

**“MANUAL DE ACTUACIÓN EN EL CENTRO ESCOLAR”**  
**CUADRO DE ANEXOS**

## ÍNDICE

<b>ANEXO I: EVALUACIÓN DEL GRADO DE AGITACION DEL ALUMNO APLICACIÓN DE LA ESCALA “PEC” .....</b>	<b>3</b>
<b>ANEXO II: INTERVENCIONES CON EL ALUMNO DE ACUERDO CON LA GRAVEDAD DE LA AGITACIÓN OBSERVADA .....</b>	<b>11</b>
<b>ANEXO III: TÉCNICAS DE DISTRACCIÓN .....</b>	<b>14</b>
<b>ANEXO III-A: “TIEMPO FUERA POSITIVO” .....</b>	<b>15</b>
<b>ANEXO III-B: “EL RINCON DE LA CALMA” .....</b>	<b>18</b>
<b>ANEXO III-C. “CAJONES DE LA CALMA” .....</b>	<b>20</b>
<b>ANEXO IV: TÉCNICAS DE DESACTIVACIÓN/DESESCALADA VERBAL .....</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO V: PROCEDIMIENTO DE REDUCCIÓN DE LA ESTIMULACIÓN Y AISLAMIENTO .....</b>	<b>37</b>
<b>ANEXO VI: PROCEDIMIENTO DE REDUCCIÓN Y CONTENCIÓN FÍSICA DEL ALUMNO GRAVEMENTE AGITADO.....</b>	<b>39</b>
<b>ANEXO VII: CONECTIVIDAD TELEFÓNICA CON LOS RECURSOS INTERNOS Y EXTERNOS AL CENTRO ESCOLAR .....</b>	<b>46</b>
<b>ANEXOS VIII y XI: OTORGAMIENTOS FAMILIARES .....</b>	<b>47</b>
<b>ANEXO X: “FICHA DE REGISTRO DEL EPISODIO” y ”FICHA DE LO REALIZADO” .....</b>	<b>49</b>
<b>ANEXO XI: EL GRUPO DEL AULA COMO MOTOR DE CAMBIO Y AVANCE ANTE LOS CONFLICTOS Y LA AGITACIÓN .....</b>	<b>51</b>
<b>ANEXO XII: ACCIONES PARA EL SOPORTE Y APOYO EMOCIONAL DEL PROFESORADO QUE TRABAJA EN SITUACIONES DE CRISIS DE AGITACIÓN DEL ALUMNADO .....</b>	<b>75</b>
<b>EPÍLOGO: (CPS) UN MODELO ALTERNATIVO DE COMPRENDER Y AFRONTAR PROACTIVAMENTE LAS CONDUCTAS DESAFIANTES Y AGITADAS DEL ALUMNADO .....</b>	<b>76</b>

## **ANEXO I: EVALUACIÓN DEL GRADO DE AGITACION DEL ALUMNO APLICACIÓN DE LA ESCALA “PEC”**

La Evaluación del Grado de Agitación del Alumno/a es la primera actuación a realizar cuando se detecta que presenta algunos signos que pueden presagiar un fenómeno de escalada emocional y conductual.

En condiciones normales correrá a cargo del mismo profesor que está atendiendo a ese alumno en la hora lectiva en marcha (eventualmente por el Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis) y atenderá para ello a la valoración del estado de ese alumno/a con arreglo a los siguientes ítems de la Escala PEC (PANSS-EC):



Cada uno de estos ítems son valorados mediante una escala dimensional tipo Likert con las siguientes puntuaciones:

1. Ausente.
2. Mínimo.
3. Leve.
4. Moderado.
5. Moderadamente grave.
6. Severo.
7. Extremo.

Se debe tener en cuenta que solo se otorgará la puntuación 1 cuando haya total seguridad que la conducta definida por el ítem evaluado está completamente ausente.

Cuando no haya completa seguridad sobre su presencia pero tampoco sobre su ausencia se escogerá la puntuación 2.

Cuando haya seguridad sobre su presencia se escogerá una puntuación entre 3 y 7. La puntuación específica se escogerá en función de la que mejor describa la conducta del paciente en relación con el ítem evaluado. Cada puntuación tiene en la escala una descripción de la conducta que viene definida en la propia escala.

De esta manera el rango de puntuaciones oscila entre la mínima con 5 puntos (ausencia absoluta de cualquier signo de agitación) a 35 (gravedad máxima).

Es fundamental tener en cuenta que la escala **solo** evalúa la conducta presente en el momento de evaluación. No debe tenerse en cuenta comportamientos pasados por muy recientes que sean estos. En este sentido el recuerdo de estados de agitación pasados **nunca** debe influir sobre el acto de evaluación actual.

## ESCALA PEC

**A.- TENSIÓN:** Manifestaciones físicas claras de miedo, ansiedad, y agitación, tales como rigidez, temblor, sudor profuso e intranquilidad.

*Bases para la calificación:* Información verbal que manifiesta ansiedad y, por consiguiente, la gravedad de las manifestaciones físicas de tensión observadas durante la situación.

**1.- Ausente:** La definición no es aplicable.

**2.- Mínimo:** la presencia de tensión es cuestionable, puede encontrarse en el extremo superior de los límites normales.

**3.- Leve:** la postura y los movimientos indican una larga aprehensión, como leve rigidez, intranquilidad ocasional, cambios de posición o un temblor fino y rápido de las manos.

**4.- Moderado:** la apariencia nerviosa clara surge de varias manifestaciones, tales como conducta inquieta, temblor obvio de las manos, sudor profuso o manierismos y gestos nerviosos.

- 5.- Moderadamente grave:** la tensión pronunciada se evidencia por varias manifestaciones, como temblor nervioso, sudor profuso e intranquilidad pero la conducta durante la entrevista no está significativamente afectada.
- 6.- Severo:** la tensión es pronunciada hasta el punto de que las interacciones interpersonales se encuentran alteradas. El alumno, por ejemplo, puede estar constantemente inquieto, ser incapaz de permanecer sentado por un largo rato, o mostrar hiperventilación.
- 7.- Extremo:** la tensión marcada en el alumno se manifiesta por señas de pánico o aceleración motora notable como un caminar rápido e inquieto y una incapacidad para permanecer sentado más de un minuto, ocasionando que la conversación sea imposible.

**B.- FALTA DE COLABORACIÓN:** rechazo activo del alumno a seguir los deseos de otros incluyendo al profesor, al resto de compañeros o personas presentes, que puede estar asociado con desconfianza, actitud defensiva, obstinación, negativismo, rechazo a la autoridad, hostilidad y beligerancia.

*Bases para la calificación:* La conducta interpersonal observada durante la entrevista así como los informes del personal de atención primaria o los familiares.

- 1.- Ausente:** la definición no es aplicable.
- 2.- Mínimo:** la falta de colaboración puede encontrarse en el extremo superior de los límites normales.
- 3.- Leve:** el alumno accede a colaborar con una actitud de resentimiento, impaciencia o sarcasmo. Puede objetar de forma inofensiva cuando se le presiona en la situación .
- 4.- Moderado:** ocasionalmente rehúsa firmemente cumplir con alguna demanda normal, tal como guardar silencio, permanecer en su pupitre, atender a las solicitudes

que se le hacen, proyectando hostilidad, actitud negativa o defensiva pero generalmente puede trabajarse con él.

**5.- Moderadamente grave:** el alumno frecuentemente está disconforme con las demandas de su medio y puede ser catalogado por otros como un desadaptado o “con graves problemas de actitud”. La falta de cooperación está reflejada en una actitud obviamente defensiva o irritable con el profesor y una posible falta de voluntad para responder a esas solicitudes.

**6.- Severo:** el alumno es muy poco colaborador, negativista y, ocasionalmente, beligerante. Rehúsa cumplir con las demandas que se le formulan y puede ser totalmente renuente a colaborar en nada.

**7.- Extremo:** la resistencia activa del alumno tiene un impacto serio sobre casi todas las áreas mayores de su funcionamiento. El alumno se niega en rotundo a seguir las indicaciones o tareas del momento o a unirse a alguna actividad grupal, a conversar con nadie y a participar aún en forma breve en una conversación sobre lo que acontece.

**C.- HOSTILIDAD:** Expresiones verbales y no verbales de ira y resentimiento incluyendo sarcasmo, conducta pasivo-agresiva, abuso verbal y agresión física.

*Bases para la calificación:* Conducta interpersonal observada durante la entrevista e informes del personal de atención primaria y familiares.

**1.- Ausente:** la definición de hostilidad no es aplicable.

**2.- Mínimo:** el nivel de hostilidad es cuestionable, puede encontrarse en el extremo superior de los límites normales.

**3.- Leve:** hay una comunicación de ira indirecta o restringida, tal como sarcasmo, falta de respeto, expresiones de hostilidad e irritabilidad ocasional.

- 4.- Moderado:** el alumno presenta una actitud abiertamente hostil, mostrando irritabilidad frecuente y expresiones directas de ira o resentimiento.
- 5.- Moderadamente grave:** el alumno se muestra sumamente irritable y ocasionalmente amenaza o agrede verbalmente.
- 6.- Severo:** la falta de cooperación y el abuso o las amenazas verbales influyen notablemente en la relación o en la conversación y tienen un impacto serio en las relaciones. El alumno puede ser violento y destructivo pero no es físicamente agresivo contra otros.
- 7.- Extremo:** hay una ira marcada que ocasiona una falta de cooperación extrema e impide otras interacciones, o se presenta episodios de agresión física en contra de otros.

**D.- MAL CONTROL DE IMPULSOS:** trastorno en la regulación y el control de la acción sobre los impulsos que resulta en una descarga de tensión y de emociones mal dirigida, súbita, poco modulada y arbitraria sin preocuparse por las consecuencias.

*Base para la calificación:* según la conducta observada durante la situación e informes del profesorado o del resto del alumnado o del personal.

- 1.- Ausente:** el mal control de impulsos no es aplicable.
- 2.-Mínimo:** mal control de impulsos cuestionable, puede encontrarse en el extremo superior de los límites normales.
- 3.- Leve:** el alumno tiende a enojarse y frustrarse fácilmente cuando se ve confrontado con situaciones estresantes o cuando se le niega una gratificación, pero raramente actúa de forma impulsiva.
- 4.- Moderado:** el alumno se muestra enojado y agresivo verbalmente a la mínima interacción. Ocasionalmente puede ser amenazante, destructivo, o tener uno o dos episodios de confrontaciones físicas o peleas menores.

