuestra conducta.

Las conductas disruptivas vienen motivadas, en su mayoría, por un componente emocional (rabia, frustración, miedo...) y la falta de gestión de esas emociones les lleva, en muchas ocasiones, a actuar de forma impulsiva y agresiva.

Al realizar conductas disruptivas, el niño/a recibe una respuesta negativa continua y, con el tiempo, aprende que la norma en su día a día es esa respuesta. Si queremos que aprendan a comunicarse de una forma más asertiva, seremos los adultos los responsables de cambiar esas rutinas para que se dé un aprendizaje de otras estrategias de afrontamiento más adaptativas que faciliten la convivencia.

Debemos esperar a que el niño/a vuelva a la calma y esté más receptivo para tratar el tema y ayudarlo, por ejemplo, con anécdotas propias. Es una manera de acompañarlo en el proceso y darle herramientas para autorregularse.

Recomendaciones

- Entender las señales de los niños/as y su forma de comunicarse.
- Validar sus emociones.
- Crear una base de seguridad y confianza.
- Responder a sus necesidades.
- Abrazarlo, acariciarlo, mostrarle cariño y jugar con él/ella.
- Cuidar su propio bienestar emocional y físico puesto que repercutirá en el comportamiento.



A NIVEL DE CENTRO



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

PROTOCOLO DE CRISIS

¿Qué es?

Se trata de un documento que recoge el análisis de los factores que afectan a la situación y las actuaciones que se van a llevar a cabo para dar respuesta al alumnado en un episodio de desregulación emocional. Para ello, se tendrán en cuenta tanto actuaciones de tipo preventivo como de intervención durante la crisis.

Consideraciones previas

- El procedimiento debe estar recogido por escrito y ser conocido por todos los profesionales que trabajan en el centro educativo.
- Deberá estar determinado con anterioridad quién/es deben asumir la responsabilidad de intervenir y cuál es el papel de los demás profesionales. Debe existir coordinación de todos los profesionales en la ejecución del procedimiento de intervención.
- Se establecerán las pautas de intervención dependiendo de dónde se produzca el episodio (clase, patio, etc.), y de si el mismo concluye o, por el contrario, se mantiene.
- Se debe diferenciar una crisis (en la que existe descontrol manifiesto y supone situaciones o cadenas de acontecimientos que pueden presentar un desenlace peligroso para la persona, los compañeros/as o los profesionales que le atienden) de una rabieta u otra respuesta.
- El protocolo debe ser conocido por la familia. Previamente se deben considerar y analizar los signos de alerta y actividades, actitudes favorecedoras.

Debe incluir

1. Signos de alerta y análisis de factores que favorecen la tranquilidad.
2. Fase de prevención de la crisis:
 - a. Desencadenantes.
 - b. Intensificación de la situación.
3. Fase de intervención:
 - a. Detección.
 - b. Responsables.
 - c. Actuación en diferentes contextos.
 - d. Recuperación.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

PROGRAMA DE MEDIACIÓN ESCOLAR

¿Qué es?

Es una estrategia de resolución de conflictos en la que se ofrece la oportunidad, a los miembros de la comunidad educativa afectados, sentarse juntos voluntariamente ante una parte neutral, el mediador/a, para hablar del problema y permitir llegar a un acuerdo de una forma constructiva y colaborativa.

Aspectos a tener en cuenta

- Debe ser un proceso totalmente voluntario.
- El mediador/a debe ser aceptado como persona neutral por todas las partes.
- Es un proceso colaborativo y por lo tanto nadie puede imponer nada a nadie.
- Todas las partes implicadas mantienen su poder de decisión y deciden voluntariamente seguir las reglas del proceso.
- Es un proceso confidencial.

Algunas de las ventajas son

- Facilita la resolución de los conflictos y previene su agravamiento.
- Reduce el número de expedientes disciplinarios en el centro.
- Restablece las relaciones personales entre las partes.
- Mejora la comunicación entre los miembros de la comunidad escolar.
- Los conflictos tienen a disminuir de forma generalizada.
- Favorece la preocupación por los demás.
- Evita solucionar los problemas de forma violenta.
- Mejora las habilidades sociales de toda la comunidad educativa.
- Se buscan otras alternativas a las sanciones reglamentarias.
- Ayuda a que haya una mayor implicación de la comunidad educativa.
- Favorece la responsabilidad del alumnado ya que se implica en el funcionamiento del centro.

A continuación se ofrecen algunos materiales que pueden ser de utilidad.

[Vídeo mediación alumna-profesor.](#)

[Vídeo mediación alumna-alumna.](#)

[Vídeo mediación profesora - padre de alumno.](#)

[Web www.mediación.org](http://www.mediación.org)

MODELO ACTA MEDIACIÓN ESCOLAR

RESPUESTA MEDIADA A UNA FALTA DE DISCIPLINA

Mediación celebrada con fecha por un conflicto ocurrido entre con los mediadoresy los mediados/as:

De una parte

Y de otra

Antes de hablar de "nuestro conflicto" que intentaremos solucionar con la ayuda de los mediadores/as, reconocemos participar en la mediación voluntariamente y nos comprometemos a respetar la confidencialidad de todo lo que hablemos durante la mediación, a tratarnos en todo momento con respeto, guardando el turno de palabra y siendo sinceros. Si llegamos a un "acuerdo-compromiso", lo escribiremos y firmaremos; aceptando que dicho compromiso sea entregado por los mediadores/as a jefatura de estudios, quién llevará el seguimiento de su cumplimiento.

Estamos

de acuerdo:

Firma mediado/a 1

Firma mediado/a 2

NOS HEMOS CONCILIADO LLEGANDO AL SIGUIENTE ACUERDO-COMPROMISO COMO SOLUCIÓN A NUESTRO CONFLICTO:

y tendremos el seguimiento de nuestro acuerdo con jefatura de estudios el día PARA PODER DAR POR SOLUCIONADO EL CONFLICTO OCASIONADO POR LA FALTA DE DISCIPLINA.

Fdo. Mediado/a 1
Fdo.

Fdo. Mediado/a 2

En presencia de los mediadores

Realizado el seguimiento el díadel acuerdo-compromiso se considera por parte del responsable del centro:

- Que el acuerdo se ha respetado y se da por solucionado el problema.
 Que no se ha respetado el acuerdo y se debe continuar por vía disciplinaria.

Fdo. Mediado/a 1

Fdo. Mediado/a 2

Fdo, Jefatura de estudios.

Sello del centro

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

TUTORÍA ENTRE IGUALES

¿Qué es?

Se trata de un programa de mejora de la convivencia para la prevención de la violencia y el acoso escolar. Es un método de aprendizaje cooperativo centrado en el desarrollo por parejas de las competencias cognitivas y emocionales que implica un cierto grado de protección de un alumno/a sobre otro. Un miembro de la pareja se convierte en tutor/a y el otro en tutorizado/a.

El objetivo principal es crear una escuela inclusiva y no violenta, que fomente las relaciones satisfactorias entre iguales. Se busca el incremento de la empatía y la autorregulación de las emociones. Además, contribuye al desarrollo cooperativo del grupo clase.

¿Cómo se pone en marcha?

1. La implementación del programa requiere que se lleven a cabo una serie de fases:
2. Aprobación de la aplicación del programa por parte del Claustro y Consejo Escolar.
3. Formación inicial del profesorado.
4. Formación inicial del alumnado, tanto de tutores/as como de tutorizados/as.
5. Asignación de parejas.
6. Formación permanente de tutores/as y tutorizados/as mediante actividades de cohesión de parejas, actividades de tutorías, actividades de formación de tutores/as y actividades de evaluación.
7. Evaluación durante y al final del programa por parte de todos los implicados.

Este programa pretende hacer del alumno/a tutor/a el protagonista del proceso de convivencia y de la prevención de la violencia y del acoso escolar. El alumnado tutorizado cuenta con el apoyo de su tutor/a para cualquier situación en la que necesite su apoyo y su asesoramiento.

En cada centro debe haber un coordinador/a de referencia para las tutorías emocionales que junto con su equipo, formado por tres docentes, el mediador, el orientador y un representante del equipo directivo, desarrollen nuevas estrategias de convivencia, diseñen nuevos materiales y asesoren e intervengan en el caso de que exista acoso escolar.

Aplicación está basada en el programa TEI de González Bellido.

<https://www.programatei.com/>

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

AULA DE RESPIRO

¿Qué es?

Es un espacio "seguro" dentro del centro que utilizaremos como herramienta de regulación emocional.

¿Qué no es?

No es un espacio que utilizaremos como castigo o como "tiempo fuera del aula". No permitiremos hacer uso del espacio como excusa para no trabajar.

¿Cómo se pone en marcha?

Debemos buscar un aula espaciosa en la que llevaremos a cabo diferentes actividades que ayuden al alumnado a considerarlo un sitio seguro. Algunos ejemplos de ello pueden ser; ejercicios de relajación, Yoga, Mindfulness, ejercicios de control de la ira, etc.

Plantaremos al alumno/a el uso del espacio como un lugar al que puede recurrir para tranquilizarse cuando las situaciones o emociones lo superen. Si observamos nerviosismo, desregulación o prevemos una crisis conductual, invitaremos al niño/a a hacer uso de este espacio.

¿Qué elementos poner en el Aula de Respiro?

En el aula podremos introducir todos aquellos elementos que consideremos que pueden ayudar al discente a relajarse:

- Colchonetas
- Cojines
- Caja de la calma
- Puzles
- Aromas

Recomendaciones

- No usar el espacio para reflexionar durante la crisis de conducta. Es necesario respetar los tiempos del niño/a.
- Acompáñalo sin invadirlo. Muéstrate cercano sin invadir su espacio (a no ser que lo requiera).
- Permite que se haga uso del espacio siempre que se requiera y felicítalo por ello.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO CIRCUITOS MOTRICES

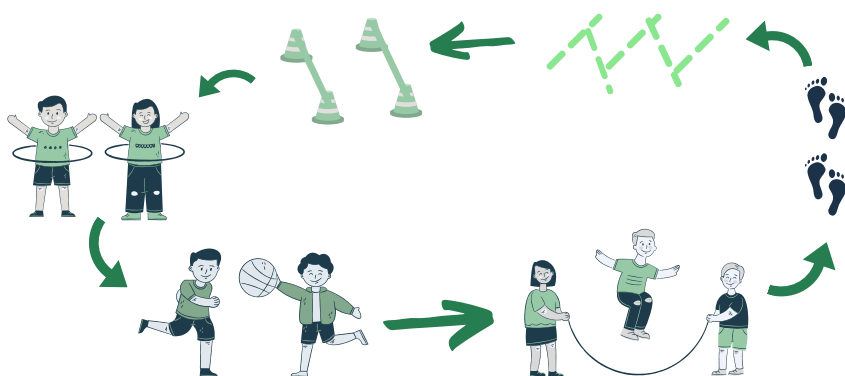
¿Qué son?

Son trayectos donde el alumnado tiene que hacer frente a diferentes desafíos físicos. Estos circuitos deben realizarse siguiendo un orden determinado, de tal manera que desde el punto de partida hasta el final, haya podido pasar por todos los ejercicios presentados.

Como en las demás áreas, cada alumno/a lleva su ritmo de aprendizaje. Según sus características, podemos proponerles ciertos retos para trabajar las habilidades que consideremos necesarias.

Algunos de los objetivos que se pretenden son

- Desarrollar el control voluntario de la respiración y con ello, favorecer la conciencia corporal, la relajación y el control voluntario de los movimientos.
- Promover la relajación muscular voluntaria y de esta forma, acercarnos a controlar la impulsividad y las emociones.
- Controlar la impulsividad motora, para posteriormente controlar la cognitiva.
- Desarrollar una actitud reflexiva.
- Canalizar la hiperactividad motora a través del ejercicio físico y juego.
- Desarrollar la expresión de sentimientos y emociones, lo que repercutirá de manera directa en una mejora de las relaciones sociales.
- Reconocer sus capacidades y limitaciones, lo que incrementará su autoestima y autoconcepto.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO PASILLOS DINÁMICOS

¿Qué son?

En muchas ocasiones, en los centros educativos hay pasillos que no son aprovechados. Por ello, podemos usarlos como espacios donde regular el nivel de alerta del alumnado mientras se mueven, investigan, observan, se ponen a prueba...

Por eso, convertir los pasillos en lugares dinámicos donde los niños/as tengan oportunidad de moverse, es una buena opción para canalizar de manera óptima su energía. Sería maravilloso poder dedicar espacios cortos de tiempo entre clase y clase, o al cambiar de una actividad a otra, para darle movimiento al cerebro.

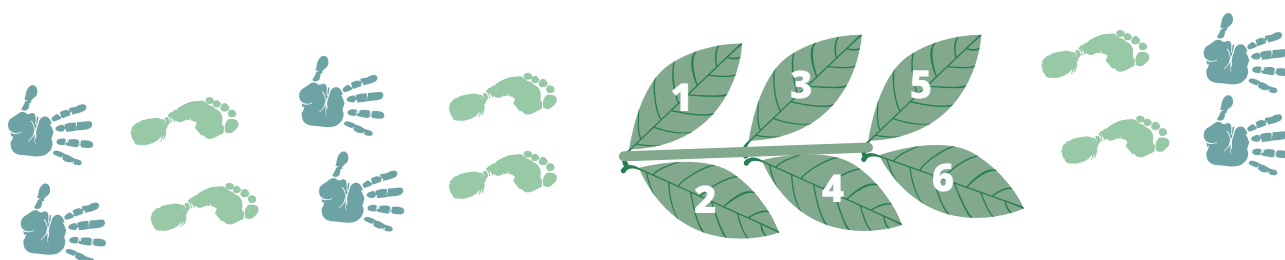
Algunos de los beneficios son

- Favorecen el cambio del estado emocional desregulado.
- Mejoran la capacidad de atención del alumnado en clase.
- Ayudan a mejorar la planificación motora, es decir, la comprensión y la retención de contenidos.
- Aumentan la interacción con los otros/as y fomentan las habilidades sociales.
- Incrementan la motivación del alumnado por el aprendizaje.
- Favorecen y estimulan la conexión entre mente y cuerpo.

Ejemplos de pasillos dinámicos:

Ejemplo 1

Ejemplo 2



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

PATIOS INCLUSIVOS

¿Qué es?

Es una propuesta de juegos y actividades divertidas más o menos dirigidas, pensadas para llevar a cabo en el patio, con el fin de mejorar la inclusión del alumnado con NEAE y acabar con el aislamiento y la soledad de todo alumnado que tiene dificultades a la hora de relacionarse con sus compañeros/as.

El programa de Patios Inclusivos dependerá del perfil del alumnado al que vaya dirigido y el tipo de centro donde se ponga en práctica. De manera general, se pueden citar los siguientes elementos:

- **Responsables:** se asignará una persona responsable, que podrá ser un docente del centro o personal no docente. Dependiendo del alumnado objeto, el responsable estará presente en el desarrollo de las actividades o será el alumnado el que de manera autónoma pondrá en marcha las mismas,
- **Días a la semana:** se podrá poner en marcha uno, dos o tres días a la semana, dependiendo de las necesidades del centro. Se aplica de manera progresiva.
- **Espacio en el patio:** permite establecer rincones para realizar diferentes actividades menos dirigidas, como juegos de mesa, rayuela, etc. Para las actividades más dirigidas se determina un rincón predeterminado para realizarlas.