- 5.- Moderadamente grave:** el alumno exhibe repetidos episodios de impulsividad que involucran abuso verbal, destrucción de propiedad o amenazas físicas. Puede existir uno o dos episodios de enfrentamientos serios por los cuales ya ha necesitado aislamiento o contención física.
- 6.- Severo:** el alumno se muestra frecuentemente es agresivo, amenazante, demandante y destructivo de manera impulsiva, sin aparente consideración de las consecuencias. Muestra una conducta violenta y puede ser ofensivo y puede responder conductualmente a supuestas órdenes que solo existen en su imaginación o pensamiento.
- 7.- Extremo:** el alumno realiza ataques homicidas, asaltos sexuales, brutalidad repetida o conducta autodestructiva. Requiere supervisión directa constante o restricciones externas a causa de su incapacidad para controlar sus impulsos peligrosos.

**E.- EXCITACIÓN:** Hiperactividad que se refleja en una conducta motora acelerada, un incremento en la respuesta a los estímulos, hipervigilancia o excesiva labilidad emocional.

*Bases para la calificación:* La conducta durante la entrevista e informes del personal de atención primaria y familiares.

- 1.- Ausente:** la presencia de excitación no es aplicable en este caso
- 2.- Mínimo:** la excitación presentado es cuestionable, puede encontrarse en el extremo superior de los límites normales.
- 3.- Leve:** el alumno tiende a estar ligeramente agitado, hipervigilante o levemente excitado, pero sin episodios claros de excitación o labilidad emocional marcada. El discurso puede estar ligeramente presionado.

- 4.- **Moderado:** la agitación o excitación son claramente evidentes en la entrevista, afectando al discurso y la motilidad general, o pueden ocurrir episodios de agitación esporádicos.
- 5.- **Moderadamente grave:** se observa en el alumno hiperactividad significativa o frecuentes crisis de actividad motora, haciéndose difícil para él permanecer sentado por períodos que excedan algunos minutos en cualquier momento dado.
- 6.- **Severo:** una excitación marcada domina la entrevista, limita la atención y afecta en cierto modo las funciones personales básicas durante la actividad escolar.
- 7.- **Extremo:** hay una excitación marcada que interfiere seriamente con las actividades escolares y hace que las relaciones interpersonales sean virtualmente imposibles. La aceleración del discurso y de la actividad motora puede resultar en incoherencia y agotamiento.

### ESCALA PEC: PUNTUACIONES

	1	2	3	4	5	6	7
TENSIÓN							
FALTA DE COLABORACIÓN							
HOSTILIDAD							
MAL CONTROL DE IMPULSOS							
EXCITACIÓN							

### CLASIFICACIÓN DE LA GRAVEDAD DE LA AGITACIÓN

<i>NIVEL DE GRAVEDAD</i>	<i>PUNTUACIÓN</i>
<b>CUESTIONABLE</b>	<b>5-10</b>
<b>LEVE</b>	<b>11-15</b>
<b>MODERADA</b>	<b>16-20</b>
<b>MODERADAMENTE GRAVE</b>	<b>20-25</b>
<b>GRAVE</b>	<b>26-30 o Item "Mal Control de Impulsos" igual o mayor de 4</b>
<b>EXTREMADAMENTE GRAVE</b>	<b>30-35</b>

**ANEXO II:**  
**INTERVENCIONES CON EL ALUMNO DE ACUERDO CON LA GRAVEDAD DE LA**  
**AGITACIÓN OBSERVADA:**  
**ALGORITMO GENERAL DE ACTUACIÓN**

Las intervenciones destinadas a controlar la agitación vendrán marcadas por el principio de **Graduación de las Intervenciones con preferencia por las menos coercitivas**, es decir, **tratando siempre de escoger aquella que sea menos invasiva o coercitiva**.

**1.- AGITACIÓN LEVE**

Implica un aumento de la supervisión del alumno pero respetando, sin ser constreñido, su espacio interpersonal

- Avisar telemáticamente a la dirección del centro de la **activación del protocolo de actuación** para su conocimiento.

- Solicitar, únicamente si fuera estrictamente necesaria, la presencia en el aula del **Coordinador del Grupo de Intervención en Crisis** para que proceda a dicha evaluación conforme a lo estipulado en la Escala PEC. (ANEXO I)

- Control visual continuado.

- Implementación de **Medidas de Distracción**. (Anexo III)

- Valorar el inicio de **Técnicas de Desactivación Verbal**. (Anexo IV)

**2.- AGITACIÓN MODERADA**

- Valorar la conveniencia del **acompañamiento de dos personas más** (una de ellas en calidad de observador/testigo) determinando en cada centro escolar el procedimiento de aviso y las personas que intervendrán (consultor, orientador, PT, especialista en apoyo educativo u otra persona designada al efecto por la dirección de centro).

- Seguir implementando **Medidas de Distracción** (Anexo III)

- Seguir implementando, de resultar oportunas, las **Técnicas de Desactivación Verbal** (Anexo IV)
- Valorar el traslado del alumno al **Espacio de Disminución Estimular** convenido para estos casos ("**Sala de la Calma-Bakegune**") (ANEXO V) dotado de colchoneta y libre de objetos arrojadizos.

### 3.- AGITACION MODERADAMENTE GRAVE

- **Hacer todo lo anterior**
- Valorar la necesidad de iniciar el **Procedimiento de Aislamiento** (Anexo V)
- Valorar la necesidad de iniciar el **Procedimiento de Reducción y Contención Física** en el **Espacio de Disminución Estimular** ("**Sala de la Calma-Bakegunea**") (Anexo VI)
- Valorar la conveniencia de llamar a los **Servicios Sanitarios**

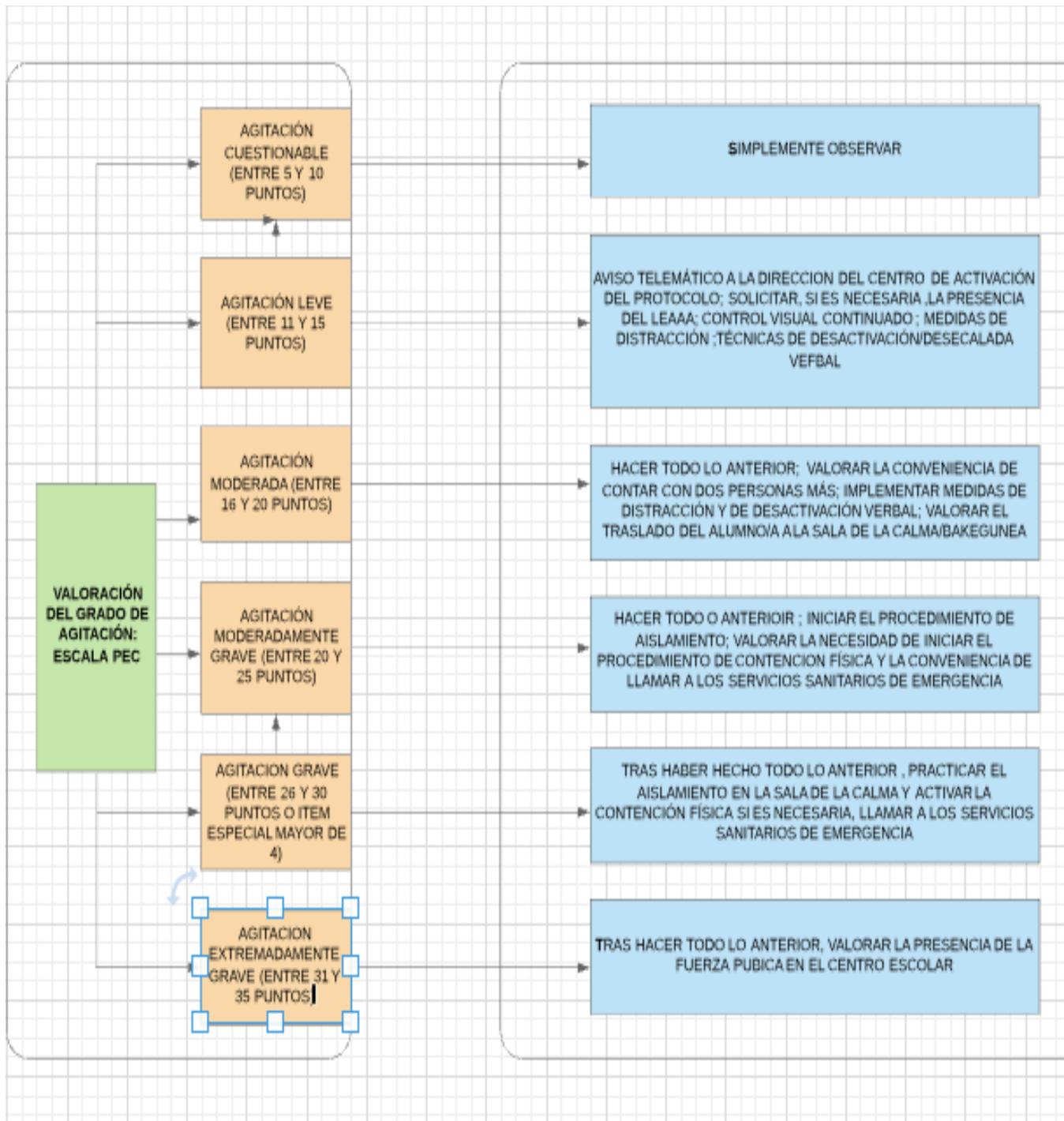
### 4.- AGITACION GRAVE

- Permanecer junto al alumno en el **Espacio de Disminución Estimular** ("**Sala de la Calma-Bakegunea**") practicando el **Aislamiento** y/o caso de ser necesaria la **Contención Física** hasta que lleguen los **Servicios Sanitarios** contactados que serán los encargados de dirigir las actuaciones a partir del momento de su llegada.

### 5.- AGITACIÓN EXTREMADAMENTE GRAVE

- **Hacer todo lo anterior**
- Valorar la conveniencia de que acudan las **Fuerzas del Orden Público** dado el alto riesgo existente de que se produzcan lesiones en el propio alumno, en su entorno o en el personal que asiste en el episodio.

## FLUJOGRAMA DE INTERVENCIONES CON EL ALUMNO DE ACUERDO CON LA GRAVEDAD DE LA AGITACIÓN OBSERVADA



## **ANEXO III: TÉCNICAS DE DISTRACCIÓN**

**Definición:** conjunto de actuaciones a poner en marcha para condicionar la atención del alumno cuando inicia su agitación y para generar la atención de éste sobre actividades que le generen emociones neutras o positivas. Se pretende con ellas desplazar la atención del alumno desde los contenidos mentales presentes cuando empieza a agitarse hacia otros que le ayuden a disminuir la tensión que experimenta.