Se establecerán diferentes zonas:

- **Zona activa:** Juegos de mucha actividad física (por ejemplo el uso del balón)
- **Convivencia con el balón:** Se debe crear una normativa clara acorde a la edad del alumnado y un panel de resolución de conflictos.
- **Zona semi activa:** Juegos tradicionales.
- **Zona tranquila:** Juegos de mesa, areneros o espacios para escuchar música.
- **Zona de juego dirigido:** para alumnado con mayores necesidades, supervisadas por el maestro/a responsable. Esta zona no debe estar en un espacio alejado del patio, para fomentar la inclusión.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

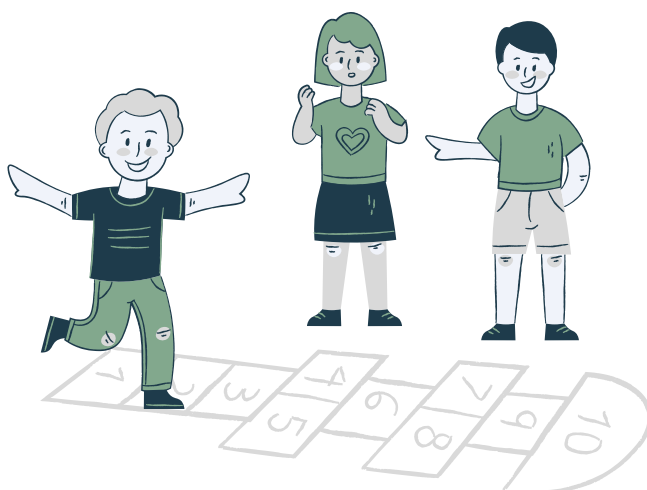
PATIOS INCLUSIVOS

Actividades:

- Actividades muy dirigidas: pensadas especialmente para el alumnado con NEAE, en las que estará presente el docente responsable: bolos, petanca, juegos cooperativos, etc. Para el desarrollo de estas actividades se podrá establecer una secuencia tipo "desayunar, juego nº1, juego nº2, juego nº3, vuelta a la fila". En estas actividades (aunque estén diseñadas para el alumnado con NEAE) podrá participar todo el alumnado que lo desee.
- Actividades menos dirigidas: podrán ser propuestas por el alumnado. Son actividades o ligas deportivas, actividades cooperativas o competitivas, etc.

Alumnado colaborador:

- Para actividades muy dirigidas, cuyo alumnado objeto sea alumnado con NEAE, le será beneficioso que el resto de discentes, en pequeño grupo, participe en las actividades. Se podrá crear para ello un grupo de alumno/a colaborador, que podrá acompañar al alumnado con NEAE en las actividades, contribuir en el diseño de las mismas, etc.
- Para actividades menos dirigidas, el alumnado colaborador podrá ser responsable del material, de mediar si hubiera algún conflicto, proponer alguna actividad, etc.



Aplicación basada en los "patios dinámicos" de Gey Lagar.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO

PROGRAMAS DE VOLUNTARIADO

¿Qué son?

Son programas que tienen como fin promover la acción voluntaria organizada. El voluntariado es una de las formas de participación social más importante. La escuela es un lugar de aprendizaje y de transmisión de valores, por lo que es el espacio ideal para desarrollar estos programas.

El aprendizaje-servicio es una metodología muy útil para entrenar estos valores. Se trata de aprendizajes que parten de la experiencia y que dan a conocer el mundo del voluntariado, facilitando así la adquisición de hábitos de compromiso cívico por parte del alumnado.

El voluntariado es una forma organizada de participación activa y social de ciudadanos y ciudadanas que asumen unos compromisos, atendiendo a los propuestos por la Plataforma del Voluntariado:

- Cooperar en la identificación y denuncia de situaciones injustas.
- Buscar soluciones a los problemas que afectan a la sociedad en su conjunto.
- Colaborar activamente en la mejora de actividades medioambientales, culturales y sociales.

Algunos de los objetivos que se pretenden son

- Sensibilizar a los niños/as sobre los valores solidarios y de acción y justicia social.
- Trabajar las diferencias individuales, sociales y culturales de una forma lúdica.
- Generar espacios de reflexión e intercambio de opiniones.
- Ofrecer recursos de participación activa.

Podemos poner en marcha estos programas desde el segundo ciclo de educación infantil, mediante actividades prácticas, de concienciación y dinámicas grupales, hasta experiencias reales en tercer ciclo de primaria y ESO.

<https://www.plataformadelvoluntariado.org>

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL DE CENTRO
PROGRAMAS DE COLABORACIÓN EN CENTROS

AULAS SOLIDARIAS

Las aulas solidarias consisten en ofrecer otras clases con un ambiente mucho más normalizado a nivel conductual o comportamental, que acogen a alumnado con comportamientos disruptivos en determinados momentos de la jornada. Suponen un espacio dirigido a modificar la conducta del alumnado mediante la imitación de modelos adecuados. No son espacios utilizados como castigo o “tiempo fuera”.

Normalmente se trata de cursos mayores, ya que estos pueden servir de modelo, pero en muchas ocasiones, es conveniente que acudan a cursos más pequeños, como infantil o al Aula Específica (siempre y cuando no constituya ningún peligro) ya que en este espacio el niño/a puede ayudar a sus compañeros/as, lo que fortalecerá su autoestima, a modo de premio.

ALUMNADO VIAJERO

El alumno/a viajero es aquel que hace uso del aula solidaria.

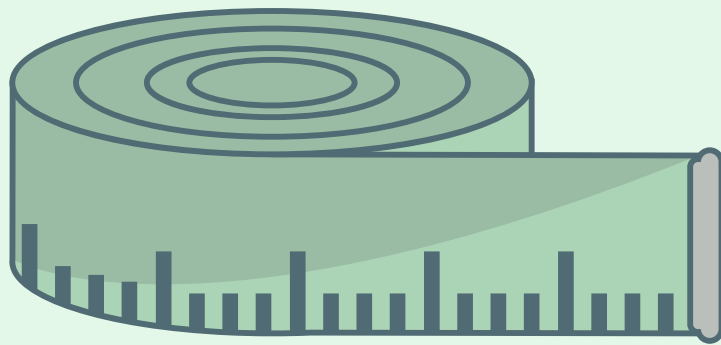
Puede acudir a cursos más mayores que le ayuden a nivel curricular y le sirvan de modelo conductual adecuado o a etapas más pequeñas como premio por su conducta. Podrá ayudar con las tareas, leer cuentos, servir de ayudante del docente.

También puede colaborar con otras tareas del centro, como el huerto escolar o la biblioteca.

Resultan tareas altamente motivadoras que le ayudan a ver que la conducta violenta en clase no es lo “normal”.



A NIVEL DE AULA



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SALUDO PERSONALIZADO

¿Qué es?

Se trata de que un alumno/a se coloque al inicio de la jornada escolar en la entrada de la clase para recibir al resto de compañeros/as, que irán entrando uno a uno, eligiendo la forma en la que quieren ser saludados, siguiendo el cartel que hay a continuación.

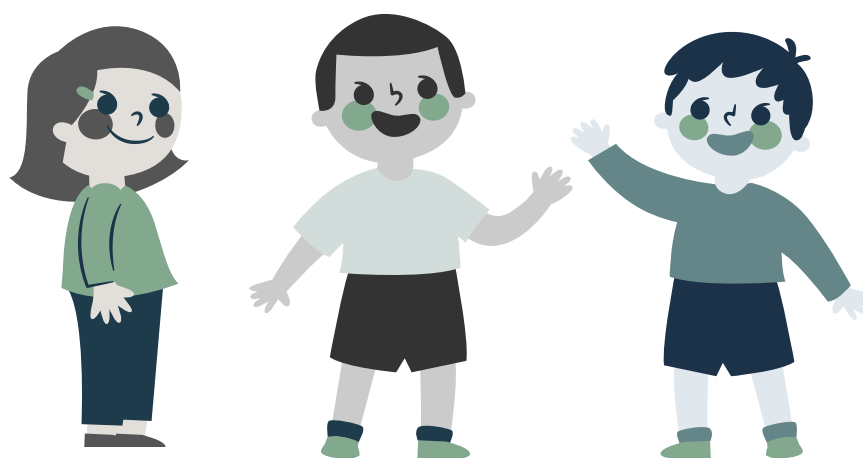
Cada día, será un alumno/a nuevo el que recibe a sus compañeros/as.

¿Para qué sirve?

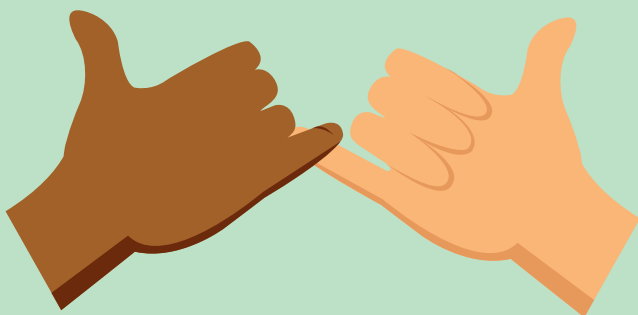
Sirve para mejorar el clima de clase y las relaciones entre compañeros/as, para así prevenir la aparición de problemas de conducta.

¿Para qué cursos está indicado?

Está indicado especialmente para Educación Infantil o el primer ciclo de Educación Primaria, aunque puede aplicarse en toda la etapa de Educación Primaria.



¡Buenos días!



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SALUDO EMOCIONAL

¿Por qué realizar el saludo emocional?

Es muy importante conocer cómo se siente nuestro alumnado cuando llega al centro educativo. Por ello, podemos dedicar los primeros momentos de la jornada a interesarnos por cuáles son sus emociones. No todos los niños/as han pasado de la misma manera el fin de semana, la noche o tienen las mismas circunstancias personales. Hacer una pequeña asamblea puede ser una dinámica muy interesante. Esta nos puede anticipar situaciones o conductas que van a ocurrir a lo largo del día, por lo que nos va a ser de gran ayuda a la hora de proponer actividades de relajación.

¿Cómo se pone en marcha?

Podemos hacer una asamblea donde invitemos al grupo-clase, de manera individualizada, a que nos cuente cómo han venido ese día al aula. Al principio, puede ser que el alumnado no tenga suficiente confianza para ir un poco más allá o que no sepan expresarse. Por ello, nosotros/as, los docentes, vamos a intentar servir de ejemplo. Comenzaremos hablando y trataremos de evitar decir "que nos encontramos bien o mal", sino que intentaremos profundizar un poco más con intervenciones como que "estamos contentos porque hoy es viernes" o "preocupados porque esa misma tarde operan a nuestro padre".

De este modo, con estas referencias, el alumnado cada vez más, irá expresando sus emociones de manera más completa y específica.

Algunos de los objetivos que se pretenden son

- Desarrollar la expresión oral de emociones
- Aprender a escuchar
- Desarrollar la empatía



Aplicación basada en la idea de Antonia Torres Pérez.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

ASAMBLEA ESCOLAR

¿Qué es?

La asamblea de clase es el espacio y tiempo destinados a plantear problemas y buscar medios para su resolución, para planificar y posibilitar la realización de proyectos. Constituye un recurso fundamental para el aprendizaje y la práctica de la democracia en los centros educativos.

La participación en asambleas de aula puede crear las condiciones para que el alumnado exprese libremente sus opiniones, ideas, propuestas, críticas, felicitaciones, sugerencias, quejas, conflictos, etc. Facilitando el diálogo como vía de prevención y resolución de conflictos.

Para su puesta en marcha se tendrán en cuenta las técnicas aplicables a la celebración de las asambleas en cualquier tipo de ámbitos y aspectos formales de las mismas tales como: figuras del secretario/a y del moderador/a, orden del día, libro de actas, reglamento de celebración adecuado a los niveles, edades o características del grupo, etc. Será dirigida en la medida de lo posible por el propio alumnado y se producirán votaciones para la toma de determinadas decisiones.

¿Cómo se pone en marcha?

Temporalidad: una sesión a la semana.

Roles: secretario/a, moderador/a, observador/a, que irán rotando.

Funciones:

- Moderador/a: dar la palabra.
- Secretario/a: anotar los acuerdos en la libreta de reuniones.
- Observador/a: estar pendiente de la participación del alumnado.

Propuesta de orden del día:

- Revisión de acuerdos tomados la semana pasada.
- Conflictos que ha habido durante la semana y nuevos acuerdos.
- Propuestas, felicitaciones, etc.
- Ruegos y preguntas.

Aplicación basada en la idea de Antonia Torres Pérez.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA TRABAJAR CON LOS COMPAÑEROS /ESPECTADORES

¿Por qué?

Es fundamental trabajar con el resto del alumna del aula del niño/a con TGC.

Esto se debe a varias razones:

- Muchos alumnos/as sufren la situación de escalada conductual del compañero/a con una mezcla de estrés y ansiedad.
- Se pueden empezar a detectar imitaciones en otros alumnos/as.
- En muchas ocasiones, estas conductas se refuerzan en gran medida por comentarios o risas de los compañeros/as, y esto se debe intentar atajar desde el principio.

Para intentar trabajar con el resto de la clase es importante

- Aprovechar momentos en el que el alumno/a con TGC no se encuentre con el grupo-clase.
- Intentar hacer ver al resto de compañeros/as lo importante que es que no continúen las risas y los comentarios, ya que no hacen más que perjudicarse todos.
- Se consensuará con la clase, así como con el resto del equipo docente, una señal (por ejemplo una palabra clave escrita en la pizarra), que signifique que deben cesar comentarios, ignorando así cualquier conducta del alumno/a con TGC.
- También se realizará otra señal (un círculo en la pizarra), que tenga como significado "Tranquilos/as, está todo controlado". Esto será de gran ayuda, especialmente cuando hay alumnado que le crea nerviosismo las situaciones de escalada conductual. Esto les calmará y ayudará a mantener el clima de aula.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA JUEGOS DE SILENCIO

¿Qué son?

Son acciones pactadas entre el maestro/a del aula y el alumnado que se realizan con el fin de lograr silencio en el aula, evitando tener que gritar para conseguirlo.

Cuando, por algún motivo, el aula alcance un nivel de ruido o voz elevado, el docente puede hacer el gesto para que el alumnado vaya guardando silencio.

Por ejemplo

- El maestro/a levanta el brazo cuando hay mucho ruido en el aula, ocupando una posición en donde el alumno/a lo pueda ver.
- El alumnado reconoce el gesto e inmediatamente guarda silencio, se sienta y levanta también el brazo.
- El resto del alumnado va haciendo lo propio, tanto si ve al maestro/a hacerlo, como si ve a algún compañero/a.

Otros ejemplos

- El maestro/a dibuja una línea en la pizarra, de arriba a abajo, cuando la línea toque el lado inferior de la pizarra, deberán estar todos en silencio.
- El maestro/a da tres palmas, el alumnado al escucharlas deberá repetir las tres palmas y permanecer en silencio tras darlas.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

RINCÓN DE LA CALMA

¿Qué es?

Es un espacio que se genera para proporcionar un ambiente seguro donde el niño/a no se sienta juzgado en su emoción, sino donde ésta se valida y se aprende a poder gestionarla. Este espacio ayudará al alumno/a a mejorar su autorregulación emocional y le servirá como alternativa a la agresividad como medio de canalización. Podrá ser utilizado cuando el docente lo demande y sin restricciones.

¿Qué necesitamos para nuestro rincón?

El rincón de la calma se debe ir adaptando a las características del niño/a. Lo ideal es que el espacio permita una sensación de intimidad sin impedir la observación del adulto, colocando, por ejemplo, un biombo.