**Perspectiva de intervenciones:** cuando un alumno presente signos incipientes de activación emocional o conductual cabrán ser empleadas de forma gradualmente progresivas las siguientes técnicas de distracción:

**ANEXO III-A: “TIEMPO FUERA POSITIVO”**

**ANEXO III-B: “EL RINCÓN DE LA CALMA”**

**ANEXO III-C. “EL CAJÓN DE LA CALMA”**

## ANEXO III-A: "TIEMPO FUERA POSITIVO"

**CONCEPTO:** El "tiempo fuera" o la "silla de pensar" son dos estrategias de modificación conductual para corregir determinados comportamientos infantiles. Básicamente, consisten en excluir al niño de la actividad que esté realizando y sentarlo en una silla o en un rincón, para que reflexione acerca de lo que ha hecho y cambie su forma de actuar. En la opinión de muchos este tipo de métodos, ampliamente utilizados tanto en familias como en colegios, se aleja de la crianza positiva y del **respeto que debería primar a la hora de educar a los niños.**

Por ello, una alternativa respetuosa para todos y que **ayuda a niños y adultos a relajarse para encontrar soluciones de manera eficaz** es aplicar **"Tiempo Fuera Positivo"**; una herramienta de Disciplina Positiva que nada tiene que ver con los tradicionales métodos mencionados.

### **"Tiempo Fuera Positivo": ¿en qué consiste?**

Los castigos físicos, los gritos y las amenazas no son métodos educativos respetuosos ni aceptables y los estudios científicos realizados al respecto son contundentes. Sin embargo, y por desgracia, todavía **continúa muy arraigada en la sociedad** la creencia de que ante el mal comportamiento de un alumno hemos de retirarle la atención y el afecto con el objetivo de que reflexione sobre lo que ha hecho y cambie su conducta. El "tiempo fuera punitivo" o el "rincón o silla de pensar" son estrategias de modificación conductual que no solo resultan irrespetuosas con el niño y tienen desagradables consecuencias, sino que además no educan.

El **"Tiempo Fuera Positivo"** propone que adultos y niños se tomen un tiempo respetuoso de desconexión y reflexión para que desde la calma y la racionalidad encuentren soluciones a un determinado problema.

El mensaje más importantes que estaremos transmitiendo a los alumnos al aplicar el **"Tiempo Fuera Positivo"** es que **les estimamos y acompañamos a pesar que no se hayan comportado adecuadamente** (seguro que a todos se nos viene a la mente la famosa cita, **"quíereme cuando menos lo merezca porque es cuando más lo necesito"**)

Si en el momento en que el alumno **más necesita de nuestro apoyo, nuestra guía y nuestro acompañamiento, le aislamos en una esquina o le sentamos en una silla a "pensar" en lo que ha hecho**, no solo le estaremos avergonzando y humillando, sino ignorando en sus sentimientos (*"no te acerques a mí mientras estés triste, enfadado, tenso o frustrado"*...) y **obligándole a cambiar su conducta** si quiere volver a sentirse querido y aceptado como parte del grupo.

Con el "**Tiempo Fuera Positivo**" acompañamos al alumno cuando más lo necesita, validamos sus sentimientos sin ser aprobados ni premiados (sentir tristeza, rabia, celos, frustración... es normal y nadie debe ser castigado o ignorado por ello), le escuchamos y le ayudamos a llegar a ese estado de calma y relajación que todos necesitamos para poder tomar decisiones y solucionar los problemas.

Cuando un alumno se comporta mal busca llamar nuestra atención por algo que le sucede y no sabe cómo gestionar. Así que si en ese momento se siente arropado y bien atendido, no solo es probable que cese su mal comportamiento, sino que así podrá aprender aspectos tan importantes como la empatía, la comprensión de sus propias emociones y las consecuencias que tienen sus actos.

Rabietas, resistencia a las tareas escolares, discusiones y peleas entre compañeros y otros comportamientos no deseados... son muchas las situaciones en las que puede ser muy útil aplicar el "**Tiempo Fuera Positivo**", pues esta herramienta supone una gran ayuda a la hora de recuperar el control emocional y buscar soluciones respetuosas para todos.

Recomendaciones:

- Antes de comenzar a aplicar el "**Tiempo Fuera Positivo**" debemos **informar a nuestros alumnos de su propósito** y de lo mucho que puede ayudarnos a la hora de **relajarnos cuando más lo necesitemos**. Además, estableceremos pautas para utilizarlo de manera adecuada.
- Aunque podemos poner en práctica el "**Tiempo Fuera Positivo**" en cualquier sitio, una buena idea es que toda el grupo participe en la **elección de un rincón acogedor en el aula para este fin ("RINCÓN DE LA CALMA": ANEXO III-B)**. También podemos crearlo y decorarlo con unos pocos elementos que nos aporten calma y felicidad (cuentos, música relajante, cojines o almohadas, pelota antiestrés y muñeco de apego...). Otra bonita idea es **bautizar a nuestro rincón con un nombre positivo e inspirador** que elegiremos entre todos (por ejemplo, "el País de la Calma").
- A este rincón **nos retiraremos voluntariamente cuando necesitemos relajarnos** y tomar distancia del problema para encontrar una solución. El **matiz "voluntariamente" es muy importante**, ya que jamás se debe obligar al alumno a ello, aunque sí podemos sugerírselo con frases como por ejemplo, "*¿crees que te sentirías mejor si te relajas un rato en nuestro 'Rincón de la Calma'?*".

- Es importante que **los alumnos más pequeños siempre permanezcan en la cercanía de un adulto** mientras están relajándose en este rincón, pues como hemos dicho anteriormente, el **acompañamiento emocional** en este tipo de situaciones es fundamental.
- Una vez que el alumno haya aprendido a utilizar este espacio respetuoso y sea consciente de los beneficios que le aporta, probablemente **recurra a él de manera voluntaria cuando lo necesite**, aunque debemos estar dispuestos a acompañarle si así lo demanda

## ANEXO III-B: "EL RINCON DE LA CALMA"

Los alumnos de Educación Infantil y Primaria necesitan espacio para moverse libremente y dejar libre la imaginación, pero también necesitan la calma y espacios de silencio, pueden pasar tiempo mirando una mariposa, el movimiento de un caracol o los colores de una lámpara "arcoíris". Necesitan respiraciones pausadas y conectar con el mundo exterior.

Cuando los niños se frustran e irritan en esas edades les ayuda mucho disponer de espacios íntimos y protegidos para conocer sus emociones y vivir mejor cuando están afectados por ellas. El enfado y la tristeza impiden que el niño esté disponible para el aprendizaje, el "**Rincón de la Calma**" es un espacio para que el niño/alumno acepte su emoción sin reprimirla y pueda recuperar la tranquilidad.

**¿Cuándo usar el Rincón de la Calma?:** cuando los alumnos sienten que lo necesitan, por ejemplo:

1. Cuando se sienten enfadados y **necesitan tranquilizarse**
2. Cuando **quieren relajarse** y observar cómo se sienten por dentro
3. Cuando les **apetece descansar**
4. Cuando sienten necesidad de **estar solos**
5. Cuando quieren **dar o recibir amor**: abrazos, masajes, lectura de cuentos...
6. Cuando les apetece **meditar y respirar** conscientemente
7. Cuando necesitan **solucionar un conflicto** con un amigo@

**¿Cómo se puede usar el "Rincón de la Calma"?:** para un máximo de dos alumnos, pueden ir solo o compartir el espacio con alguien que ya esté o si es posible, pueden invitar a un compañero y compartir ese espacio con él.

• **¿Cuáles son las normas de uso del Rincón de la Calma?:**

1. Permanecer únicamente el tiempo que necesiten para conseguir recuperar la calma
2. Respetar el ambiente de tranquilidad y silencio.
3. Máximo 3 personas
4. Recoger y cuidar los materiales
5. Dejar nuestras sugerencias en el buzón

**¿Cuáles son los contenidos del Rincón de la Calma?** Según el nivel escolar del alumno:

**En Educación Infantil:** Cojines, Mantas, Muñecos para abrazar, Títeres para crear conversaciones y compartir pensamientos, Mandalas para pintar o colorear, Cuentos especiales relacionados con las emociones.

- **En Educación Primaria:** Manta para taparse sin ser mirado, Bola de la Respiración para concentrarse en la inspiración y la espiración, Soplador para respirar con diferentes intensidades, Relojes de arena para observar y medir el tiempo de la atención, Muñecos y Marionetas para abrazarlos y expresar a través de ellos las emociones, MP3 para escuchar sonidos o música y relajarse, Tarjetas de Emociones para expresar sentimientos.

## ANEXO III-C: “CAJÓN DE LA CALMA”

**DEFINICIÓN:** será competencia del centro escolar el diseño, la materialización y el mantenimiento de varios “**Cajones de la Calma**”, en el número y composición de materiales que se crean oportunos y para el uso en alumnos en diferentes momentos de su desarrollo en razón de su edad y ciclo escolar. Habrán de disponer del “**Termómetro de la Ira**”, de las “**Tarjetas de la Calma**” y de un “**Conjunto de Materiales**” que permitan su implementación práctica en situaciones de disregulación emocional o conductual o en proceso de agitación de los alumnos. Podrán mantenerse en la cercanía de las aulas de clase para su uso más inmediato y oportuno por parte del profesorado y/o en el interior de la “**Sala de la Calma/Bakegunea**”.

### CATÁLOGO DE RECURSOS DEL “CAJÓN DE LA CALMA”:

- Trabajar con el **Termómetro de la Ira**
- Diseñar y enseñar a emplear las “**Tarjetas de la Calma**”
- Diseñar y materializar diferentes “**Cajones de la Calma**”
- Practicar previamente y relajados, todas y cada una de las actividades de afrontamiento que figuren en el “**Cajón de la Calma**”. **Definir las reglas de uso de ese Cajón.**
- **Practicar estrategias puras de distracción:** pedir ayuda al profesor o a los compañeros, “para, piensa, actúa”; pensar antes de hablar y contar hasta 10, tomarse un pequeño refrigerio, emplear las “botellas de la calma”, ejercitar ejercicios de respiración.
- **Ofrecer al alumno unos minutos de conversación con un compañero** para hablar entonces de actividades o sucesos recientes o sobre temas que le puedan interesar...
- **Invitar al alumno a realizar una actividad lúdica alternativa durante un período breve de tiempo solo o con un compañero:** juego de mesa, pintar, dibujar, hacer una mandala y colorearla, escuchar música, ver algún video divertido, buscar algo en el ordenador o en los libros del aula, jugar con plastilina...
- **Abandonar físicamente la situación:** ir (solo o en compañía) a otra sala tranquila y sin ruidos, salir al patio o al jardín a pasear un poco o a tomarse un respiro y beber un poco de agua, mandarle a hacer un recado para el profesor, hacer una actividad física fuera del aula (saltar, correr, rebotar sobre un balón gigante).