- Cojines o alfombras en el suelo.
- Olor relajante. Los aromas sirven para evocar situaciones. Se puede introducir algún olor (recomendable lavanda u otros olores suaves) durante las sesiones en las que se trabajen técnicas de relajación. Una vez que el cerebro identifique un olor con un estado mental, será más fácil volver a ese estado cuando lo identifique.
- Música relajante.

Estos materiales se pueden ir cambiando según necesidades del niño/a y pueden fabricarse a mano, trabajando con él o ella el fin de esta actividad.

¿Cómo se pone en marcha?

- Previamente se le presentará la creación de este espacio seguro. Puede recurrir a él cuando esté enfadado/a, necesite relajarse, necesite pensar o estar a solas.
- Es importante dialogar sobre el espacio para que lo entienda bien y hacerle comprender que es un lugar seguro y que por ello debe respetarlo.
- Podemos plantear una sesión de relajación y llevarla a cabo en este espacio.
- Es probable que las primeras veces que pierda los nervios no recuerde o rechace el recurso. Es importante que le recordemos con suavidad que puede hacer uso del espacio cuando lo necesite.
- Es importante recordar que al principio el niño/a puede rechazarlo pero, una vez que toma la dinámica, da muy buenos resultados.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA RINCÓN DE LA CALMA

Recomendaciones

- No obligar al alumno/a a usar el recurso, puesto que causaría rechazo. No se usará nunca como castigo.
- No dialogar con él/ella cuando esté usando el recurso.
- No hacer juicios de valor, ni entrar en discusiones ni provocaciones. No es el lugar para resolver los conflictos.
- Mantener una distancia prudencial que nos permita observarlo sin invadir su espacio (si es que necesita vigilancia).
- Cuando use el recurso satisfactoriamente se le felicita.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

RINCÓN DEL ACUERDO

¿Qué es?

Es un lugar que se establece en el aula ordinaria para empezar a resolver los conflictos de manera autónoma. Si dos alumnos/as han tenido un conflicto se les dejará un espacio en el que puedan hablar tranquilamente el tiempo necesario hasta que lleguen a un acuerdo.

Al principio será necesario que un adulto haga de mediador y les dé herramientas de cómo hacerlo, para poco a poco ir dejándoles espacio para que lo solucionen de manera autónoma.

Cuando lo hayan solucionado, informarán al maestro/a de la manera en la que lo han resuelto.

¿Cómo se pone en marcha?

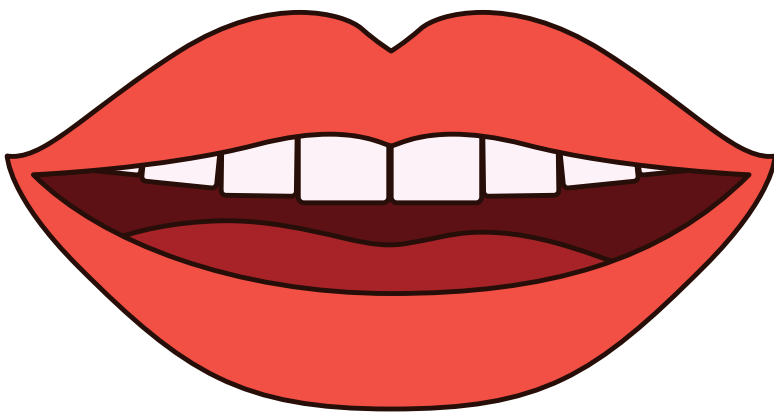
Se elige un espacio en el aula y se decora con la ayuda de todo el alumnado, para que lo consideren algo propio.

El rincón puede incluir:

- Carteles con normas que les ayude a resolver los conflictos.
- Objetos con forma de bocas y orejas, de tal forma que solo el que sostenga la boca tenga el turno de palabra y el que sostenga la oreja deberá escucharle hasta que tenga el turno de palabra.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL DE AULA
RINCÓN DEL ACUERDO



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

RINCÓN ¿Y AHORA QUÉ HAGO?

¿Qué es?

Se trata de un espacio del aula establecido para la elección por parte del alumnado de una actividad lúdica una vez que hayan finalizado la tarea que el docente les haya mandado a hacer en clase.

El objetivo principal de este rincón es que el alumnado emplee el tiempo libre de clase en realizar una actividad motivadora y diferente.

Para dar mayor motivación al alumnado, se presenta en forma de sorpresa ya que en este rincón van a tener diferentes cajas con depresores, de los cuáles solo le verán la parte en blanco, quedando oculta la parte escrita. Para crear este efecto, se abrirán con unas tijeras pequeñas ranuras en la tapadera de la caja, por donde se meterá el depresor, quedando dentro de la caja solo la parte donde aparece el acción sorpresa.

Cada caja pertenece a un área de trabajo. Se les propone la caja de la atención, de lógica, etc. y se le da la oportunidad a ellos/as de que propongan otras áreas de su interés, para que resulten más motivadoras. Por ejemplo, en la caja del área de la atención, la acción sorpresa escrita en un depresor puede ser hacer una sopa de letras, resolver un laberinto o unir parejas.

Una vez determinadas las áreas y las acciones a realizar en cada una de ellas, se pasa a decorar las cajas y escribir en los depresores. También se crea una hoja de registro, en la que aparezca el nombre del alumno/a, la fecha, el área elegido y la actividad sorpresa que le ha tocado.

¿Cómo se pone en marcha?

- En primer lugar, deben escoger un área de trabajo.
- En segundo lugar, un depresor de entre todos los que haya en la caja perteneciente a ese área.
- En tercer lugar, el alumno/a se dirigirá a la zona del rincón donde esté el material, se hará con todo lo necesario e irá a su mesa a realizar la tarea que le ha tocado.
- Por último, entregará la tarea al maestro/a y una vez corregida, anotará toda la información en la hoja de registro, con el objetivo de llevar un índice de las actividades trabajadas y no repetir.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA CIRCUITO DE TEXTURAS

¿Qué es?

Se trata de un recurso que procura la relajación de los alumnos/as a través de la estimulación táctil.

¿Cómo se pone en marcha?

Consiste en crear un tablero, de gran tamaño, de corcho o de cualquier otro material que permita insertar diferentes texturas formando un itinerario. El niño/a recorrerá con el dedo lentamente la distancia desde el extremo inicial hasta el extremo final haciendo un circuito.

Las texturas pueden obtenerse de objetos reciclados, materiales de papelería u objetos de la propia naturaleza: legumbres, cuerdas, tejidos, trozos de plástico, fragmentos de juguetes, piedrecitas, etc.

Cuando se observe en el alumnado ciertos niveles de ansiedad no muy elevados se le puede invitar a realizar el recorrido para evitar la escalada a niveles mayores de ansiedad.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

RETO SEMANAL

¿Qué es?

Se trata de una especie de economía de fichas a nivel grupal. Para llevarlo a cabo se hará uso de alguno de los carteles de "reto semanal" (ver a continuación) y se pondrá en un lugar visible en el aula.

Esta medida está indicada cuando se quiere eliminar alguna conducta generalizada en el aula o cuando se pretenda eliminar una conducta de un determinado alumno/a, pero se prefiera involucrar al resto de la clase, para favorecer su motivación o evitar que se sienta identificado.

¿Cómo se pone en marcha?

El docente propone un reto semanal según la conducta que quiera reforzar o eliminar. Pueden plantearse diferentes objetivos, según necesidades:

- Conductuales: una semana sin enfados, una semana sin incidencias en el recreo, etc.
- Curriculares: traer todas las actividades hechas de casa, etc.

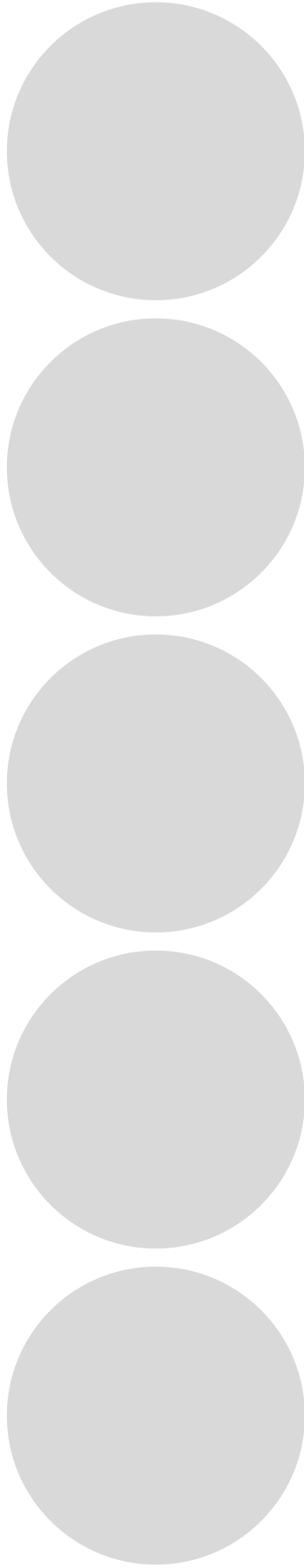
El objetivo o reto que se pretenda conseguir se apuntará en el apartado correspondiente del cartel. Los alumnos/as, a su vez, elegirán un premio si lo consiguen, por ejemplo: "15 minutos más de recreo", "15 minutos de juegos de mesa", etc.

Cada día que se consiga la premisa se anotará con un círculo verde o una carita sonriente en el cartel.

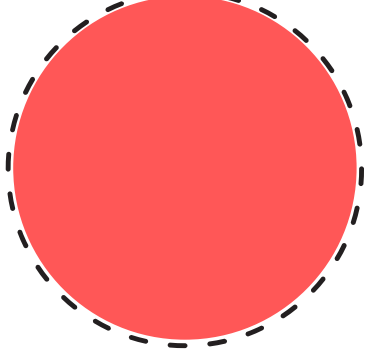
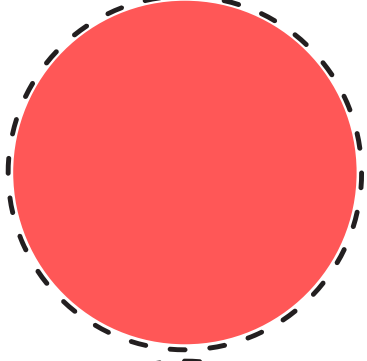
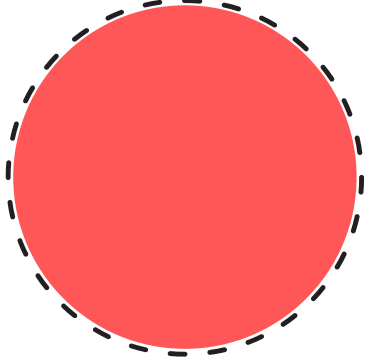
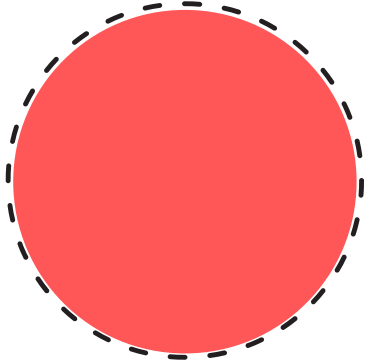
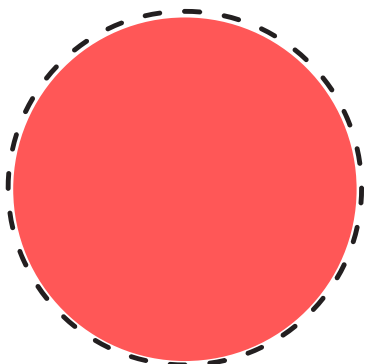
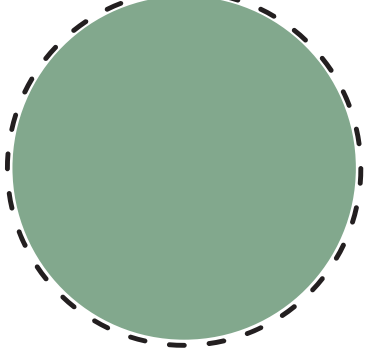
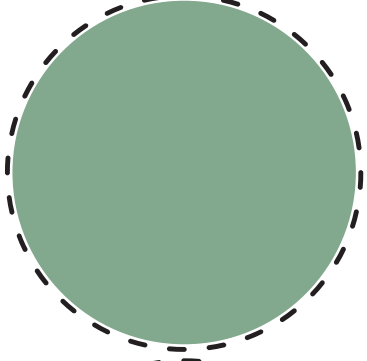
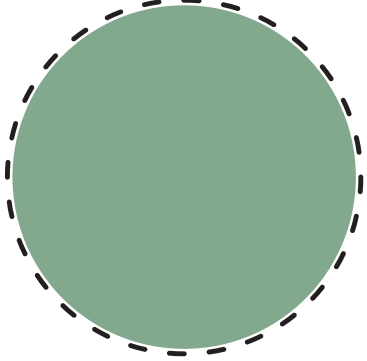
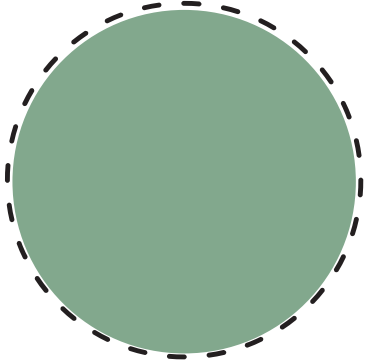
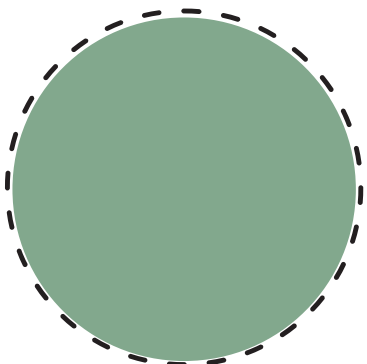
Cuando la medida esté enfocada a cambiar la conducta de un alumno/a en concreto, será el encargado de colocar los círculos verdes. Si no, podrá hacerlo el alumno/a delegado o ir rotando.

Si se consigue una semana completa, habrán conseguido el reto, por lo que se les premiará con lo acordado. A la semana siguiente se podrá mantener el reto, cambiarlo por otro o añadirle un nuevo reto que se acumulará al anterior.

RETO SEMANAL



RETO SEMANA



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

CUIDADOS SEMANALES

¿Qué es?

Es una estrategia que se puede llevar en el aula, con todo el grupo-clase. Esta consiste en poner en una caja papelitos con los nombres de todos los discentes. Cada uno de ellos/as, debe coger un papelito que contendrá el nombre de otro compañero/a. Será el encargado de cuidarlo durante toda la semana, de tal forma que cada semana, todo el alumnado tenga alguien a quien cuidar y sea cuidado por otro alumno/a.

Las acciones que pueda hacer para cuidar al compañero/a las decidirá él mismo/a. Algunos ejemplos pueden ser: ponerle alguna notita con cariño en su mesa, jugar con él/ella en el recreo, ayudarle con los deberes, a ordenar su mesa, colgar el abrigo, etc.

Cada semana repetiremos la misma acción y comentaremos cómo se han sentido, si se han sentido cuidados o no y qué acciones han hecho para cuidar a su compañero/a. A lo largo del curso, todos los alumnos/as habrán cuidado a los demás al menos una vez.

Algunos de los objetivos que se pretenden son

- Fomentar los cuidados dentro del grupo.
- Aumentar las relaciones con los otros/as y la cohesión del grupo-clase.
- Identificar lo agradable que es dar y recibir cuidados.