- **Buscar, ya fuera del aula, asesoramiento o soluciones con un adulto.**
- **Ejercitarse a solas o con compañía en otras técnicas de relajación:** expresar escribiendo o dibujando en un papel los problemas o preocupaciones sentidas para (tal vez) romperlo después, hacer relajación muscular progresiva, apretar una bola anti-estrés, pensar en cosas que le hagan sentirse feliz, hacer ejercicios de mindfulness
- El centro escolar **se dotará con los materiales necesarios para constituir uno o varios “Cajones de la Calma”** con todo lo necesario para poner en uso sus componentes cuando cualquier profesor estime de interés su uso con un alumno en proceso de agitación y adiestrará a todo el profesorado en su correcto uso y administración.

**Modo de aplicación:** ofrecer siempre al alumno estas opciones para que él decida cual pueda ser de su interés y de forma que sienta cierta capacidad de autocontrol y que se cuenta con su opinión. También se puede considerar la conveniencia de que esa actividad que elija sea realizada con otro adulto del centro o con otro alumno para integrarle así en el grupo siempre que eso no le exponga a un mayor nivel de estimulación y se consiga incrementar una tensión que se pretende reducir.

## A) "TERMÓMETRO DE LA IRA"

# EL TERMÓMETRO DE LA IRA

<u>¿Cómo me siento?</u>		
5		Estoy muy enfadado. Chillo. Me hago daño. Pego. Escupo. Tiro cosas.
4		¡Estoy enfadado! Grito. Digo cosas no agradables
3		Algo me molesta. Frunzo el ceño. No me apetece sonreír
2		Me siento bien. No hay problemas
1		¡Me siento genial! Me río, sonrío y estoy relajado

[www.cuentameuncuento.especial.com](http://www.cuentameuncuento.especial.com)

## B) AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA

Autor: SERGIO PALAO

### AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA

#### Consejos Generales:



- Pide ayuda a mamá/papá
- Para, Piensa, Actúa
- Cuenta hasta 10
- Toma un tentempié /snack
- Botellas de la Calma (aprenda a prepararlas aquí: <https://www.youtube.com/watch?v=31eQ69ur9C4>)

### AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA



#### Ejercicios de Respiración:

- Respirar como si oliese una flor
- Expirar como si soplase una vela (he unido estas dos acciones en una sola tarjeta para que la pueda tener en una sola tarjeta de actividad)
- Respiración del 8 (aprende a realizarla leyendo el artículo: "Respiración del 8": <https://cuentameuncuentoespecial.com/como-controlar-la-ira-en-ninos-expresar-ira-ejercicios-respiracion/>)
- Inspirar y Expirar mientras mamá cuente hasta 10
- Soplar pompas de jabón

## AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA



### Abandonar la situación (físicamente)

- Ir a otra habitación
- Buscar un lugar tranquilo y sin ruidos
- Salir al jardín o al parque
- Ir de paseo con los papás

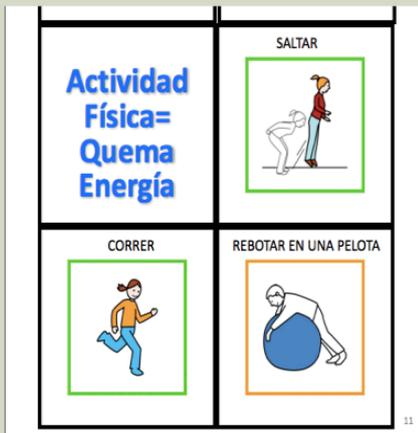
## AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA



### Abandonar la situación (comenzar una nueva actividad)

- Ver televisión
- Mamá cuenta un cuento/historia
- Jugar con la tableta/iPad
- Hacer un dibujo/colorear
- Escuchar música
- Jugar con plastilina
- Jugar a juegos de mesa

## AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA



### Actividad Física (¡Quemar energías!)

- Reboto sobre una pelota
- Saltar
- Correr

## AFRONTAMIENTO DE LA IRA: TARJETAS DE LA CALMA



### Otras técnicas de relajación

- Escribe tus problemas/ preocupaciones en un papel y rómpelo
- Relajación muscular progresiva
- Meditación
- Yoga
- Aprieta una bola antiestrés y relaja la mano a continuación (repite varias veces)
- Piensa en cosas que te hacen sentir feliz
- Abraza fuerte a tu peluche favorito

# OTRAS TARJETAS DE LA CALMA



- Respiración profunda
- Tiempo-fuera
- Encontrar soluciones
- Cambiar de escenario
- Hacer ejercicio
- Pensar antes de hablar
- Emplear el humor
- Contar hasta diez
- Pedir perdón
- Hablar sobre el tema
- Buscar asesoramiento
- Escuchar Música

## C) “CAJONES DE LA CALMA” (Según la Edad)

El centro escolar podrá aquí inspirarse en el material recogido en los archivos denominados “CAJÓN DE LA CALMA HASTA LOS 8 AÑOS” Y “CAJÓN DE LA CALMA: 8 a 12 AÑOS” que se adjuntarán a este manual.

### **CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)**

#### **1°.- ARTICULOS QUE BRINDAN APOYO PROPIOCEPTIVO**

COJÍN DE REGAZO CON PESO O ANIMAL DE PELUCHE CON PESO

CHALECO CON PESO O CHALECO A PRESIÓN

BANDAS ELÁSTICAS DE RESISTENCIA

TUNEL SENSORIAL

MINI-MASAJEADOR

CALCETINES CORPORALES

MANTA PEQUEÑA

### **CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)**

#### **2°.- ARTÍCULOS PARA SOPORTE SENSOMOTOR ORAL**

- JUGUETE MASTICABLE O COLLAR MASTICABLE
- CHICLE, CAMELOS DUROS O PIRULETAS
- SNACKS CON TEXTURAS DIFERENTES
- SILBATO, ARMÓNICA, SOPLADORES DE FIESTA O SIMILARES
- SPRAY DE RESCATE

## CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)

### 3°.- ARTÍCULOS PARA EL DESCANSO CEREBRAL DEL NIÑO

- PUZZLES
- LIBROS PARA LEER
- CUADERNO EN BLANCO Y LÁPICES O BOLIS
- LIBROS PARA COLOREAR
- BLOC DE DIBUJO DE ARTE
- PIZARRA PEQUEÑA: MAGNA-DOOLE, ETCH-A-SKETCH
- LIBROS DE ACTIVIDADES
- ALBUM DE FOTOS

## CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)

### 4°.- ARTÍCULOS PARA EL SOPORTE SENSORIAL AUDITIVO

- AURICULARES PARA CANCELAR EL RUIDO
- REPRODUCTOR MP3 CON MÚSICA
- ADUDIOLIBROS

### 5°.- ARTÍCULOS PARA SOPORTE SENSORIAL OLFATIVO

- SPRAY DE RESCATE CALMANTE CON ACEITE ESENCIAL
- BOTELLAS QUE HUELEN
- PEGATINAS DE RASCA Y HUELE
- 

## CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)

### 6°.- ARTÍCULOS PARA APOYAR LA RESPIRACIÓN Y LA RELAJACIÓN

- BOTELLA DE BURBUJAS
- MOLINILLOS
- PAJITAS Y BOLAS DE ALGODÓN O POMPONES

## CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)

### 7°.- ARTÍCULOS PARA APRETAR Y MANTENER LAS MANOS OCUPADAS

- FIDGETS: TANGLE jr. o BALÓN INFLABLE
- CUBO DE RUBIK+
- MASA DE PLASTILINA O MASILLA
- LIMPIAPIPAS
- BOLSAS DE ESTRÉS
- PLÁSTICO DE BRUBUJAS
- BOLSA DE PAPEL DE SEDA PARA RASGAR
- BUFANDAS O RESTOS DE TELA
- PEONZA

## CAJÓN DE LA CALMA (HASTA 8 AÑOS)

### 8°.- ARTÍCULOS PARA QUE LOS NIÑOS SE MUEVAN

- LIBRO DE POSTURAS DE YOGA
- SALTAR LA CUERDA

### 9°.- ARTÍCULOS PARA CALMAR VISUALMENTE AL NIÑO

- TARJETAS DE CALMA VISUAL
- BOTELLA SENSORIAL O FRASCO DE LA CALMA
- JUGUETES ILUMINADOS
- LINTERNA
- BOLA PLÁSTICA DE NIEVE
- CALEIDOSCOPIO
- RELOJ DE ARENA
- MÁSCARA DE OJOS

## CAJÓN DE LA CALMA ( DE 8 A 12 AÑOS)

### 1°.-ARTÍCULOS PARA EL DESCANSO CERTEBRAL DE LOS NIÑOS

- ROMPECABEZAS
- LIBROS PARA LEER EN CAPÍTULOS
- CUADER NO EN BLANCO Y LÁPICES/BOLÍGRAFOS
- LIBROS PARA COLOREAR
- BLOC DE DIBUJO DE ARTE
- LIROS DE ACTIVIDADES
- CARTAS DE BRAIN QUEST
- LIBROS DE GARABATTOS
- MAD LIBS
- JUEGOS DE UN JUGADOR PARA VIAJAR

## CAJÓN DE LA CALMA ( DE 8 A 12 AÑOS)

### 2°.- ARTICULOS PARA EL SOPORTE SENSORIAL AUDITIVO

- AURICULARES PARA CANCELAR EL RUIDO
- REPRODUCTOR MP3 CON MÚSICA, SONIDOS DE LA NATURALEZA, AUDIO-LIBROS
- MÁQUINA DE SONIDO

### 3°.- ARTICULOS PARA SOPORTE SENSORIAL ORAL MOTOR

- CHICLES, CAMELOS DUROS, PIRULETAS
- SPRAY DE RESCATE
- COLLAR PARA MASTICAR

## CAJÓN DE LA CALMA ( DE 8 A 12 AÑOS)

### 4°.- ARTÍCULOS PARA AOYAR LA RESPIRACIÓN Y LA RELAJACIÓN

- LIBRO DE POSTURAS Y ACTIVIFADES DE YOGA
- SPRAY DE RESCATE

### 5°.- ARTÍCULOS QUE BFINDAN APOYO PROPIOCEPTIVO

- SACO DE BOXEO O SACO
- mini masajeador
- COJÍN DE REGAZO CON PESO
- PESAS DE MANO
- BANDAS DE RESISTENCIA
- ROPA DE COMPRESIÓN
- , manta calefactada
- MANDA CON PESO
- SALTAR A LA CUERDA

## CAJÓN DE LA CALMA ( DE 8 A 12 AÑOS)

### 6°.- ARTÍCULOS PARA APRETAR O MANTENER LAS MANOS OCUPADAS

- KITS E LEGO
- BOLAS DE ESTRÉS
- CUBO DE RUBIK
- ROMPECABEZAS DE MADERA O METAL
- KITS DE MANUALIDADES
- CUNA DE GATO

-

## CAJÓN DE LA CALMA ( DE 8 A 12 AÑOS)

### 7°.- ARTÍCULOS PARA CALMAR VISUALMENTE

- CALIDOSCOPIO
- MÁSCARA DE OJOS
- BUSCA Y ENCUENTRA LIBROS
- LÁMPARA DE LAVA

-

### 8°.- ARTÍCULOS PARA EL SOPORTE SENSORIAL OLFATIVO

- SPRAY CALMANTE DE ACEITE ESENCIAL
- LOCIÓN PERFUMADA

## **ANEXO IV: TÉCNICAS DE DESACTIVACIÓN VERBAL “DESESCALADA”**

**Descripción:** intervención a emplear en alumnos que se encuentren en riesgo de comportarse agresivamente empleando el lenguaje y otras técnicas de comunicación para atenuar, redirigir o “desescalar “ una situación conflictiva.