Aplicación basada en la idea de Antonia Torres Pérez.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

CARIÑOGRAMA

¿Qué es?

Se trata de establecer un rincón en el aula con un compartimento para cada alumno/a donde sus compañeros/as podrán dejarle mensajes positivos: de agradecimiento, de enhorabuena, de cariño, dibujos dedicados, etc.

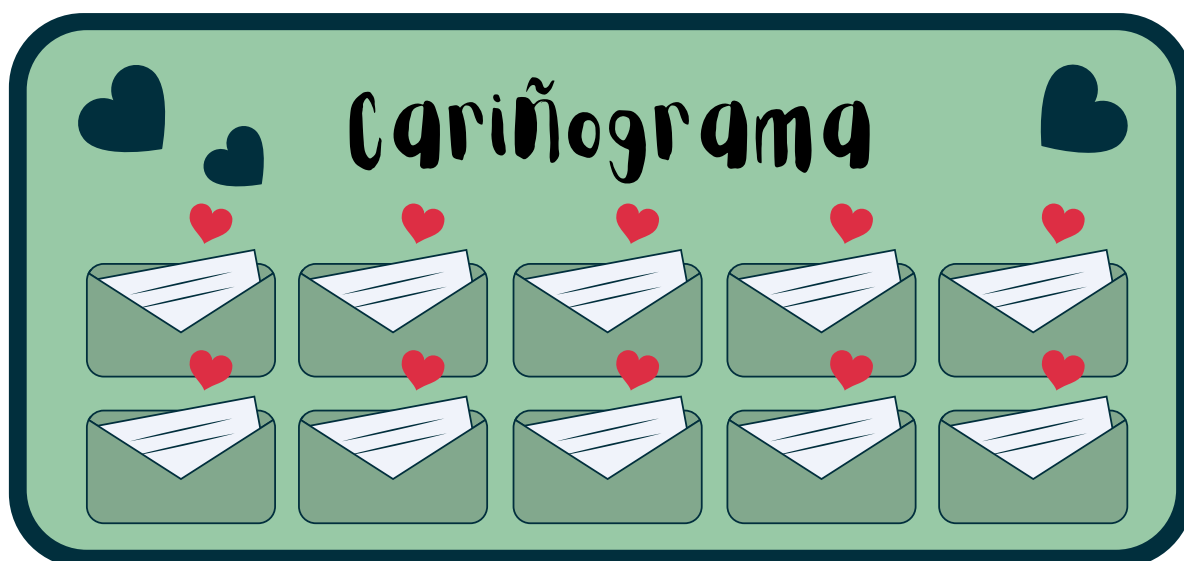
¿Cómo se pone en marcha?

Se puede elaborar de múltiples maneras, Una manera muy sencilla es que cada alumno/a coloque un sobre con su nombre sobre una cartulina, de manera ordenada. De tal forma que se puedan ver los nombres de todos/as y sus compañeros/as puedan dejar los mensajes dentro. Podrán hacerlo escribiendo su nombre o de manera anónima.

Al final de cada semana, tendrán que recoger sus mensajes y leerlos en voz alta para compartírselos con los compañeros/as, así como comentar cómo se sienten. Al finalizar, podrán guardar su mensaje en una ficha o pegarla en su cuaderno.

Para evitar que algún alumno/a se quede sin carta, se podrá realizar alguna actividad semanal para que se asigne a un compañero/a a cual tengan que escribir una carta. Por ejemplo, tienen que escribir a un alumno/a asignado durante esa semana.

Aunque se tenga a un compañero/a asignado, también se podrá utilizar de forma normalizada a voluntad del alumnado.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA MÁQUINA DE SONRISAS

¿Qué es?

Es un recurso que tiene como objetivo generar pensamientos positivos en los niños/as. Los beneficios que se persiguen son:

- Desarrollar estrategias para enseñar a identificar qué cosas les hacen sentir felices.
- Desarrollar hábitos de "gratitud" en el alumnado.
- Fomentar una actitud positiva frente a la actitud pesimista que a veces mantienen los menores.

¿Cómo se pone en marcha?

Para ello, el alumnado deberá elaborar un listado de cosas que les hacen sentir bien, especialmente en aquellos momentos que se encuentran más apesadumbrados. A continuación, se escriben a modo de nota y se doblan cuidadosamente para meterlos en una caja. Posteriormente se decora la caja con rotuladores, pinturas, materiales texturizados, gomaeva, papel celofán, materiales reciclados, etc.

Cada vez que un alumno/a se encuentre triste y necesite ser animado podrá ir a su caja y sacará uno de los papelitos. Igualmente, si ocurre en clase o en el patio algo divertido puede anotarlo e introducirlo en la caja para recordarlo en los momentos más difíciles.

Aplicación basada en la idea original de la Psicóloga Celia Rodríguez.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

BUZÓN DE SUGERENCIAS

¿Qué es?

Es un recurso válido para las etapas de Ed. Primaria y E.S.O. Permite que cada alumno/a sea parte activa en la organización y gestión de los tiempos, espacios y actividades del grupo-clase, pudiendo evaluar todas aquellas medidas puestas en marcha y proponer otras nuevas.

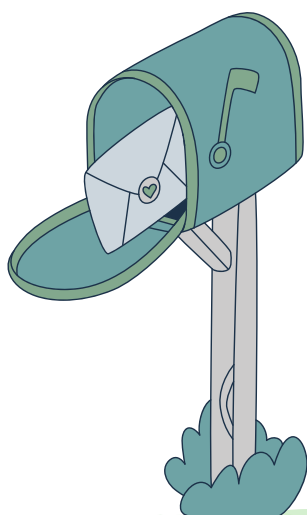
Hace hincapié en que el alumnado se exprese, especialmente en aquellos casos más reacios a hablar en público, así como la detección de posibles conflictos dentro del grupo, ya que ellos/as tienen una capacidad de observación que alcanza más allá de los espacios a los que los docentes podemos acceder.

¿Cómo se pone en marcha?

Nuestro buzón tendrá tres entradas:

- **Cosas que me gustaría cambiar:** En este espacio pueden añadir todo aquello que está siendo fuente de conflicto personal o para el grupo.
- **Cosas que me gustaría mejorar:** Este espacio permite la evaluación y/o las propuestas de mejora que nuestros alumnos/as consideren oportunas.
- **Cosas que me gustan/me hacen sentir bien:** Garantiza que el alumnado pueda expresar todas aquellas cosas positivas que estén teniendo lugar en el aula o en el centro.

El uso del recurso puede ser libre pero también se presta a utilizarse tras cuestiones planteadas por el profesorado y que luego darán lugar a reflexión y debate tras su lectura.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

COFRE DE LAS FELICITACIONES

¿Qué es?

Consiste en que el alumnado felicite a sus compañeros/as de una forma original y secreta, ya que se trata de una felicitación muy especial y anónima de alguien que lo/a aprecia.

El objetivo es que el alumnado empatice con su compañero/a, aprenda a reconocer un hecho positivo en otra persona y celebren los logros de los demás.

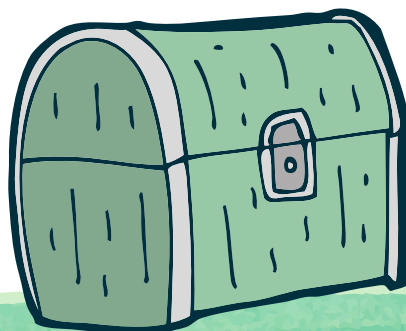
Las fases para su implementación son

- En primer lugar, el alumnado diseñará y creará un cofre que les represente como grupo de compañeros/as.
- Una vez elaborado, ocupará un espacio especial en el aula, ya que su uso va a tener un fin tan bonito como característico.
- En este mismo espacio debe haber también el papel de la felicitación a rellenar.
- En tercer lugar, se determinarán las normas de uso como el día de lectura de las felicitaciones, el encargado del papel, etc.

¿Cómo se pone en marcha?

- De forma voluntaria, cada alumno/a podrá ir al lugar donde se ha colocado el cofre y coger el papel destinado a redactar las felicitaciones, cuando considere que algún compañero/a merece ser felicitado.
- La felicitación es única e irrepetible, debe contener como mínimo, datos como a quién va dirigido, por qué merece ser felicitado y un agradecimiento.
- Una vez redactada, debe ser introducida en el cofre.

El día de lectura de las felicitaciones se le da al momento la importancia que merece y se valora igualmente a la persona secreta que ha redactado la felicitación por su solidaridad, como a la persona felicitada, por su progreso y mejora.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL DE AULA

ARTETERAPIA

¿Qué es?

Es una disciplina artística basada en conceptos psicológicos con la que trabajaremos la resolución de conflictos interpersonales e intrapersonales, la expresión emocional, el autoconcepto, la autoestima, etc.

Se centra en el proceso y no en el resultado. Cualquier proyecto llevado a cabo es válido. Se evitarán comparaciones, valoraciones o cualquier signo que pueda dañar la autoestima del alumnado.

Manualidades: A través de diferentes actividades y manualidades, podemos llevar a cabo ejercicios para trabajar la respiración y la concentración desde otras áreas curriculares. Ejemplo de ello son el molino de viento, que nos permite trabajar con los niños la respiración profunda, y también trabajar el ritmo respiratorio y la vuelta a la calma. Usando una cremallera que pegaremos en una superficie dura, subiremos y bajaremos la cremallera al ritmo de la respiración para hacernos conscientes de la velocidad de la misma y aprender a reducirla para calmarnos.

Mandalas: Colorear mandalas nos da la oportunidad de trabajar nuestros niveles de atención y de conseguir un mayor estado de relajación. Colorear estos dibujos geométricos nos ayuda a disminuir el estrés, conseguir un estado de calma, centrarnos en el aquí y ahora y, sobre todo, conectar con nosotros mismos.

Manchas: Podemos trabajar también la respiración y la concentración a través del dibujo con manchas. Podemos hacerlos de diferentes manera, soplando pintura líquida con pajitas, doblando papeles, con tinta invisible...

Papiroflexia/Origami: Es un arte que consiste en el plegado de papel sin usar tijeras ni pegamento para obtener figuras de formas variadas. La papiroflexia ejercita la concentración y la atención, mantiene activa la inteligencia y ayuda a desarrollar la memoria.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA MUSICOTERAPIA

¿Qué es?

Es una herramienta basada en la utilización de la música y sus elementos (sonidos, melodías, ritmos, letras) con el fin de facilitar y promover la comunicación, la expresión, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento... cubriendo diferentes necesidades (físicas, emocionales, sociales e intelectuales) que presentan los niños/as.

La música es un medio de expresión y comunicación que tiene un efecto motivacional y emocional en el alumnado, por tanto, supone un elemento a tener en cuenta en la modificación conductual de los discentes, ya que produce un efecto calmante o estimulante. Además, estimula la creatividad, la concentración, el pensamiento, el lenguaje...

Algunas de las actividades y beneficios son

- **A nivel cognitivo:** aumenta la capacidad de aprendizaje, mejora la orientación, aumenta de la capacidad de atención y concentración y estimula la comunicación y el lenguaje y mejora de las funciones ejecutivas.

Musicograma: desarrolla la atención, la coordinación, la planificación. Ayuda a canalizar el nerviosismo.

<https://www.youtube.com/watch?v=MWbzRP5gJw4>

- **A nivel físico:** mantenimiento de la movilidad de las articulaciones y fuerza de la musculatura, relajación y disminución de los niveles de ansiedad.

Música y movimiento: un ejemplo de ello sería el juego de "Estatuas". El principal beneficio de estos juegos es crear un ambiente distendido y alegre, así como quemar el exceso de energía.

- **A nivel socioemocional:** aumento de las interacciones sociales, mejora de las habilidades sociales y la autoestima, previene el aislamiento.

Abrazos musicales: ideal como medio de expresión emocional. Un ejemplo sería abrazar a un compañero/a cuando pare la música. Ayuda a identificar a aquellos niños/as que puedan estar más aislados del grupo así como a su integración en el mismo.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL DE AULA
SESIONES DE RELAJACIÓN

IMAGINACIÓN GUIADA

¿Qué es?

Consiste en que, a través de la imaginación, los niños/as se trasladen a un lugar agradable donde puedan relajarse, mientras respiran profundamente.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se sientan cómodamente en sus sillas o en el suelo.
 - Se pone música relajante y se baja la intensidad de las luces.
 - Los alumnos/as respiran profundamente por la nariz y cierran los ojos.
1. Comenzamos describiendo la propia respiración. Con frases como:
 - Respiramos profundamente por la nariz.
 - Llenamos los pulmones como si fuera un globo.
 - Soltamos el aire lentamente.
 - Cada vez que soltamos aire, nos sentimos más relajados.
 2. Continuamos describiendo las escenas y sensaciones. Por ejemplo:
 - Nos trasladaremos a un lugar muy agradable en 3, 2, 1...
 - Estamos en un prado enorme y bonito, lleno de flores preciosas y pájaros cantando. Nos sentamos a la sombra de un árbol.
 - Podemos sentir la hierba acariciando nuestra piel.
 - Una preciosa mariposa azul revolotea por el cielo, posándose de flor en flor. Se posa en nuestra mano y comienza a andar por el brazo. Notamos cómo nos hace cosquillas mientras camina.
 - Nos sentimos muy tranquilos y seguimos respirando lentamente.
 - Notamos cómo una hoja de árbol se desprende de una rama y va cayendo lentamente, de izquierda a derecha, dirigiéndose hacia nosotros. Cuando se posa en nuestra cabeza nos sentiremos más relajados aún. 3, 2, 1... nos sentimos muy relajados.
 3. Se seguirán añadiendo escenas tales como: una cascada, pájaros, cielo azul, hormigas, el sol que calienta, la brisa entre los dedos de los pies, etc.
 4. Cuando queramos terminar:
 - Cuando cuente hasta 3, abriremos los ojos y nos mantendremos en silencio conservando el estado de calma actual... 1, 2, 3.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

RELAJACIÓN PROGRESIVA

¿Qué es?

La relajación progresiva de Jacobson consiste en la tensión – relajación de diferentes grupos musculares, con la finalidad de reconocer cuándo están en un estado de tensión muscular cuando se encuentren nerviosos y poder relajarlos voluntariamente.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se sientan cómodamente en sus sillas.
- Les vamos guiando en la sesión tal y como se expone a continuación, usando un tono y un ritmo de voz que acompañen al estado de relajación.

Relajación progresiva

1. Tensión – Relajación: tensamos los grupos musculares unos segundos para luego relajarlos el triple de tiempo que han estado tensos. Empezaremos desde los más distales (brazos y piernas), continuaremos con el pecho y abdomen y finalizaremos con el cuello, la cabeza y la cara. Cada uno se repetirá tres veces.
2. Repaso: hacemos un repaso de cada una de las partes del cuerpo que hemos tensionado y las volvemos a relajar aún más.
3. Relajación: cuando se dominan las dos primeras fases, podemos realizar la secuencia completa, pero sin aplicar la tensión previa, solamente relajación.

Método de Koeppen

Añaden escenas guiadas para que los niños imaginen situaciones en las que tienen que aplicar la tensión de cada uno de los grupos musculares:

- Para tensar las manos: se les dice que tienen que exprimir limones.
- Para los brazos: tienen que estirarse como si fueran un gato.
- Para las piernas: se les dice que tienen que hundir los pies en barro.
- Para los hombros: tienen que esconderse como una tortuga, llevando los hombros hasta las orejas.
- Para el abdomen: un elefante les va a pisar y deben tensarlo fuertemente.
- Para la boca: tienen que masticar un chicle muy duro.
- Para la cara: una mosca se ha posado en sus narices y tienen que espantarla sin usar las manos.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

MINDFULNESS: ESCANEO CORPORAL

¿Qué es?