**Objetivo:** reducir el nivel de ansiedad del alumno para que acepte la posibilidad del diálogo y evitar la ira y la rabia típicas de quien se agita. Se pretende que **el alumno abandone el estilo de pensamiento propio de una crisis emocional y adopte el de una persona centrada.**

### **Etapas de la Escalada Conductual:**

- **Desencadenante:** el alumno experimenta conflictos sin resolver
- **Agitación:** el alumno se encuentra enfadado, sin un objetivo claro
- **Aceleración:** el conflicto sin resolver hace que el alumno se centre intensamente en él
- **Cima:** el alumno, fuera de control, muestra una conducta grave
- **Desescalada:** desahogo de las emociones del período de cima de forma que se van atenuando la gravedad de las emociones y las conductas del período más crítico
- **Recuperación:** aparición de la disposición para incluirse y participar en las actividades normalizadas

### **Elementos esenciales para el profesorado en el proceso de Desescalada:**

- **Lenguaje Corporal:** es el factor más influyente y de mayor impacto; incluye la mirada, la postura, los gestos y las expresiones faciales
- **Tono del habla:** manera en que se dicen las cosas, ritmo, volumen, carga emocional, nivel de detalles
- **Elección de las palabras:** siendo importante es, sin embargo, el factor de menor peso

## **Decálogo de recomendaciones en la Técnica de la Desescalada para la práctica del profesorado:**

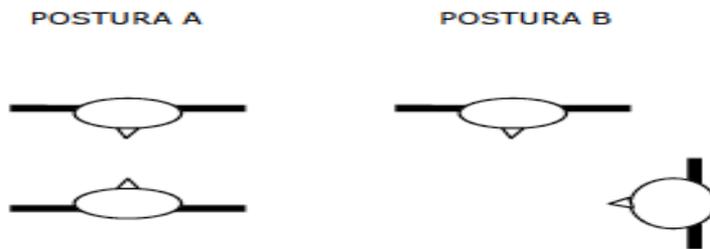
- Invitar al alumno a hablar en un espacio seguro y reservado, agradable, libre de objetos, al abrigo de la presencia o injerencia de otros espectadores (¿“Rincón de la Calma”?). Si el alumno se negara a ello, pedir al resto de compañeros que salgan del aula o del espacio donde se haya iniciado la agitación. La puerta permanecerá semi-abierta y la intervención contará con la presencia discreta, en las inmediaciones, de otro profesor más.
- Distanciar física y emocionalmente al alumno (si fuera oportuno incluso invitándole a salir del aula) de la situación que creemos que le pueda haber generado el estrés y la agitación.
- Respeto del espacio físico personal del alumno
- Evitación de actitudes o comentarios provocadores, intimidatorios o de confrontación de ideas
- Establecimiento del contacto verbal
- Hablar concisamente
- Identificar deseos y emociones
- Prestar la máxima atención a lo que el alumno diga
- Buscar el acuerdo y la negociación; acordar también los desacuerdos provisionales en qué se esté incurriendo
- Aclarar lo que establecen las normas y límites necesarios para evitar que se haga daño a si mismo, a los demás o a los enseres escolares(incluyendo la ayuda de agencias exteriores sanitarias o de seguridad).
- Ofrecer opciones y mostrarse optimista
- Explicar los procedimientos al alumno

## **Decálogo de intervenciones desaconsejadas en la Técnica de la Desescalada para el profesorado:**

- Negarse a escuchar lo que diga e interrumpir el discurso del alumno
- Avergonzar al alumno por su mal comportamiento
- Elevar el propio tono de voz para “hacerse oír”
- Prolongar la negociación una vez comprobado que el alumno no posee las habilidades necesarias para ella o que rechaza al profesor con el que negocia
- Ofrecer medicación al alumno en ese momento preciso para que esté más tranquilo
- Sonreír al alumno o hacerle comentarios “graciosos”
- Discutir con el alumno o amenazarle
- Retar al alumno o mirarle fijamente
- Invadir el espacio personal del alumno
- Minimizar o no tener suficientemente en cuenta los sentimientos del alumno

## **Recomendaciones posturales en la Desescalada:**

- No aproximarse al alumno de manera frontal o por la espalda (postura A)
- Aproximarse de manera oblicua (postura B)
- Mantenerse ladeado y a una distancia suficiente de manera que el alumno no alcance al profesor si intenta golpear, agarrar o dar una patada



### **Recomendaciones para una apariencia no amenazante:**

- Aparecer siempre calmado y seguro (aunque uno no se sienta así)
- Mantener un contacto visual limitado
- Mantener una expresión facial neutra
- Colocar las manos en frente del cuerpo, abiertas y en posición relajada
- Mantenerse a la misma altura ocular que el alumno, invitarle a permanecer sentados y levantarse también si lo hace él

### **Recomendaciones durante la Desescalada Verbal:**

- No elevar el tono de voz ni gritar a un alumno que grita; esperar hasta que pare de gritar para respirar o a que hable más calmadamente o a un volumen normal
- Dar respuestas concisas y simples
- Repetir algo si es necesario
- Responder a preguntas que pidan información independientemente de las malas formas con que sean planteadas
- No responder nunca a preguntas o comentarios cuya única finalidad sea el insulto o la ofensa
- Ayudar al alumno a que exprese sus emociones de ira en vez de responder en base a ellas
- No adoptar una postura defensiva aunque el alumno haga comentarios, maldiciones o insultos hacia nosotros
-

- 
- Evitar la mentira como forma de calmar ya que una vez descubierta por el alumno fomentará nuevamente la escalada
- Posponer al alumno, en la medida de lo posible, la comunicación en esos momentos de noticias desagradables
- Explicar límites y normas en un tono que infunda respeto y firmeza, pero siempre respetuoso
- Dar opciones y alternativas siempre que estas sean seguras y posibles
- Ser respetuosos a la hora de establecer límites o solicitar ayuda externa
- Empatizar con los sentimientos del alumno, nunca con su comportamiento
- Ofrecer alguna bebida (agua, zumo, infusión)
- Emplear técnicas de escucha activa que muestren al alumno que se le presta la máxima atención:

/ asentimientos con la cabeza

/respuestas verbales simples: (Ahí Síj Claroj)

/respuestas en espejo repitiendo o resumiendo muy brevemente lo que acaba de decir el alumno sin interrumpirle en su discurso

/empleo de preguntas abiertas para ampliar la información sobre el pensamiento del alumno (¿me podrías decir algo más sobre esto último...?)

## **ANEXO V: PROCEDIMIENTO DE REDUCCIÓN DE LA ESTIMULACIÓN Y AISLAMIENTO**

**Definición:** procedimiento en el que un alumno es sometido a un confinamiento voluntario o involuntario, debidamente acompañado en una sala, para impedirle físicamente la salida de ésta al objeto de incrementar la seguridad y el control de determinadas conductas. Se habrá de aplicar cuando a juicio de quien lidera la intervención en la situación de agitación (Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis) no son suficientes las intervenciones menos restrictivas ya empleadas (distracción y/o desescalada verbal) o cuando aquellas no sean apropiadas.

**Indicaciones:** las siguientes en orden de menor a mayor gravedad

- reducción de los estímulos incidentes que activan la escalada de la agitación
- prevención del daño a la propiedad o aparición de conductas extrañas o disociadas
- prevención del daño a sí mismo o a los otros.

**Recursos Humanos:** aún siendo responsabilidad legal de todo el personal del centro escolar la atención a alumnos en situación de agitación creciente, este protocolo propone la formación y adiestramiento en cada centro escolar y para el conjunto del profesorado en la Técnica del Asilamiento/Reducción Estimular”.

Una vez que este personal entre en acción el resto del personal del centro que esté en horas no lectivas de actividad actuará acudiendo con la mayor diligencia a las posiciones de trabajo que queden desocupadas por los miembros de ese Equipo de Intervención de modo que la normal actividad del centro no se vea gravemente alterada.

**Recursos Materiales:** idealmente el uso de procedimientos de aislamiento ha de realizarse al abrigo de la presencia del resto de alumnos del centro escolar y estará a cargo del Profesor o Tutor encargado del aula o de una parte del Equipo de Intervención entrenado al efecto. La actuación será llevada a cabo con el empleo de una “**Sala de la Calma/Bakegunea**” que debidamente dotada se constituirá en el espacio en el que desarrollar esta intervención y que idealmente se concibe como un espacio pequeño, sin mobiliario, con ventanas aseguradas, totalmente carente de objetos contundentes al alcance, con una o dos colchonetas para mantener en decúbito supino (si fuera necesario) al alumno agitado y con un par de sillones fijos o no arrojadizos por si fuere mejor que el alumno permaneciera sentado con un adulto (proceso de Aislamiento).

## Cuestiones procedimentales:

- a) Se habrá de aplicar el aislamiento cuando a juicio de quien lidera la intervención en la situación de agitación no son suficientes las intervenciones menos restrictivas ya aplicadas o cuando aquellas ya no sean apropiadas.
- b) Requerirá durante su aplicación de la vigilancia y atención visual directa por parte de uno o dos profesores para evitar los riesgos asociados a su práctica (grado de ansiedad, de agitación y actitud del alumno durante esta actuación)
- c) Habrá de cuidarse la comodidad y el confort del espacio en el que tiene lugar, reduciendo al máximo los estímulos ambientales inductores de agitación (excesos de conversación o de actividad; garantía de intimidad; fomento del silencio, elementos seguros para el descanso o la relajación, compañía relajada del profesor para la escucha, la contención, el alivio psicológico, una completa ausencia de elementos contundentes y con una puerta de acceso/salida vigilada)
- d) En función del estado de agitación del alumno en la **“Sala de la Calma/Bakegunea”** se le podrá ofrecer el material del **“Cajón de la Calma”** que le resulte más adecuado y sin menoscabo de que si tal nivel de agitación es alto se anule esta posibilidad manteniendo alejado al alumno de dicho cajón, material éste que en esa situación concreta preferiblemente deberá ser ubicado fuera de dicha sala.
- e) Se hará una valoración permanente durante su ejecución sobre la conveniencia de recurrir a agencias externas de apoyo (sanitarias o de seguridad) a las que se acudiría si la situación así lo requiriera a juicio del líder de la intervención en marcha (Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis).
- f) En este mismo lugar y en el caso de que la agitación no remitiera y por el contrario se mantuviera en ascenso, se procederá cuando la agitación fuera manifiesta (en tanto no accedan al centro escolar los recursos sanitarios o de seguridad que eventualmente hayan sido alertados) a la práctica del **Procedimiento de Reducción y Contención Física del Alumno Gravemente Agitado** por parte del Equipo de Intervención en Crisis con arreglo a las pautas y normas que inmediatamente se citan ( Ver ANEXO VI).

## **ANEXO VI: PROCEDIMIENTO DE REDUCCIÓN Y CONTENCIÓN FÍSICA DEL ALUMNO GRAVEMENTE AGITADO**

**Definición:** procedimiento de inmovilización de un alumno con agresividad y gravemente agitado que se inicia cuando el personal del “**Equipo de Intervención en Crisis**” se aproxima al alumno agitado para proceder a su inmovilización y que finaliza cuando se elimina el mismo.

**Indicaciones:** las siguientes en orden de menor a mayor gravedad

- reducción de los estímulos incidentes que activan la escalada de la agitación
- prevención del daño a la propiedad o aparición de conductas extrañas o disociadas
- prevención del daño a sí mismo o a los otros.

### **Consideraciones generales:**

La reducción es generalmente contraria a la voluntad del alumno y debe ser considerada una práctica excepcional que se emplea de forma subsidiaria bajo el liderazgo de la persona del centro escolar al cargo del episodio de agitación (“**Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis**”) hasta que estén presentes los recursos ajenos al centro escolar que sean citados para la toma en cargo del caso (instancias sanitarias o de seguridad pública), quienes serán a partir de ese momento los que lo ejerzan con plena responsabilidad, competencia y autonomía.

En un entorno escolar este procedimiento podrá ser aplicado de manera excepcional o urgente cuando el grado de agitación que presente el alumno hiciera necesario limitar sus movimientos mediante un procedimiento de contención y serán reconocidos a estos efectos los riesgos existentes para la seguridad del propio alumno, (autolesiones, suicidalidad) o para la de las demás personas del entorno escolar (otros alumnos, empleados o profesores) o cuando el alumno en su agitación se emplee destructivamente contra los objetos y enseres escolares.

Habrán de ser aplicadas aquellas medidas que sean más adecuadas y proporcionales a la situación de agitación observada procurando siempre que el procedimiento empleado sea el menos traumático para el alumno, por el período de tiempo más corto posible y hasta que la gestión del episodio quede en su caso en manos del personal sanitario o de seguridad que haya de intervenir.

**Recursos Humanos:** aún siendo responsabilidad legal de todo el personal del centro escolar la atención a alumnos en situación de crisis de agitación, este protocolo propone la formación y adiestramiento en cada centro escolar de un Equipo de Intervención en esas crisis que, limitado a un máximo de seis personas, tenga la principal (que no única) responsabilidad de atender y liderar este tipo de actuaciones.

Una vez que este personal entre en acción el resto del personal del centro que esté en horas no lectivas de actividad actuará acudiendo con la mayor diligencia a las posiciones de trabajo que queden desocupadas por los miembros de ese Equipo de Intervención de modo que la normal actividad del centro no se vea gravemente alterada.

**Recursos Materiales:** idealmente el uso de procedimientos de aislamiento y contención física ha de realizarse al abrigo de la presencia del resto de alumnos del centro escolar y estará a cargo del Equipo de Intervención entrenado al efecto. La actuación será llevada a cabo con el empleo de una **“Sala de la Calma/Bakegunea”** que debidamente dotada se constituirá en el espacio en el que desarrollar esta intervención y que idealmente se concibe como un espacio pequeño, sin mobiliario, con ventanas aseguradas, totalmente carente de objetos contundentes al alcance, con una o dos colchonetas para mantener en decúbito supino (si fuera necesario) al alumno agitado y con un par de sillones fijos o no arrojados por si fuere mejor que el alumno permaneciera sentado con un adulto (proceso de Aislamiento)..

Las luces del techo (no excesivamente intensas) serán a modo de plafón (no colgantes) y el lugar estará ubicado físicamente en un lugar relativamente distante de las aulas ordinarias (dependiendo del tamaño del colegio tal vez se requiera más de una “Sala de la Calma-Bakegunea”). La puerta de acceso a la Sala de la Calma-Bakegunea debe permanecer entreabierta, pero custodiada por el personal interviniente (especialmente en el caso de que sea precisa la Contención Física del alumno). Podrá disponer de un “Cajón de la Calma” que será retirado si se inicia un procedimiento de Contención Física y (si fuera posible) de algún dispositivo de música ambiental para la reproducción de “Música Calmante”.

Si el alumno se negara a abandonar el aula para acudir a la “Sala de la Calma-Bakegunea” se convocará al equipo de intervención (EI) que vendrá dotado de las colchonetas de dicha sala, se pedirá al resto de los alumnos que abandone el aula junto al profesor que en ese momento trabaja con ellos para que continúen sus clases en otra aula que esté libre.

Dos de los miembros del Equipo de Intervención (su Coordinador y otro miembro más), acompañarán en el interior del aula al alumno en agitación proponiendo nuevamente técnicas de Desescalada o de Aislamiento de estimulación en esa misma aula de forma que si la agitación se viera incrementada podrán proceder allí mismo (con la participación ya del resto de adultos del Equipo de Intervención que estarán entre tanto disponibles en el exterior del aula) a la contención física del alumno si se observara que este hace fuerza en las cosas y materiales del aula o si se produjeran actuaciones físicamente dañinas contra el

mismo o contra los demás (siguiendo el procedimiento que inmediatamente se describe). Para comenzar dicha actuación se habrá de liberar una zona del aula de todo el mobiliario que pudiera resultar de peligro y se emplearán las colchonetas que ya deberán estar disponibles.

### **Cuestiones Procedimentales Previas**

a) Únicamente debe aplicarse cuando otras medidas más respetuosas con la los derechos del alumno han fracasado a la hora de reducir la agresividad y el comportamiento resultante suponga un riesgo inminente de daño para si mismo o para los demás.

b) La ejecución del procedimiento de reducción física de un alumno es responsabilidad de todo el personal del centro escolar sin excepción y habrá de contar en su empleo con el número suficiente (no escaso ni excesivo) de efectivos humanos que aseguren su éxito de forma eficiente y segura, evitando los riesgos para el propio alumno y para los profesores participantes en su ejecución.

c) Es recomendación de este protocolo que, tratándose de alumnos menores de edad, el centro escolar intente obtener el otorgamiento del consentimiento familiar por representación para la práctica de este procedimiento (ANEXO VII). Este otorgamiento, que podrá ser simplemente verbal, lo habrá de dar el representante legal del menor (Art. 9 Ley Orgánica 1/1996 de Protección Jurídica del Menor). En el caso de no ser obtenido se insistirá en la información a dicho representante legal y al propio menor sobre la causa que justifica dicho tratamiento de contención y del riesgo de rechazar dicho otorgamiento (lo que se harán constar por escrito en el documento del procedimiento, apartado de Observaciones) una vez ya comprobada la ineficacia de los procedimientos previos (distracción, desescalada, aislamiento). Se deberá instar a que los padres o representantes legales del menor para que acudan con urgencia al centro escolar para ser partícipes en los intentos de superar la agitación de su hijo y para la determinación “in situ” de las decisiones que procedan en su beneficio.

d) No obstante lo anterior, y en el caso de no obtenerse dicho otorgamiento, el Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis ante el Alumno Agitado (de no contar aún con la presencia de la autoridad sanitaria o de seguridad oportuna) podrá instar a dicha contención si entendiera que el rechazo producido fuera contrario a los legítimos intereses del menor, o si observara riesgo inmediato grave para la integridad física o psíquica del menor o riesgo para terceros. Finalmente, en cuanto la atención a la situación urgente lo permita, informará a la familia del alumno (e incluso a la autoridad judicial competente) de la situación y la acción acontecida.

e) La actividad de contención que se realice debe ser monitorizada con arreglo a los apartados que figuran en el siguiente documento-guía orientativo que será denominado **“Procedimiento de Reducción y Contención Física del Alumno Agitado”**:

f) En los diferentes apartados de este documento se harán constar las observaciones y los procedimientos realizados con el alumno, con su familia y con las autoridades sanitarias y de seguridad requeridas, indicando los contactos realizados, las horas concretas en que fueron realizados y los efectos producidos.

g) Durante el tiempo de contención se prestará atención al estado general del alumno en lo que respecta a su nivel de conciencia, respiración, grado de agitación y/o confusión, nivel de ansiedad y actitud ante el procedimiento. También se valorarán otros efectos secundarios posibles derivados de las maniobras de inmovilización (dolor, contracturas, impotencia motora funcional, erosiones cutáneas, posibles hematomas..)

## **“Procedimiento de Reducción y Contención Física del Alumno Agitado”**

### **1º.- Responsable de la indicación, práctica y recogida de la información:**

La indicación del procedimiento de contención ya observadas las Cuestiones Procedimentales del apartado anterior ha de ser realizada por el Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis ante el Alumno Agitado según lo estipulado en el Plan de Actuación del Centro y contando para su ejecución con el personal del centro escolar que forma parte de dicho equipo y que haya sido debidamente entrenado en el mismo.

La indicación y actuación realizadas han de quedar reflejadas en el Registro que se hará del Protocolo de Actuación ante el Alumno Agitado en su apartado de “Procedimiento de Contención” (**ver Anexo “Ficha de Registro”**) en el que figurarán registradas:

- La descripción de las conductas del alumno que han justificado el uso de la contención.
- Las alternativas no restrictivas que se han intentado (distracción, desescalada, aislamiento)
- El estado psíquico del alumno que conduce a la contención
- La respuesta inicial del alumno a la contención

### **2º.- Precauciones:**

**a) Solicitar la presencia del personal del centro escolar adiestrado para la contención del alumno agitado** entendiéndose que su función esencial será la de proteger la integridad física del alumno, del resto de los alumnos y del profesorado en el procedimiento de contención que se va a iniciar. Se contará con un mínimo de cuatro

adultos de dicho Equipo de Intervención en Crisis y de su Coordinador que dirige la intervención.

- b) Eliminación en ese personal de todo objeto potencialmente peligroso (gafas, tijeras, relojes, bolígrafos...) y del que pueda portar el propio alumno para garantizar la integridad física de unos y otros.**
  
- c) Tener bien dispuesto el lugar donde se realizará la contención:** libre de objetos contundentes, apartado del resto de los miembros de la comunidad escolar, asegurado en sus ventanas y dotado de algún elemento blando y mullido para evitar traumatismos durante la contención.

### **3º.- Procedimiento con el alumno/a**

- a) Informar al alumno de forma respetuosa, simple y concisa sobre el motivo de que se va a proceder a su sujeción/contención.
  