El Mindfulness es un método para conseguir la atención plena, a través de la focalización de la atención en el momento presente y aceptarlo tal cual, sin juzgarlo. El "Escaneo corporal" consiste en tomar plena atención a las sensaciones corporales.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se sientan o se tumban cómodamente.
- Les vamos guiando en la sesión tal y como se expone a continuación, usando un tono y un ritmo de voz que acompañen al estado de relajación

Escaneo Corporal

1. Prestamos atención a las sensaciones que sentimos en cada una de las partes de nuestro cuerpo, sin juzgarlo ni intentar cambiarlo, solamente prestar atención.
2. Empezamos por los pies y terminamos por la cabeza, dejando un tiempo para cada uno de ellos, por ejemplo:
 - Comenzamos sintiendo los dedos de los pies, moviéndonos mentalmente por todo el pie: planta, talón, tobillos... ¿están tensos? ¿relajados?
 - Continuamos hasta llegar a los gemelos, rodillas, muslos, ... Tomamos consciencia de su estado: si sentimos hormigueo, dolor, calor, frío ...
 - Seguimos subiendo por la pelvis y el abdomen, notamos cómo se mueve por la respiración y los latidos. Continuamos por la espalda, el pecho...
 - Tomamos conciencia de las manos, brazos, hombros y cuello.
 - Finalmente llegamos al rostro: mandíbula, boca, lengua, dientes, orejas, nariz, ojos, sienes, cejas, frente...
3. Podemos hacer la sesión más larga (parándonos en los detalles, visualizando cada parte del cuerpo), o más corta (visualizando solamente las partes del cuerpo más importantes) dependiendo de lo que nos interese.
4. Cuando terminemos la sesión, abriremos los ojos lentamente e intentaremos mantener el estado de calma. Podemos hacer varias respiraciones profundas antes de activarnos, estirarnos como si acabáramos de despertarnos, bostezar, etc.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

MINDFULNESS: LOS CINCO SENTIDOS

¿Qué es?

Es un método para conseguir la atención plena, a través de la focalización de la atención en el momento presente y aceptarlo tal cual, sin juzgarlo. La técnica de "Los cinco sentidos" consiste en tomar plena atención de los sentidos.

Los cinco sentidos

1. Realizamos respiraciones profundas y prestamos atención a la misma.
2. Prestamos atención a cada una de las sensaciones que nos provocan los sentidos:
 - La vista: abrimos los ojos y observamos en silencio un cuadro, fotografía, paisaje. Centramos la atención en los colores, las formas, luces y sombras, etc.; recorremos la imagen de izquierda a derecha y de arriba a abajo, nos centramos en los detalles. También podemos mirar hacia la llama de una vela o un caleidoscopio y centrarnos en su movimiento.
 - El oído: cerramos los ojos y dirigimos la atención a los sonidos. Podemos hacerlo con música y centrarnos en los instrumentos que aparecen o hacerlo sin ella y prestar atención a todos los sonidos de nuestro alrededor.
 - El olfato: nos acercamos a la nariz perfumes o plantas aromáticas como el romero, tomillo u orégano, para concentrarnos en su olor y las diferencias.
 - El gusto: primero pasamos la lengua por los dientes y el paladar para sentir si hay algún sabor en nuestra boca. Después nos metemos un caramelo o una onza de chocolate y la saboreamos lentamente, centrándonos en los sabores.
 - El tacto: nos centramos en las sensaciones que nos provoca todo lo que esté tocando nuestra piel (la ropa, la silla). Después cogemos un objeto que tengamos preparado y lo exploramos con el tacto, sentimos la temperatura, la textura (lisa, rugosa, uniforme, irregular), el peso, la forma, la dureza, etc.
3. Cuando terminemos la sesión, hacemos varias respiraciones profundas antes de activarnos, intentando mantener el silencio y el estado de calma.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

MINDFULNESS: LA RESPIRACIÓN CONSCIENTE

¿Qué es?

Es un método para conseguir la atención plena, a través de la focalización de la atención en el momento presente y aceptarlo tal cual, sin juzgarlo. La "Respiración consciente" consiste en tomar plena atención de nuestra respiración.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se sientan o se tumban cómodamente.
- Les vamos guiando en la sesión tal y como se expone a continuación, usando un tono y un ritmo de voz que acompañen al estado de relajación

Respiración consciente

1. Realizamos varias respiraciones profundas y prestamos atención a la misma:
 - En cómo el aire entra y sale por la nariz.
 - En el tiempo que dedicamos a la inspiración y la espiración (esta última deberá ser más larga que la primera).
 - En la temperatura a la que entra el aire y a la que sale.
 - En la intensidad del flujo de aire.
 - Cada vez que espiramos nos sentimos más relajados, menos pesados.
 - Podemos imaginar el abdomen como un globo que se hincha y se deshinch.
 - Podemos espirar por la boca, haciendo como si sopláramos una vela, pero con una intensidad que no llegara a apagarla.
 - Si durante la relajación dejamos de prestar atención a la respiración, debemos reconducir de nuevo la atención a ella.
2. Ponemos una mano en el pecho y otra en el abdomen.
 - Nos centramos en el movimiento de las manos.
 - Observamos hacia qué dirección se mueven tus manos, intentando que la mano del abdomen sea la que más se mueva.
3. Cuando terminemos la sesión, podemos estirarnos como si acabáramos de despertarnos, intentando mantener el silencio y el estado de calma.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

RELAJACIÓN POR PAREJAS

¿Qué es?

Es una práctica de relajación compartida. De esta manera, aumenta la motivación de los discentes y pueden permanecer más tiempo haciéndola.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se colocan por parejas.
- Por turnos, cada miembro de la pareja ayuda al otro a relajarse.

Masajes y caricias

- Uno de los miembros se sienta en su silla cómodamente y cierra los ojos, puede abrazarse a un peluche, a su abrigo o a su mochila si le apetece.
- El otro miembro puede hacerle un masaje en los hombros y brazos o acariciarle el pelo y la cara con cuidado.
- Se puede utilizar pelotas pequeñas para hacer el masaje o una pluma para hacer caricias por los brazos y la nuca.
- El miembro que recibe el masaje debe prestar atención a las sensaciones que le produce.
- Pasados unos minutos, se dejará un tiempo para descansar y prestar atención a las sensaciones del cuerpo. Después, se intercambiarán los roles.

Silueta corporal

- Uno de los miembros se tumba boca arriba cómodamente en una colchoneta, separando los brazos y piernas del cuerpo y cerrando los ojos.
- Se coloca una pelota en el suelo, al lado de la persona que está tumbada, tocando su pie izquierdo.
- La persona que da el masaje debe ir rodando lentamente la pelota desde el pie siguiendo el contorno del cuerpo del compañero, en dirección a la cabeza, hasta volver a la posición inicial.
- Mientras realizan la actividad, deberán imaginar la silueta que está dibujando el recorrido de la pelota.
- La pelota estará apoyada en el suelo en todo momento, moviéndose y manteniendo el contacto también con el compañero que está tumbado.
- Cuando se haya completado el recorrido, se dejará un tiempo para descansar y prestar atención a las sensaciones del cuerpo. Después, se intercambiarán los roles.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA SESIONES DE RELAJACIÓN

RELAJACIÓN AUTÓGENA

¿Qué es?

El método de relajación autógena de Schultz consiste en repetir una serie de frases con el fin de conseguir la relajación a través de la autosugestión, por lo que persigue que pueda realizarse de manera autónoma con el entrenamiento adecuado.

¿Cómo se pone en marcha?

- Los alumnos/as se sientan o se tumban cómodamente.
- Se pone música relajante y se baja la intensidad de las luces.
- Los alumnos respiran profundamente por la nariz y cierran los ojos.
- Repetimos las siguientes frases varias veces cada una antes de pasar a la siguiente y pedimos a los alumnos que se concentren en ellas y se las repitan a sí mismos.
- Dejamos un silencio de unos 10 segundos entre frase y frase, usando un tono y un ritmo de voz que acompañen al estado de relajación.
- Se pueden hacer piernas y brazos por separado (izquierdo y derecho).

Relajación autógena

1. Nos repetimos varias veces: "me siento tranquilo", "me siento en paz".
2. El peso: "mis brazos se vuelven muy pesados", "cada vez están más relajadas". Seguimos con las piernas, espalda, abdomen, pecho, hombros y cuello.
3. El calor: "siento un gran calor en los brazos", "el calor me relaja profundamente", "siento mis brazos calientes y pesados", "siento un calor que recorre todo el brazo". Seguimos por el resto de partes del cuerpo.
4. Los latidos del corazón: "mi corazón late en paz", "mi corazón late a un ritmo tranquilo". "Me siento tranquilo".
5. La respiración: "mi respiración está en calma", "mi respiración está tranquila". "Me siento tranquilo".
6. Mente: "mi mente está en paz", "siento frescor agradable en mi frente", "el agua fresca en mi frente me relaja la mente", "siento la lluvia en mi frente". "Me siento tranquilo".
7. Volver a la activación: debemos hacerla lentamente, dejamos unos minutos para disfrutar del estado de relajación y poco a poco vamos activándonos. Empezamos haciendo tres respiraciones profundas y movemos lentamente los dedos y las extremidades para finalmente abrir los ojos.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL DE AULA YOGA

¿Qué es?

La práctica regular del yoga aporta a los niños/as ventajas tanto físicas como emocionales. Así, cuando se integran estas técnicas se aprende a permanecer en espacios internos donde sentir la respiración y recuperar la calma, y desde ahí abrir la mente y el corazón hacia una respuesta menos condicionada y más auténtica.

Algunos de los objetivos que se pretenden son

- Favorecer el desarrollo socioemocional.
- Ofrecer estrategias y herramientas de desarrollo personal para la vida.
- Promover un cambio cognitivo y emocional.
- Generar vínculos afectivos en alumnos/as.

Algunos de los beneficios son

- Favorecer la escucha consciente.
- Soltar emociones almacenadas.
- Oxigenar el cerebro preparándolo para aprender y comprender.
- Es el mayor entrenamiento de atención plena y de concentración ya que se entrena a través de prestar atención a todos los movimientos del propio cuerpo.
- Aumentar las hormonas del placer, optimismo y bienestar en el cerebro (oxitocina y serotonina).
- Optimizar la materia gris en el cerebro (lo que conecta ambos hemisferios).
- Mejorar el autoconocimiento de la persona favoreciendo el desarrollo socioemocional.
- Aumentar la autoestima.



A NIVEL INDIVIDUAL



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

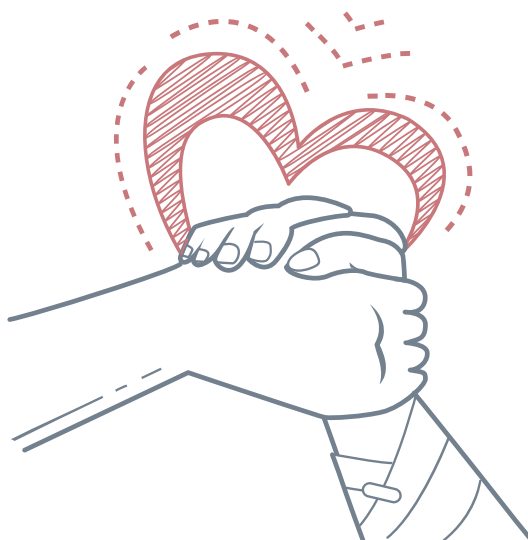
SESIÓN DE ACOGIDA TRAS LA EXPULSIÓN

¿Para qué realizar una sesión de acogida con este alumnado?

En muchas ocasiones, tras una escalada conductual, el alumnado vuelve al centro educativo, descolocado, invadido por muchas emociones negativas como: miedo, vergüenza, tristeza, rabia...

Por ello, es importante que el discente no entre directamente en el aula como si nada hubiese pasado, sino que se trabaje una sesión de acogida por el maestro/a de PT u otra persona de referencia para este alumno/a.

Para ello, pueden realizarse actividades o dinámicas para conocer la actitud del alumnado y que sepa que desde el centro educativo no hay emociones de rechazo hacia él/ella, sino que estamos allí para ayudarlo/a y que entre todos/as establezcamos un buen vínculo entre el niño/a-centro educativo.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

ECONOMÍA DE FICHAS

¿Qué es?

Es una técnica para fomentar, entrenar e instaurar conductas deseables y positivas.

¿Cómo se pone en marcha?

La aplicación efectiva de un programa de economía de fichas requiere dos fases:

- Fase de implantación:
 - Se seleccionarán los reforzadores-objetivo
 - Se elegirá el tipo de fichas más apropiadas para cada grupo y/o niño/a., debido a sus intereses, edad...
 - Se especificará el número de estímulos necesarios para conseguir el objetivo
 - Se elaborará un registro para poder contabilizar los puntos ganados o canjeados
- Fase de desvanecimiento: después de implementar el sistema de economía de fichas se tiene que proceder a la retirada gradual del mismo. Esto debe realizarse cuando las conductas que queríamos fomentar se producen de manera habitual en el alumno/a. Para conseguir retirar y desvanecer la técnica se pueden aplicar diversas estrategias:
 - Aumentar el tiempo entre las entregas de puntos
 - Incrementar el criterio para la obtención de puntos
 - Aumentar el número de puntos necesario para ganar los reforzadores

Los cambios deben explicarse de manera sencilla y concreta al alumnado. Un ejemplo de explicación, vinculándola con los videojuegos, puede ser: "ya has superado la fase uno, y cada vez es más complicado ir subiendo de nivel, por eso tienes que hacerlo cada vez mejor e ir superándote a ti mismo"

Consideraciones a tener en cuenta

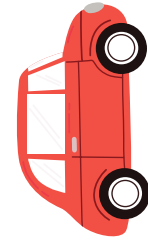
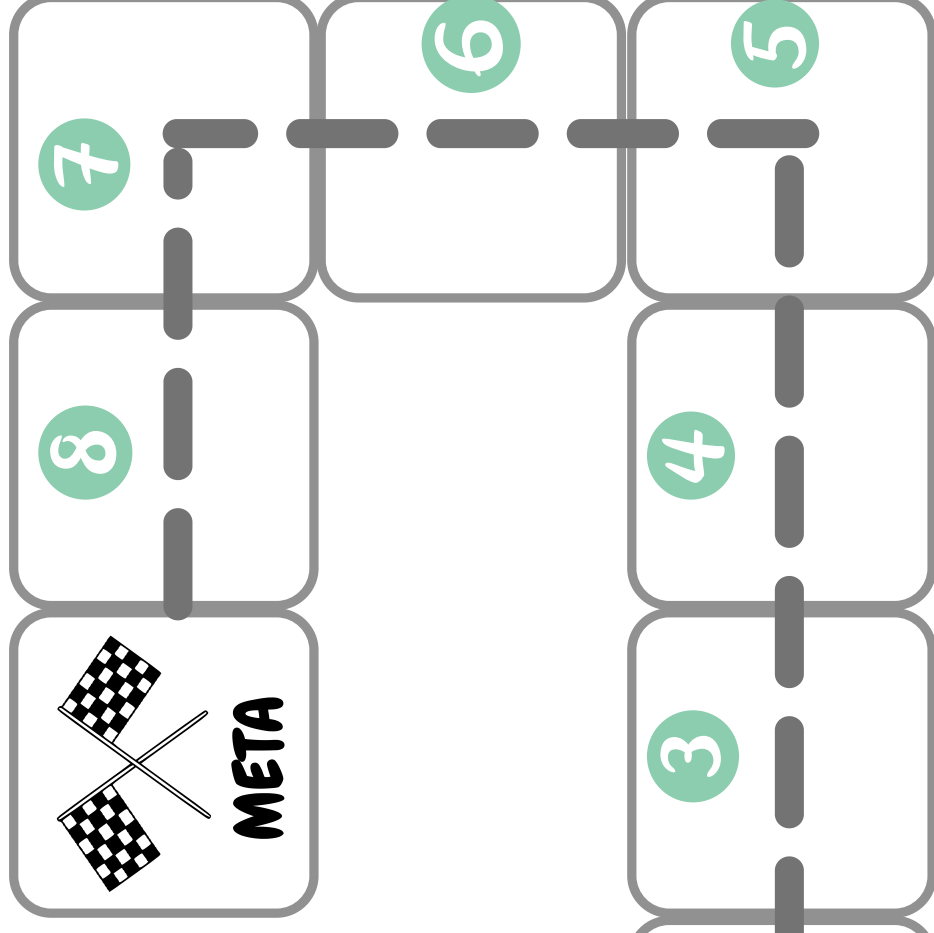
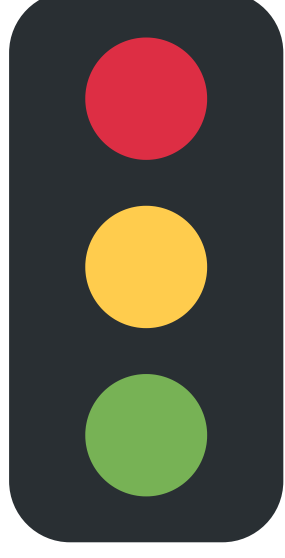
- Es fundamental que las metas, el número de puntos para conseguir el premio, hayan sido tratados antes, para que el alumno sepa qué se espera de él/ella.
- Establecer los objetivos en función de la edad y el discente.