- b) Ofrecerle algo de tiempo para que acepte esa actuación y para que colabore
  
- c) Mantener un tono de voz calmado y tranquilizador, nunca provocativo ni emocionalmente distante y sin entrar en las provocaciones del alumno, ni en sus insultos ni amenazas.
  
- d) Evitar la presencia de cualquier otra persona en las inmediaciones
  
- e) El Coordinador del Equipo de Intervención en Crisis, que será el único que tenga intercambios verbales con el alumno/a, será quien indique la puesta en marcha de la contención conforme a las medidas protocolizadas que se explican.
  
- f) Si el alumno colabora será sujetado por dos únicas personas, cada una de las cuales sujetará la axila (empujando hacia arriba) y la muñeca del mismo lado (empujando hacia abajo) siempre con la firmeza suficiente. En esta posición será conducido, caso de no estar ya en ella en ese momento, a la “Sala de Aislamiento/Reducción, o Sala de la Calma/Bakegunea”.
  
- g) Si el alumno no colabora será necesario reducirlo entre los miembros del equipo de contención según el plan establecido, conduciéndole (caso de no estar ya en ella) a la sala mencionada en el apartado anterior.
  
- h) El Coordinador del Equipo de Intervención, si el alumno no colabora, sujetará y protegerá la cabeza del alumno manteniéndola algo incorporada para evitar golpes y los cuatro restantes miembros del Equipo de una extremidad cada uno (sin forzar

las articulaciones y tratando de evitar erosiones cutáneas o heridas) sujetando hombros y antebrazos quienes se ocupan de los brazos, y de las rodillas y tobillos quienes lo hagan de las piernas. Esta actuación debe producirse idealmente ya sobre el colchón de la sala de aislamiento, en posición de decúbito supino (o de decúbito lateral izquierdo si hay afectación del nivel de conciencia del alumno/a) y deberá ser aliviada, si la agitación va en descenso, con una progresiva liberación de los movimientos autónomos que desee realizar el alumno.

- i) De ser necesario se explicará más adelante al resto de los alumnos sobre las razones de la contención que se lleva a cabo, especialmente si la situación se ha producido en una zona de uso común o en presencia de ellos.
- j) Se informará en cuanto sea posible a la familia de la contención realizada a su hijo para que acuda al centro escolar cuanto antes (si no ha podido hacerlo previamente) y participe en la toma de decisiones ulteriores.
- k) En función del nivel de distensión y relajamiento obtenidos con este procedimiento y siempre en presencia de al menos dos adultos del centro se procederá de forma diligente a la supresión gradual de la contención realizada y a la valoración de si procede entonces el regreso del alumno a la actividad normalizada escolar, a su salida acompañado por su familia del centro escolar o a la activación de recursos sanitarios de urgencias médicas y de seguridad que se hagan cargo del caso y determinen bajo su autoridad las acciones oportunas que se hayan de seguir.
- l) Este Protocolo de Actuación ante el Alumno Agitado desaconseja expresamente, por su complejidad y riesgo, el uso en las instalaciones del centro de las Contenciones Mecánicas por parte del personal escolar. Esas concretas actuaciones quedarán bajo la exclusiva responsabilidad de las autoridades sanitarias o de seguridad que eventualmente se personen en el centro.

## PROCEDIMIENTO DE CONTENCIÓN: RECOMENDACIONES GENERALES

<ul style="list-style-type: none"><li>• Posición supina</li><li>• Evitar presionar cuello, espalda o pecho</li><li>• Personal entrenado idealmente</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No cubrir cara, nariz o boca</li><li>• Elevar el cabezal de la cama si es posible</li></ul>
--	---



**Figura1:**  
El paciente colabora

**Figuras 2, 3 y 4:** Secuencia de la contención en pacientes no colaboradores



**ANEXO VII:  
CONECTIVIDAD TELEFÓNICA CON LOS RECURSOS  
INTERNOS Y EXTERNOS AL CENTRO ESCOLAR  
(nombre, empleo, teléfono o e-mail)**

**PROFESOR P.T / ORIENTADOR / CONSULTOR:**

**EQUIPO DIRECTIVO:**

**EQUIPO DE INTERVENCIÓN EN CRISIS (Coordinador):**

**FAMILIA DEL ALUMN@:**

**SERVICIOS SOCIALES DE BASE:**

**Trabajador/a Social:**

**Educador/a Social/Familiar:**

**ATENCIÓN PRIMARIA:**

**Pediatra/Médico de Familia:**

**SALUD MENTAL:**

**Facultativo (Psiquiatra o Psicólogo).**

**EMERGENCIAS SANITARIAS:**

**FUERZAS DE SEGURIDAD:**

**DOCUMENTACIÓN SOBRE INFORMACIÓN Y  
LÍNEAS DE TRABAJO SUGERIDAS POR OTROS INTERVINIENTES**

Añadir aquí en el formato preferido las sugerencias de acción a tener en cuenta hechas por los demás intervinientes en el caso

## ANEXOS VIII y IX

### OTORGAMIENTO DEL CONSENTIMIENTO MUTUO PARA LA PRÁCTICA ESCOLAR Y FAMILIAR DE ACTUACIONES PARA LA REDUCCIÓN O EXTINCIÓN DE LA CONDUCTA DESBORDADA O AGITADA DEL ALUMNO

**Prácticas acordadas (describir):**

**Declaro** que he sido informado del procedimiento, de los riesgos del mismo y de la necesidad de ser empleado y a sabiendas de que en cualquier momento puedo revocar este consentimiento.

Por ello manifiesto que estoy satisfecho con la información recibida, que he comprendido su contenido, que he podido formular toda clase de preguntas que he creído conveniente, que me han aclarado todas las dudas planteadas y que comprendido el alcance de la medida y los riesgos que acarrea.

En tales condiciones, **SOLICITO Y CONSIENTO** al profesorado del Centro Escolar ..... para realizar dichas actuaciones, autorizándole además a la realización de aquellos imprevistos que surjan en dicho procedimiento.

En ..... a ..... de ..... de .....

Firma del Director del Centro  
(Nombre, Apellidos y DNI)  
(indicar parentesco o vínculo)

Firma del familiar o Tutor Legal  
(Nombre, Apellidos y DNI)

---

El representante legal **REVOCA EL CONSENTIMIENTO ANTERIORMENTE OTORGADO.**

En ..... a ..... de ..... de .....

Firma del Familiar o Tutor Legal  
(Nombre, Apellidos y DNI)  
(indicar parentesco o vínculo)

## **OTORGAMIENTO DEL CONSENTIMIENTO MUTUO PARA LA PRACTICA ESCOLAR Y FAMILIAR DE LA CONTENCIÓN FÍSICA DEL ALUMNO/A**

**Declaro** que he sido informado del procedimiento, de los riesgos del mismo y de la necesidad de ser empleado y a sabiendas de que en cualquier momento puedo revocar este consentimiento.

Por ello manifiesto que estoy satisfecho con la información recibida, que he comprendido su contenido , que he podido formular toda clase de preguntas que he creído conveniente, que me han aclarado todas las dudas planteadas y que comprendido el alcance de la medida y los riesgos que acarrea.

En tales condiciones, **SOLICITO Y CONSIENTO** al profesorado del Centro Escolar ..... para realizar dicha contención, autorizándole además a la realización de aquellos imprevistos que surjan en dicho procedimiento.

En ..... a ..... de ..... de .....

Firma del Director del Centro  
(Nombre, Apellidos y DNI)  
(indicar parentesco o vínculo)

Firma del familiar o Tutor Legal  
(Nombre, Apellidos y DNI)

---

El representante legal **REVOCA EL CONSENTIMIENTO ANTERIORMENTE OTORGADO.**

En ..... a ..... de ..... de .....

Firma del Familiar o Tutor Legal  
(Nombre, Apellidos y DNI)  
(indicar parentesco o vínculo)

**ANEXO X**  
**“FICHA DE REGISTRO DEL EPISODIO”**  
**“FICHA SE SEGUIMIENTO DE LO REALIZADO”**

Esta ficha de registro se cumplimentará SIEMPRE que sea necesario realizar una contención física de un alumno. Será confeccionada por el “COORDINADOR DEL EQUIPO DE INTERVENCIÓN EN CRISIS” y en ella figurarán al menos los siguientes apartados:

Nombre y Apellidos del alumno	
Curso escolar	
Situación previa del alumno:	Orientado / Confuso / Desorientado Agitado / Violento-Agresivo/ Con impulsividad suicida / Otros
Medidas realizadas antes de la contención	Distracción / Contención Verbal / Acompañamiento familiar
Fecha y hora en la que indica el inicio de la contención y su finalización (firma del Coordinador)	
Motivos de la contención	- Prevenir lesiones al propio paciente - Prevenir lesiones a otras personas - Prevenir los daños físicos significativos al colegio - Reducir estímulos sensoriales negativos - Programa de modificación de conducta
Contacto previo con la familia	¿Se obtiene autorización verbal? SI (Hora) NO ¿La familia acude al centro escolar para participar en la gestión de la crisis? SI (Hora) NO
No fue posible el contacto previo con la familia	Horas de las llamadas:
¿Se obtuvo la aprobación y la colaboración del propio alumno?	SI (Hora) NO
¿Se hubo de contactar con los servicios sanitarios de urgencia?	SI (Hora) NO
¿Acudieron los servicios sanitarios de urgencia?	SI (Hora) NO
¿Se hubo de contactar con los servicios de seguridad?	SI (Hora) NO
¿Acudieron los servicios de seguridad?	SI (Hora) NO
¿Se han producido lesiones en el alumno o en el profesorado interviniente?	Alumno: SI (Cuales) NO Profesorado: SI (Cuales) NO

Observaciones: Evolución y Resolución
---------------------------------------

## **“FICHA DE LO REALIZADO”**

“Tras haber agotado el/la docente todos los métodos pedagógicos persuasivos posibles para reconducir el violento incidente, ante la imposibilidad de calmar al alumno/a, dada su gran alteración emocional, y con el fin de evitar que pudiera hacerse daño a si mismo o a terceras personas, se han tenido que utilizar técnicas de contención adecuadas que redujeran su agresividad/violencia.

El incidente se pudo controlar, se siguió el protocolo y se da cuenta de ello a la dirección del centro y a su familia”.

Fecha y firma:

## ANEXO XI

# EL GRUPO DEL AULA COMO AGENTE MOTOR DE CAMBIO Y AVANCE ANTE LOS CONFLICTOS Y LA AGITACIÓN

**Webb: [hola@cuentosparacrecer.org](mailto:hola@cuentosparacrecer.org)**

## 1. LA OBSERVACIÓN DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DEL CONFLICTO Y LA AGITACIÓN

### a) Presencia de una atmósfera excesivamente competitiva

Cuando hay una atmósfera muy competitiva en el aula, **los estudiantes aprenden a trabajar compitiendo contra los demás, en lugar de trabajar con los demás.** Los conflictos frecuentemente surgen por:

- Una actitud egoísta de todos.
- Falta de habilidades para trabajar en equipo.
- Escasa ó limitada cultura del fracaso: los estudiante se sienten obligados a ganar en sus interacciones porque perder tiene como efecto lesiones a la autoestima.
- Falta de confianza en el maestro o en los compañeros de clase.