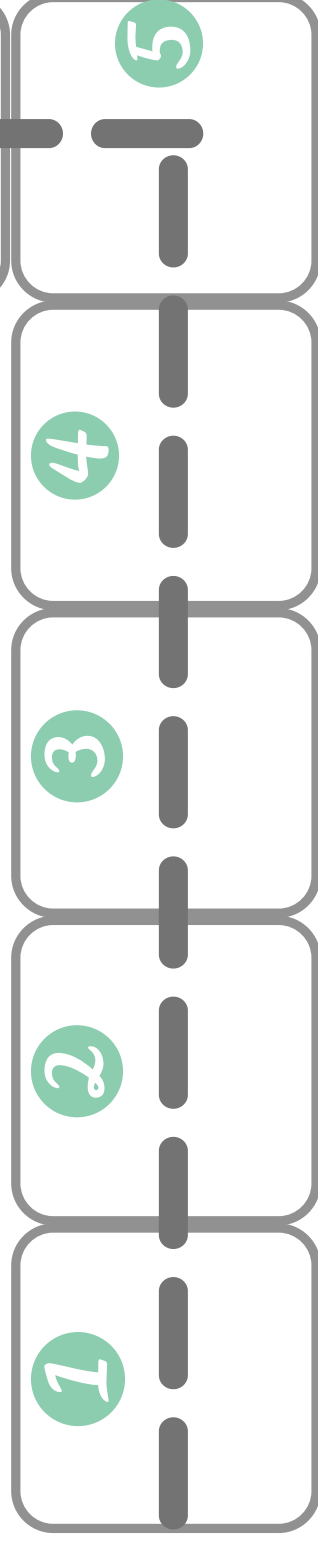
ECONOMÍA DE FICHAS

Normas	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	Total

EJEMPLO ECONOMÍA DE FICHAS INFANTIL



SALIDA



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

AUTOINSTRUCCIONES

¿Qué son?

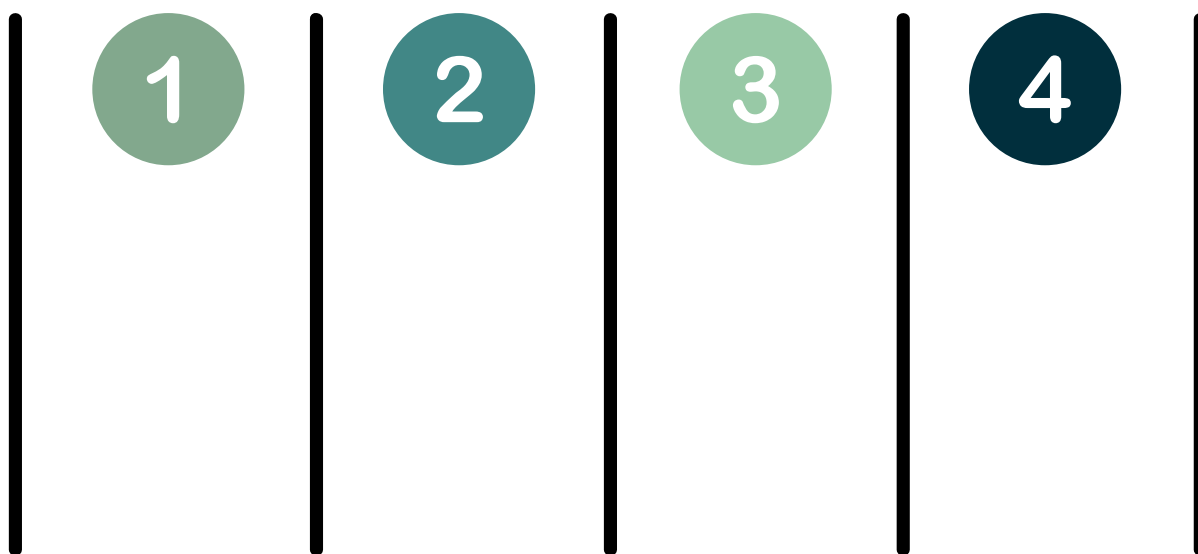
Consiste en el entrenamiento del pensamiento interno para procurar organizar y regular la conducta, tratando de que la reacción deje de ser impulsiva (Meinchembaum 1977).

¿Cuál es su objetivo?

Que el alumnado aprenda a resolver una tarea de forma pautada y organizada, conociendo los pasos a seguir para llegar al fin de la actividad sin dejarse llevar por la impulsividad del momento. Además, también busca la confianza en sí mismo/a y por tanto, mejorar de manera indirecta su autoconcepto.

Fases:

1. **Modelado cognitivo:** El docente realiza la tarea diciendo en voz alta los pasos que debe seguir para ejecutar la tarea. El alumno/a atiende, observa y escucha.
2. **Modelado cognitivo participante:** El docente ayuda al alumno/a a hacer la tarea explicando los pasos en voz alta.
3. **Autoinstrucciones en voz alta:** El alumno/a realiza la tarea él solo verbalizando los pasos que va dando en voz alta.
4. **Autoinstrucciones en voz baja:** El alumno/a realiza la tarea él solo verbalizando los pasos que va dando en voz interna.
5. **Comprobación del resultado y autoelogio.** El niño/a comprueba que ha hecho la tarea correctamente y se felicita por ello. En caso negativo hace las rectificaciones necesarias hasta que el resultado sea el adecuado.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
AUTOINSTRUCCIONES

TARJETAS DE
AUTOINSTRUCCIONES



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

CAJA DE LA CALMA

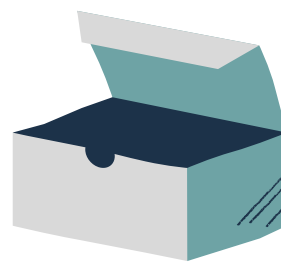
¿Qué es?

Es un recurso en el cual introduciremos objetos, juegos, actividades y consejos que ayudan a los niños y niñas a estar en calma, sentir su respiración, reducir el estrés, desarrollar la atención y concentración y conseguir regular sus emociones.

¿Qué necesitamos para nuestra caja?

Dentro de nuestra caja introduciremos objetos que ayuden al niño/a a regular su emoción y su conducta. Serán objetos de su interés que podrán modificarse según las necesidades. Algunos ejemplos son:

- Caleidoscopio
- Bote Montessori de la calma
- Pelota antiestrés
- Mandalas para colorear
- Pizarra
- Diario
- Plumas
- Tarjetas de actividades para volver a la calma



¿Cómo se pone en marcha?

Presentaremos este recurso como algo creado por y para el niño/a. Podrá hacer uso de ella cuando se encuentre nervioso, tenso, alterado... pero siempre como medida preventiva a un estallido.

- Será beneficioso si colabora con la decoración de la caja o creando los materiales que pondremos en su interior.
- Es importante que comprenda que es un recurso que está para ayudarlo y que por ello tiene que respetar.
- Cuando observemos que el alumno/a se está empezando a desregular le recordaremos que puede hacer uso de este recurso para volver a la calma.

Recomendaciones

- No obligaremos al niño/a a usar el recurso, puesto que causaría rechazo.
- Cuando use el recurso satisfactoriamente se le felicita.
- No se usará el recurso como excusa para no trabajar.

Beber agua



Cerrar los ojos



Construir con bloques



Tumbarme



Dibujar o colorear



Escuchar música
tranquila



Hacer un puzzle



Yoga



Quedarme en un sitio
tranquilo



Apretar la pelota
anti-estrés



Leer



Dar un abrazo



Pintar



Respirar hondo
cinco veces



Correr



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

CAJA DE LA RABIA

¿Qué es?

Es una herramienta dirigida a prevenir rabietas o "estallidos" conductuales en alumnado de Ed. Infantil o 1º ciclo de Ed. Primaria. Para entrenar en el uso de este recurso utilizaremos el cuento "Vaya rabieta" de Mireille D'Allancé.

La historia trata sobre Roberto, un niño que expresa su enfado con una gran rabieta. En el cuento, la rabieta es un gran monstruo que sale del niño y que destruye todo lo que encuentra a su paso. Cuando Roberto se da cuenta del daño que está provocando decide arreglar todo lo que destruyó. Así, a medida que va arreglando las cosas el monstruo se va haciendo cada vez más y más pequeño hasta que es tan pequeñito que Roberto lo encierra dentro de una caja.

Esta técnica se usa para hacer conscientes a los niños/as de sus propias emociones y aprender a regularlas.

¿Cómo se pone en marcha?

Cada vez que el niño/a tiene una rabieta o se siente frustrado debe plasmar su enfado en un dibujo libre, una estrategia que le permitirá canalizar sus emociones, relajar las tensiones acumuladas y aliviar la frustración.

Al terminar, se le puede pedir que le haga "manos" y "pies" a su dibujo para que personalice a su monstruo de la rabia, lo cual añadirá diversión al ejercicio. A continuación, se arruga el papel, y con él, al personaje, y se deposita en una caja con tapa para que su monstruo de la rabia no vuelva a salir.

Algunos de los beneficios son

Que el niño/a aprenda a controlar las emociones de forma sencilla. Esta simple estrategia le ayudará a redirigir su enfado hacia emociones más agradables, a la vez que le enseñará a controlar sus arranques de ira o agresividad.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

¿Qué es?

Se trata de la creación de una habilidad específica que antes no se ha tenido o se practicaba de manera errónea hasta que forme parte del repertorio de habilidades del alumnado a partir de diferentes técnicas como:

- **Instrucción verbal:** Consiste en explicar una habilidad y su relevancia en el día a día a partir del diálogo.
- **Modelado:** Consiste en llevar a cabo la habilidad delante del alumnado, para que pueda observar cómo realizarla de forma competente. Además, se debe presentar una consecuencia positiva en el momento como reforzamiento.
- **Ensayo error:** Consiste en realizar una y otra vez la habilidad y que sea reforzada o no en ese mismo instante hasta que sea correcta.
- **Moldeado:** Está muy ligada a la técnica de ensayo error ya que consiste en ir dando pautas mientras se ensaya para mejorar la habilidad.
- **Retroalimentación:** Consiste en informar al alumnado de cómo lleva a cabo una habilidad para perfeccionarla en el instante en el que la realiza.
- **Reforzamiento positivo:** Consiste en dar un apoyo positivo en el mismo instante en el que se defiende correctamente la habilidad. Pueden ser verbales o materiales y deben tener un significado para el alumno/a.
- **Mantenimiento y generalización:** Consiste en mantener en el tiempo y generalizar a otros contextos los pequeños cambios que se vayan consiguiendo en el entrenamiento de una habilidad.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL DIARIO EMOCIONAL

¿Qué es?

Se trata de un documento, cuaderno o app, que permite registrar todas aquellas situaciones que hayan provocado un cambio importante en el estado emocional del alumno/a.

Algunos de los beneficios son

- Potencia el conocimiento de las propias emociones.
- Mejora en la gestión emocional.
- Aumenta la seguridad y la confianza en uno mismo/a.
- Fortalece la autoestima.
- Reduce el estrés, la ansiedad y el miedo.
- Mejora la resolución de conflictos.
- Crea un espacio seguro para expresar lo que se siente.



Procedimiento:

Cada noche, no necesariamente antes de dormir, el niño/a debe hacer un balance de cómo ha ido el día, haciendo especial hincapié en buscar aquello que ha generado una alteración en sus emociones tanto positivas como negativas. Para ello, debe seguir un orden cronológico.

Una vez llevado a cabo el registro se procederá a valorar si las respuestas fueron adecuadas o no. En caso de no ser adecuadas se podría plantear cómo se podría haber actuado mejor.

Los modelos de diario varían dependiendo del grupo de edad al que vaya dirigido. Se puede hacer un modelo casero, comprar un modelo comercializado o bien hacerlo a través de alguna app. Aquí se muestran varios ejemplos:

[Modelo de diario emocional 1](#)

[Modelo de diario emocional 2](#)

[Happy self journal](#)

[App Motius](#)

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
DIARIO EMOCIONAL

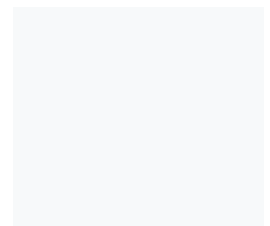
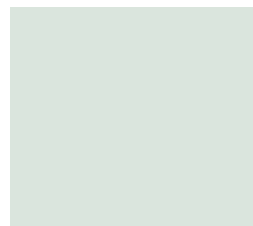
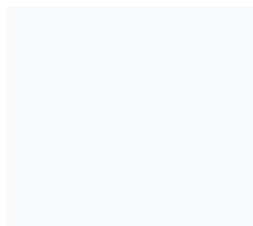
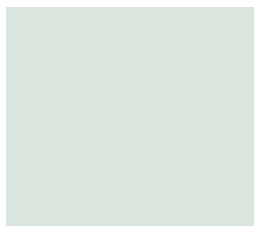
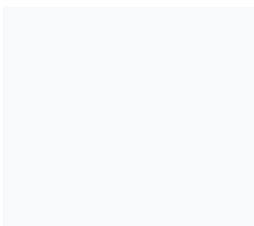
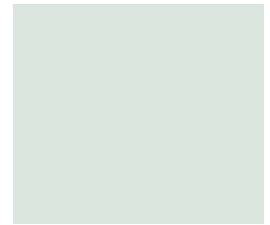
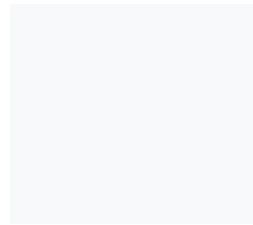
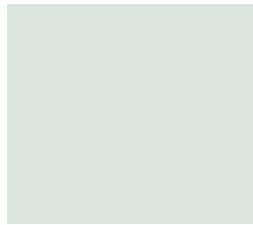
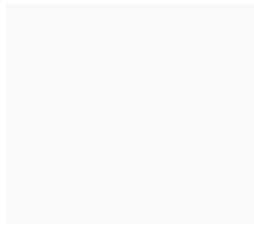
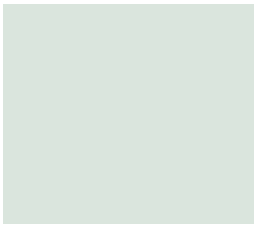
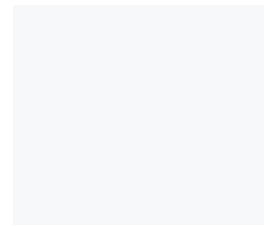
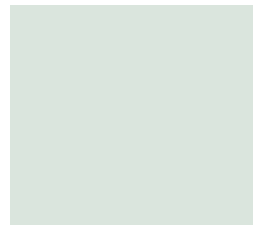
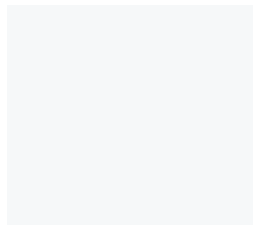
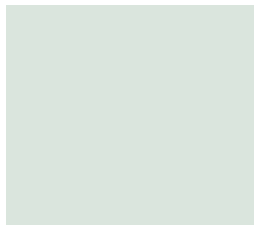
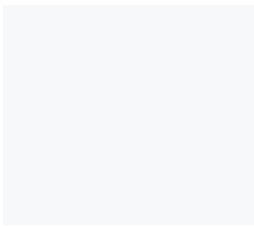
L

M

X

J

V



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
CUADERNO DE LOS CONFLICTOS

¿Qué es?

En muchas ocasiones, a algunos alumnos/as les cuesta reflexionar sobre lo ocurrido tras una escalada conductual. Por ello, representar la situación a través de dibujos y secuenciarla como si fuera un comic, puede ser de gran ayuda para poder visualizar la situación desde fuera y poder encontrar alternativas para actuar la próxima vez.

Al realizar esta actividad el niño/a reflexionará sobre lo que pasó y nos puede servir a los docentes para identificar los antecedentes de la conducta.

A continuación se añade un ejemplo de una hoja del cuaderno.

¿Qué ha ocurrido?	
1	2
3	4
¿Qué podrías hacer la próxima vez?	

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
CUADERNO DE LOS CONFLICTOS

Ficha de reflexión

1. ¿Qué te llevó a enfadarte?

2. ¿Qué hiciste?

3. ¿Qué consecuencias tuvo?

4. ¿Cómo te sentiste tú y cómo crees que se sintieron los demás?

5. ¿Qué deberías haber hecho?

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

TARJETA DE DESCANSO

¿Qué es?

Consiste en otorgar un número de "tarjetas de descanso" a un alumno/a que tenga dificultades para gestionar su nivel de ansiedad, y podrá hacer uso de ellas cada vez que se encuentre muy nervioso y necesite volver a la calma.

Cada una de estas tarjetas le dará derecho a estar un tiempo determinado en el "rincón de la calma" o cualquier otro lugar que se pacte previamente (al aula de un profesor, el despacho del director, etc.) con el fin de que aproveche ese tiempo para calmarse.

Con esta medida se pretende que el discente se haga responsable de su conducta y sea capaz de darse cuenta de cuándo necesita un tiempo para volver a la calma de forma autónoma.

¿Cómo se pone en marcha?

Se le darán entre 1 y 3 tarjetas para que guarde y se responsabilice de ellas. Si pierde alguna deberá pasar un tiempo hasta que se le dé otra.

Se establecerá el lugar donde puede ir, quién será el adulto responsable de él cuando las utilice y qué actividades podrá hacer para volver a la calma.

Podrá utilizar al día el número de tarjetas que se le facilite (se podrá empezar por tres e ir reduciendo poco a poco). Si utiliza menos, no se acumularán al día siguiente.

Cuando el alumno/a utilice una de sus tarjetas, no se deberá insistir en que se quede, ni preguntar por qué está nervioso. Simplemente salir sin darle importancia para que vaya aliviando su tensión.

Cuando se intuya que el alumno/a utiliza las tarjetas de una manera inadecuada, por ejemplo, para evitar hacer alguna actividad o un examen, se le recordará la importancia de las mismas y la responsabilidad que conlleva su uso.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
TARJETAS DE DESCANSO: CONTRATO DE USO

El Centro _____, concede al alumno _____, del curso ____ un total de tres tarjetas de descanso.

Estas tarjetas se podrán utilizar en cualquier momento de la jornada escolar y permitirá al alumno salir del aula, acompañado de un/a maestro/a, para realizar actividades que le relajen, le permitan volver al aula en un estado de calma y continuar con su trabajo.

Normas de funcionamiento:

Se podrán utilizar ÚNICA y EXCLUSIVAMENTE cuando el alumno se encuentre nervioso. Queda PROHIBIDO utilizarlas para evitar trabajar.

El uso de estas tarjetas conlleva una RESPONSABILIDAD por parte del alumno, ya que debe reconocer cuándo se encuentra nervioso y buscar la calma. Es por ello que se valorará su buen uso por parte del profesorado.

Para poder usarlas, el alumno deberá entregar la tarjeta a la maestra y ésta le dirá con quién tiene que ir. El alumno buscará a esa persona y estará con ella realizando una de las siguientes actividades:

- _____
- _____
- _____
- _____

Una vez transcurridos los 10 minutos, el alumno volverá a su aula a continuar con el trabajo que estuviera haciendo.

Yo, _____ me comprometo a hacer buen uso de las tarjetas y seguir las normas de funcionamiento.

Firmas

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

TERMÓMETRO AUTOGESTIÓN EMOCIONAL

Es fundamental que enseñemos poco a poco al alumnado a ir conociéndose a sí mismo y que puedan reconocer en qué nivel de activación se encuentran. Por ello, a lo largo de la jornada escolar podemos dedicar varios momentos para que el niño pare y se observe. Esto, poco a poco, le va a permitir conocerse a sí mismo, y a través de diferentes estrategias que le podemos enseñar, poder pasar de un nivel a otro de activación de manera consciente.

Esta actividad podemos hacerla a nivel individual, así como a nivel de aula. A todos los alumnos/as, incluso a los adultos, nos viene bien mirarnos y escucharnos por un momento.

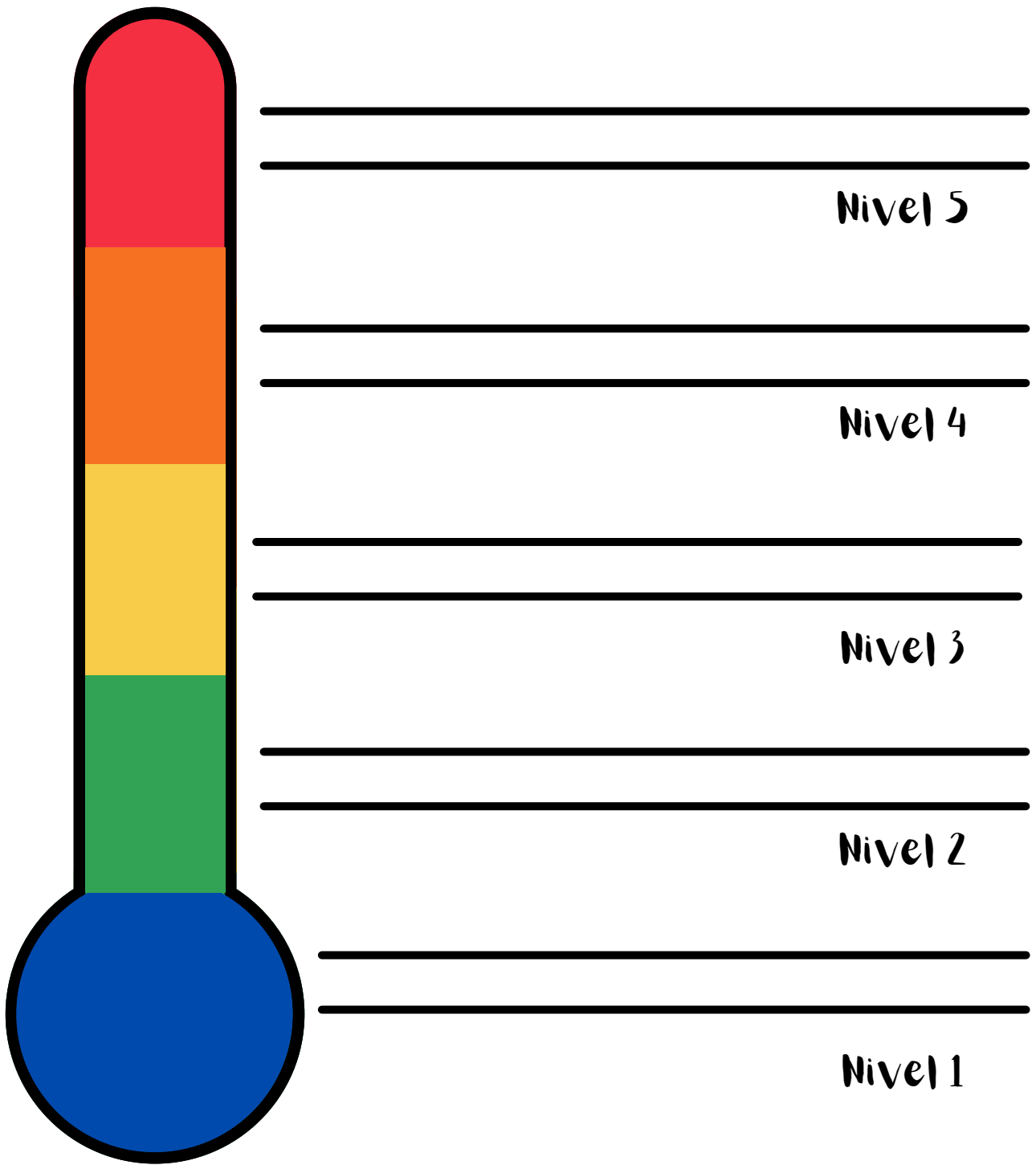
Es importante, que al principio dejemos que el alumnado coloque su nivel de activación donde considere necesario, aunque no lo compartamos. Cuando ya conozcan la dinámica, podemos sugerirle o darle a entender conductas o acciones que nos pueden llevar a pensar que se encontraba en un nivel predeterminado. Esto les enseñará poco a poco a conocerse aún más y a tener una visión más cercana a la realidad de ellos/as mismos.

Esta actividad se deberá hacer de manera sistemática para que pueda servir al alumno a gestionar su conducta durante un conflicto. Podremos así ayudarle diciéndole que intente bajar de nivel.

La plantilla del termómetro puede ayudarnos a tener una imagen más visual de nuestro nivel de activación.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN
ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL
TERMÓMETRO AUTOGESTIÓN EMOCIONAL



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES A NIVEL INDIVIDUAL

TERMÓMETRO AUTOGESTIÓN EMOCIONAL

Para cada nivel podemos darle una serie de pautas, para que puedan reconocer si se encuentran en el mismo:

Cuando estoy en 1 (azul):

Estoy cansado, tengo muy poca energía para hacer cualquier cosa. Lo que me apetece es descansar o dormir o estirarme en el sofá.

Cuando estoy en 2 (verde):

Es el nivel óptimo para trabajar en la escuela.

Cuando estoy en 3 (amarillo):

Estoy irritado, agobiado, como nervioso, agitado, no paro y estoy que exploto. (Pero si uso esta energía para correr o saltar lo más alto seguro que me irá genial y aprovecharé bien la energía que tengo).

Cuando estoy en 4 (naranja):

Me siento un poco más nervioso y a punto de explotar. Me levanto del asiento, discuto con los maestros/as, levanto la voz.

Cuando estoy en 5 (rojo):

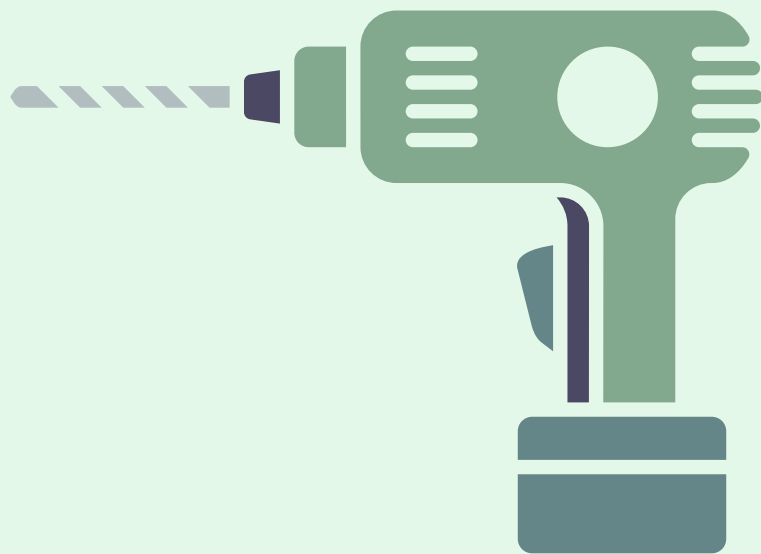
Estoy con tanta energía que acabo explotando. Llego hasta a pegar, romper cosas, agredir a otros/as y a mí mismo/a. También en el 5 puede pasarme que tengo tanta energía que me bloqueo y me quedo congelado, parezco sin nada de energía de tanta que tengo dentro. Cuando estoy en 5, lo paso muy muy mal, y los demás también, y debo entrenarme mucho para no llegar aquí o luego bajar al 2, así que...

¡¡¡MEJOR EVITARLO!!!

AUTORREGISTRO

Fecha:	Nivel de activación				
Momento del día	1	2	3	4	5

CON LAS FAMILIAS



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

PAUTAS GENERALES PARA EL HOGAR

1. Establecer una rutina diaria, que sea más o menos fija

Por ejemplo: Levantarse, hacer la cama, desayunar, recoger la mesa, lavarse los dientes, vestirse, trabajo escolar, tiempo de ocio, poner la mesa, etc.

Las rutinas hacen que el niño/a se sienta seguro porque sabe qué puede y qué no puede hacer. Tener responsabilidades como poner la mesa o guardar su ropa, hacen que mejore su autoestima.

2. Encontrar un momento al día para disfrutar de su hijo/a. Momento especial

Por ejemplo, a la hora de acostarse, en la cama con él (contarle un cuento, hablar de lo que le preocupa, etc.).

Ese momento es vuestro, que nadie os moleste. Seguro que él lo espera.

3. Marcar unos límites claros

Se deberán marcar también unos límites claros sobre lo que puede y no puede hacer para crear en el niño/a seguridad y reducir su nivel de ansiedad. La falta de unos límites claros hace que el alumno desarrolle una falta de límites para sus deseos personales, junto con la intolerancia a la frustración que se deriva del no cumplimiento de esos deseos. El establecimiento de unos límites claros le ayudará en el proceso de aprendizaje de la tolerancia a la frustración y control de la ansiedad.

4. Reforzar las conductas adecuadas

Es bueno reforzar la conducta positiva del niño/a, a través de elogios y muestra de afecto. Debe saber que lo que hace está bien y así tenderá a repetirlo en un futuro. De esta manera se refuerza también su autoestima.

5. No reforzar las conductas inadecuadas

Cuando el niño/a mantenga una conducta inadecuada no debe obtener nada positivo por ello. A veces, conseguir que el adulto se altere puede ser un refuerzo positivo. Es adecuado negociar y hacerle entender que para conseguir lo que quiere debe tener una conducta positiva. Cuando cambie esa conducta, reforzar con elogios por el esfuerzo que ha hecho y el progreso que está teniendo, decir lo feliz que estás cuando se comporta así.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

PAUTAS GENERALES PARA EL HOGAR

6. Cuando mantenga una rabietta

Muy importante mantener la calma. El adulto debe controlar la situación. El primer paso es calmarlo haciéndole ver que todo será mejor si cambia de actitud. En ese estado es difícil que escuche, por lo que mejor no darle explicaciones extensas, todo lo que se haga será para reducir su nivel de ansiedad, intentando no "avivar la llama". Cuando esté calmado ya se podrá trabajar con él: ¿Qué ha pasado? ¿Cómo te sentías? ¿Cómo has reaccionado? ¿Qué ha desencadenado esa reacción? ¿Cómo crees que deberías haber reaccionado?... Haciéndole ver que sus actos tienen consecuencias, por ejemplo, acciones que reparen el daño causado.

7. Gestión de emociones

- Ayúdale a saber qué emoción está sintiendo.
- Comprende lo que le pasa, escucha sus razones.
- Enséñales a expresar sus emociones y a usarlas de forma positiva.
- Enséñales alternativas para solucionar sus conflictos cuando no puedan resolverlos por sí mismos.

8. Manejar la frustración

- **Dar ejemplo.** La actitud positiva de los padres y madres a la hora de afrontar las situaciones adversas es el mejor ejemplo para que los hijos/as aprendan a solventar sus problemas.
- **Educarle en la cultura del esfuerzo.** Es importante enseñar al niño/a que es necesario esforzarse. Así aprenderá que el esfuerzo es, en muchas ocasiones, la mejor vía para resolver algunos de sus fracasos.
- **No darle todo hecho.** Si se le facilita todo al niño/a y no se le permite alcanzar sus retos por sí mismo es difícil que pueda equivocarse y aprender de sus errores para saber cómo enfrentarse al fracaso.
- **No ceder ante sus rabietas.** Las situaciones frustrantes derivan, en muchos casos, en rabietas. Si los padres y madres ceden ante ellas, el niño/a aprenderá que esa es la forma más efectiva de resolver los problemas.
- **Marcarle objetivos.** Hay que enseñar al niño a tolerar la frustración poniéndole objetivos realistas y razonables, pero sin exigirle que se enfrente a situaciones que, por su edad o madurez sea incapaz de superar.
- **Convertir la frustración en aprendizaje.** Las situaciones problemáticas son una excelente oportunidad para que el niño aprenda cosas nuevas y las retenga. De esta forma, podrá afrontar el problema por sí mismo/a.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

PAUTAS EN MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

En general, se pueden establecer algunas reglas básicas que deben tener en cuenta las familias para formular una enseñanza más coherente y que favorezca una conducta socialmente más adaptada al medio en el que se desarrollan.

- Exponer cuáles son las normas y qué se espera de ellos/as.
- Explicar las razones en las que se basan las normas, evitando imposiciones.
- Aclarar las consecuencias que habrá si no se cumplen.
- No agregar nuevas consecuencias que no hayan sido convenidas.
- Si las reglas no se cumplen, cumplir las consecuencias pactadas.
- Ser consistente y predicar con el ejemplo.
- Ante conductas disruptivas, reaccionar con calma, evitar gritos y descalificaciones.
- Evitar las amenazas irreales o el chantaje emocional, así como comparaciones con otros niños/as.
- Evitar estar constantemente llamándole la atención, ignorar conductas disruptivas leves.
- Aprender a escuchar las razones del niño/a, así como validar sus sentimientos.
- La comunicación de sentimientos permite conectar y señalar al otro lo que estamos sintiendo. Una vez establecida la conexión emocional redirigir la conducta.
- Adecuarse a la etapa de desarrollo en la que se encuentra el menor.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

PAUTAS ESPECÍFICAS PARA EL HOGAR

Las pautas con las familias pueden ser muy variadas dependiendo del tipo de alteración comportamental que esté manifestando el niño/a.

Jesús Jarque García, excelente Pedagogo y Orientador, tiene publicados una serie de folletos muy interesantes que son de mucha utilidad para orientar a las familias en diferentes aspectos relacionados con la conducta.

- **Folleto Prevenir problemas de atención.**
- **Folleto Prevenir la agresividad infantil.**
- **Folleto No hace caso.**
- **Folleto Cómo jugar con los hijos/as.**
- **Folleto Técnicas de relajación.**
- **Folleto Desarrollar la autoestima.**
- **Folleto Celos y rivalidad entre hermanos.**
- **Folleto Pesadillas y terrores nocturnos.**
- **Folleto Pautas para padres separados.**
- **Folleto Inteligencia emocional.**
- **Folleto Mutismo selectivo.**



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

CONTRATO CONDUCTUAL

¿Qué es?

El contrato conductual es un documento firmado entre el progenitor/a y el/la menor. En él se establece un acuerdo y las posibles consecuencias en caso de incumplimiento, así como las recompensas o beneficios que se obtendrán si el comportamiento es el adecuado. Se tendrán en cuenta los siguientes factores:

- El/la menor deberá ser parte activa del proceso en el establecimiento de los acuerdos. Esto aumentará la probabilidad de cumplimiento del contrato.
- El acuerdo debe estar redactado de forma clara y sencilla.
- Redactar los acuerdos en positivo o destacando las conductas que debe hacer mejor que las que no debe hacer. De esta forma las conductas positivas reemplazarán a las conductas problema.
- Asegurarse de que las dos partes tienen claros los acuerdos.
- Estar dispuesto a cumplir las premisas acordadas.
- Establecer pocas premisas u objetivos para su cumplimiento. Posteriormente, cuando se consigan las metas, se podrán ir estableciendo otros acuerdos.
- Establecer una revisión del contrato pasado un tiempo para analizar su cumplimiento.

Modelo de contrato de conducta y ejemplos.

Modelo de contrato de uso del móvil.

Modelo de contrato de uso de objeto antiestrés.



ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN

ACTUACIONES CON LAS FAMILIAS

ESCUELA DE MADRES Y PADRES

¿Qué es?

Una Escuela de padres y madres es una formación voluntaria de trabajo en grupo formado por padres y madres del alumnado de un mismo centro o localidad. Se llevan a cabo de forma periódica durante el curso escolar y en un tiempo determinado. Estas sesiones son dirigidas por uno o varios profesionales.

¿Qué función tienen?

La formación voluntaria mediante la cuál, los progenitores de los/as menores conozcan distintos modelos y prácticas educativas que colaboren en la crianza de éstos/as y les ayude a mejorar desde un contexto diferente al educativo, el cuidado y la educación y socialización de sus hijos e hijas. Se caracteriza por tener una doble vía de aprendizaje:

1. La educación de sus hijos/as basada en:

- Proporcionar estrategias y recursos que mejoren el desarrollo de los/as menores.
- Crear un ambiente destinado al diálogo, reflexión y conocimiento de lo que es ser padre/madre y educador/a.
- Definir el papel de la familia y la escuela en la realidad de los/as menores.

2. La familia como culmen de la convivencia basada en:

- Definir qué debe ser una familia.
- Crear la comunicación entre los miembros de la familia.
- Crear un espacio como lugar de encuentro familiar.
- Actualización constante del papel que se ocupa como padres y madres

¿Cómo se forma a los padres y madres?

Existen diversas formas de proporcionar formación, algunas de ellas son las siguientes:

- Mediante programas de formación generalizada con charlas o conferencias, por ejemplo en las que se traten temas relacionados con el desarrollo y la educación de los niños/as y adolescentes.
- Mediante programas instruccionales en el que se imparten contenidos específicos para el desarrollo de una habilidad concreta. Se trabajan contenidos muy concretos y secuenciados.

RECUROS BIBLIOGRÁFICOS

Programas de intervención

Actualmente, el mercado ofrece una variedad muy aceptable de recursos de acceso libre que pueden ser utilizados en nuestras aulas por el profesorado. Algunos de estos programas son:

- "Programa de Educación para la convivencia. Cuaderno de Habilidades alternativas a la Agresión". Alberto Acosta y otros. UGR. (3 ciclo Primaria y Eso).
- "Programa de Educación para la Convivencia. Cuaderno de Habilidades Sociales". Alberto Acosta y otros. UGR. (3 ciclo Primaria y Eso).
- "Programa de Educación para la convivencia. Cuaderno de educación en sentimientos" - Alberto Acosta, Jesús López Mejías, Ignacio Segura y Emiliano Rodríguez. (Educación Primaria).
- "Los trastornos afectivos en la escuela: Guía del Programa Escolar de Educación Emocional (P.E.D.E.)" Consejería de Educación y Ciencia. Principado de Asturias - Ministerio de Educación y Ciencia. (8-12 años).
- "Programa de Competencia Social DECIDE TÚ I ". Manuel Segura Morales y Margarita Arcas Cuenca. UGR. (1 y 2 ciclo Primaria).
- "Programa de Competencia Social DECIDE TÚ II ". Manuel Segura Morales y Margarita Arcas Cuenca. UGR. (3 ciclo Primaria).
- "Antiprograma Educación Emocional". Ebiblox. Antonio Sánchez Román. Wolters Kluwer. 2012. (Infantil, Primaria y Secundaria).
- "Cultivando emociones. Educación emocional de 3 a 8 años". M^a José Catalá Verdet y otros. Biblioteca Virtual del CEFIRE de Elda, 2011.
- "Cultivando emociones. Educación emocional de 8 a 12 años". M^a José Catalá Verdet y otros. Biblioteca Virtual del CEFIRE de Elda, 2011.
- "Programa inteligencia emocional GIPUZKOA". Izaskun Garmendia Iturrioz y otros. 2008. (Infantil, Primaria y Secundaria).

- "Programa Ulises. Aprendizaje y Desarrollo del Control Emocional". Remedios Comas Verdú y otros. 2002. Cuaderno del monitor. (10-12 años).
- "Programa Hércules" Toma de decisiones y resolución de problemas. Remedios Comas Verdú y otros. Cuaderno del monitor. (10-12 años).
- "Programa Atenea". Aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales. Cuaderno del monitor. Alicia Acero Achirica y otros. (10-12 años).
- "Programa Aulas Felices". Psicología Positiva aplicada a la educación. Ricardo Arguís Rey y otros. 2012. (Infantil, Primaria y Secundaria).
- Programa DINO de hábitos de vida saludable. Educación preventiva de drogas para preadolescentes de tercer ciclo de Educación Primaria. 2009. (3 ciclo Primaria).
- "Ser Persona y Relacionarse. Competencia social en el aula" - Autor: Manuel Segura Morales / Ilustraciones: José Carlos Pérez Díaz. (Secundaria: 1 Ciclo).

Cuentos

Los cuentos pueden ser una estrategia muy recomendable, tanto para dar modelos de comportamiento al niño como para que reflexionen sobre las situaciones que le crean conflicto. Algunos ejemplos son:

- **"Cuentos para portarse bien en el colegio"**. Educación Infantil y Primaria. Jesús Jarque García. Editorial CCS. 2007. (3 a 7 años)
- **"Vaya Rabieta"**. Mirielle d' Allancé. Editorial Corimbo S.L. 2002. Colección: Álbumes ilustrados. (3 a 7 años)
- **"El monstruo de colores"**. Anna Llenas. Editorial Flamboyant. 2012. (3 a 7 años)
- **"Tengo un Volcán"**. Miriam Tirado. Carambuco Ediciones. 2018. (3 a 7 años)
- **"La Confianza de Emily"**. Louise Forshaw. Editorial San Pablo. 2016. (3 a 7 años)
- **"Cuando tengo miedo"**. Trace Moroney. Editorial SM. 2018. (3 a 7 años)

- **Colección "Las emociones de Gastón": Soy Tímido, Tengo una rabieta, No puedo dormir, Estoy triste, Tengo miedo.** Aurélie Chien Chow Chine. Editorial Bruño. 2018. (3 a 7 años)
- **"Abecemociones"**. Susanna Isern. Editorial Bruño. 2017. (3 a 7 años)
- **"¿Qué son las emociones?"**. Katie Daynes. Editorial Usborne. 2019. (3 a 7 años)
- **"Emoticuentos"**. Pedro Mari García Franco. Editorial Bruño. 2016. (3 a 9 años)
- **"Fernando Furioso"**. Hiawyn Oram y Satoshi Kitamura. Editorial Ekaré. 2014. (6 a 12 años)
- **"Mamá, hay un monstruo en mi cabeza"**. Gabriel y Adrián. Editorial Blok. 2019. (6 a 12 años)
- **"El emocionómetro del Inspector Drilo"**. Susanna Isern. Editorial NuveOcho. 2016. (6 a 12 años)
- **"Qué bigotes me pasa"**. María Leach y Olga de Dios. Editorial. Bao Bab. 2019. (6 a 12 años)
- **"Topito Terremoto"**. Anna Llenas. Editorial Beascoa Tres. (6 a 12 años)

Manuales

- Bisquerra, R. (2013) **Educación emocional: propuestas para educadores y familias.** Editorial Desclee de Brouwer.
- Cabello González, R., Castillo Gualda, R. (2016): **Mejorar la inteligencia emocional de los adolescentes.** Ed. Pirámide. Madrid
- Escribano, L. (2010) **La prevención de las conductas desafiantes en la escuela infantil. Un enfoque proactivo.** Funsación educación y Desarrollo.
- Fernández Lagar, R. (2005) **Patios y parques dinámicos: Programa y herramienta de inclusión social para personas con TEA.** Ed. Trabe
- Goleman, D. (1996) **Inteligencia Emocional.** Ed. Kairos.
- Herguedas Esteban, M.C., Rubia Avi, M. y Irurtia Muñiz, M.J. (2018). **Bases teóricas para la elaboración de un programa educativo de intervención psicomotriz en niños con TDAH.** Revista de Educación Inclusiva, 11(1), 277-293.

- Jarque García, J. (2008) **Niños desobedientes y otros problemas de conducta**. Grupo Gesfomedia S.L. Madrid
- Pintanel Bassets, M. (2005) **Técnicas de relajación creativa y emocional**. Ediciones Paraninfo.
- Rabadán, J.A. y Giménez-Gualdo, A.M. (2012) **Detección e intervención en el aula de los trastornos graves de conducta**. UNED.
- Segura, M. y Arcas, M. (2013) **Relacionarnos bien**. Narcea S.A. Madrid
- Siegel, D.J y Payne, T. (2012) **El Cerebro del niño: 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en el desarrollo de tu hijo**. Editorial Alba.
- Vaello Orts, J. (2011) **Cómo dar clase a los que no quieren**. Editorial Grao.
- Vallés Arándiga, A. (2007) **Programa de inteligencia emocional para la convivencia escolar**. PIECE III. EOS. Sevilla.
- Vázquez Fernández, J.M y otros (2006). **Problemas de conducta y resolución de conflictos en educación infantil. ¿Cómo actuar ante estas situaciones?**. Ideaspropias Editorial,

Webgrafía

<http://www.educa.jccm.es/recursos/es/materiales-convivencia>

<https://patiosyparquesdinamicos.com>

<https://jesusjarque.com/folletos-para-las-familias/>

<https://www.plataformadelvoluntariado.org>

<https://www.mcep.es>

<https://www.programatei.com/>