### b) Presencia de un ambiente intolerante

Un aula intolerante es un aula hostil, en la que hay desconfianza. Frecuentemente está fraccionada y simplemente es molesta, llena de estudiantes que no saben ser colaboradores, tolerantes o tan siquiera amables. Los conflictos pueden surgir por:

- La formación de pandillas y la búsqueda de chivos expiatorios.
- La intolerancia ante las diferencias raciales o culturales.
- La falta de apoyo entre los compañeros de clase que llevan a la soledad y el aislamiento.
- El resentimiento ante los logros, las posesiones o las cualidades de los otros.

### c) Falta de habilidades y canales de comunicación

La comunicación precaria crea un terreno especialmente fértil para el conflicto. Muchos conflictos pueden atribuirse a malos entendidos o percepciones erróneas de las intenciones, los sentimientos, las necesidades o las acciones de los otros. Los conflictos pueden surgir por:

- No saber expresar las necesidades y deseos eficazmente.
- No encontrar espacio para expresar las emociones y necesidades o que los alumnos se sientan temerosos de hacerlo
- No saber escucharse entre sí

**d) Carencia de habilidades de autoconocimiento y autocontrol:  
Falta de Educación Emocional**

Todos los conflictos tienen un componente afectivo y la forma en que los alumnos expresan sus emociones tiene un papel importante en cómo se desarrollan los conflictos. Los conflictos pueden surgir porque los alumnos:

- No están en contacto con sus propios sentimientos
- No conocen maneras no agresivas de expresar su enojo y frustración.
- Reprimen sus emociones.
- Les falta autocontrol.

**e) Carencia de estrategias para la resolución de conflictos**

Los conflictos del aula pueden incrementarse en número e intensidad cuando los estudiantes – y los maestros – no saben cómo responder de manera creativa ante ellos.

## **2. PROTOCOLOS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS**

**a) Ambiente excesivamente competitivo.**

Cuando el ambiente es excesivamente competitivo se propone:

- Trabajar sobre *dinámicas de cohesión grupal y trabajo en equipo (SUB-ANEXO A)*

- Trabajar sobre el *enfoque en soluciones* (lo importante no es llegar el primero, no es de quién ha sido la culpa, sino ser capaces de solucionar) poniendo el acento en el proceso no en el resultado.

Idea: Los errores son la base del aprendizaje.

Un conflicto es SIEMPRE una oportunidad para aprender a resolverlo, pero también para aprender que a menudo las cosas no salen como habíamos planeado. Hay que trabajar sobre la idea (muy importante en entorno de aula) de que el error es la base del aprendizaje, y que si trabajamos una buena “cultura del error” reduciremos drásticamente la frustración .

- Respondiendo con compasión y amabilidad ante los errores más que con vergüenza, culpa ó sermones.
- Ayudando a los alumnos, a través de *Preguntas de Curiosidad* (SUB-ANEXO B) a explorar las consecuencias de sus errores.
- Invitando a todos los alumnos a compartir un error que cometieron durante la semana y a expresar lo que aprendieron de él (empieza el tutor).

Idea. Juntos estaremos mejor .

Una de las primeras actividades que desarrollamos en equipo es el juego; **mediante actividades lúdicas compartidas entre iguales se adquieren valores como la solidaridad, el respeto, el aprender a compartir y tolerar.**

Los adultos debemos educar a los niños en las normas del juego grupal u otro tipo de actividades que requieran el trabajo en equipo. De forma innata podemos llegar a ser egocéntricos y a movernos por intereses personales. **En las dinámicas de cohesión debe primar el interés y objetivo del grupo, por encima de las individualidades.** Ayudar a que los pequeños entiendan esta realidad y a que asimilen las reglas del juego o normas de funcionamiento del equipo es básico. (SUB-ANEXO A)

### **b. Un ambiente intolerante.**

Tolerancia y respeto deberían ser los valores guía en un mundo global.

Idea. Todos distintos, todos iguales.

No existe un manual sobre cómo enseñar a los alumnos a ser tolerantes y respetuosos, pero, como en muchos casos, **no hay mejor lección que el ejemplo.** Esta actitud se irá incorporando en la personalidad de los pequeños de forma sutil, imitando a las personas que están a su alrededor. De este modo, si tú respetas a los demás, valoras las otras culturas y rechazas los estereotipos injustos, ellos también lo harán. Aquí figuran algunos materiales de interés en base a cuentos y dinámicas de trabajo.

- Cuentos e ideas para aprender a ser tolerantes. (SUB-ANEXO C)
- Todos distintos, todos iguales: aprender a respetar a los demás. (SUB-ANEXO D)

### **c.- Falta de habilidades y canales de Comunicación. Reuniones de Clase**

Idea. Crear Espacios de Diálogo I. Hasta los diez años de edad (SUB-ANEXO E)

Idea. Crear Espacios de Diálogo II. A partir de los 10 años de edad (SUB-ANEXO F)

#### **d.- Carencia de habilidades de autoconocimiento y autocontrol: falta de educación emocional .**

Dotar a los alumnos de habilidades socio-emocionales básicas para que en primer lugar puedan saber qué les ocurre (autoconocimiento) y por otro lado a saber cómo gestionar de manera saludable y eficaz esta emoción (autocontrol) .

*Idea. Aprender a Expresar las Emociones.*

Aprender a poner nombre a lo que a uno le ocurre y en segundo lugar ser capaz de expresarlo es importantísimo, os dejamos un recopilatorio de dinámicas e ideas en este sentido.

- 4 juegos de autoconocimiento (SUB-ANEXO G)
- Aprendo a identificar y nombrar emociones. (SUB-ANEXO H)

*Idea. Aprendo a Gestionar mis emociones.*

Entender que es importante calmarse y parar antes de actuar es la primera gran estrategia de autocontrol en este sentido os compartimos dos grandes herramientas:

- Tiempo Fuera en Positivo. (SUB-ANEXO I)
- La Rueda de las opciones. (SUB-ANEXO J)

#### **e) Carencia de estrategias para la resolución de conflictos.**

*Idea. Enfocarse en las soluciones.*

En lugar de enfocarse en buscar CULPABLES podemos enseñar a los alumnos a enfocarse en encontrar SOLUCIONES, aprender a aplicar las Técnicas de Resolución de Conflictos (SUB-ANEXO K)

*¿Cómo hacerlo?*

- Identificación del problema. El primer paso para resolver un problema es aprender a definirlo.
- Lluvia de ideas. El segundo paso es aprender a generar lluvia de ideas SIN juzgarlas, simplemente lanzar posibles soluciones que se ajusten al problema.
- Evaluación y Elección. Una vez tenemos muchas ideas, lo importante es evaluarlas y tomar partido por una de ellas.
- Acción. Implementar la solución.
- Seguimiento. La semana siguiente hay que EVALUAR ¿fue la mejor solución? ¿funcionó? ¿qué hemos aprendido?

## SUB-ANEXO A: Trabajar la Cohesión Grupal

### 1º.- Dinámicas de Cohesión Grupal

#### “En forma de...”

**Descripción** Haremos dos equipos y se colocan unos enfrente de los otros. Entre todos deben conseguir hacer con su cuerpo la figura que les manda el otro equipo (figuras geométricas, animales, edificios...) La única norma es que deben participar todos los jugadores del equipo para hacer una única figura.

**Adecuado porque:** Es una dinámica no competitiva porque no gana ni pierde nadie, simplemente, se lo pasan en grande, trabajan la cohesión grupal y cultivan la creatividad.

**Edad recomendada:** EP ( 6- 12 años)

#### “El globo”

**Descripción:** En grupos de 4-6 niños se estiran en el suelo formando un círculo colocamos un globo y la idea es que el globo de la vuelta entera al círculo sin tocar el suelo. Jugaremos varias partidas, introduciendo mayor nivel de dificultad, por ejemplo ( sólo podemos usar las manos, ó no podemos usar las manos, etc. )

**Adecuado porque:** Dinámica no competitiva, requiere cooperación, divertida.

**Edad recomendada :** Todas las edades

#### “Sigue la Historia”

**Descripción:** Nos colocamos en círculo, el primero empieza contando una historia y tiene 1 minuto , cada miembro del grupo añade algo a la historia y tenemos todos un minuto. Al final habremos creado una historia entre todos. Después podemos dibujarla ó escribirla.

**Adecuado porqué:** Fomenta la creatividad y la pertenencia al grupo.

**Edad recomendada:** A partir de EP

#### “Enredados”

**Descripción:** De pie y en rueda, las personas se cogen por las manos, con una música y bailando, se indica que las personas se vayan mezclando, quedando completamente enredada la rueda. Al parar la música, se indica que -SIN SOLTARSE- se desenreden para volver a la rueda inicial.

**Adecuado porqué:** Es un buen ejercicio para conocer el nivel de cohesión en el grupo, el nivel de cooperación, quien dirige o se deja dirigir, quien se implica o pasa de la situación, etc.

**Edad Recomendada:** A partir de EP

#### “Dibujamos con cuerdas”

**Descripción:** En grupos de 4 personas, tomaremos un rotulador grueso que pinte fácilmente. Repartir a cada persona una cuerda del mismo largo, aprox. 1 metro. Todas atan su cuerda al rotulador y poniendo un papel sobre la mesa (o suelo), se tienen que poner de acuerdo para hacer un dibujo moviendo las cuerdas en la dirección necesaria para realizar el trazo. **No vale enrollar-recoger la cuerda para tener más control sobre el movimiento del rotulador, las cuerdecitas estarán extendidas en todo su largo durante todo el tiempo de dibujo.**

**Adecuado porqué:** Requiere estrategia y trabajo en equipo.

**Edad Recomendada:** A partir de 9 años.

## **2º.- Recursos. Cuentos**

Listado de cuentos para aprender a cooperar.

### **1. Nadarín: La unión hace la fuerza y el pez chico no siempre ha de temer al grande.**

Un clásico recuperado lleno de riqueza cromática para abordar también la superación de los miedos y el valor de la diversidad.

Nos gusta mucho su propuesta gráfica y su mensaje claro y directo. Nos parece una buenísima propuesta para trabajar el cooperaci3n con ni1os de a partir de 3 a1os.

*Datos pr1cticos:*

- Autor: Leo Lionni
- Editorial: Kalandraka
- Edad: + 3

### **2. ¿ A qué sabe la luna?**

Un libro tan redondo y sabroso como la luna llena. **Los animales de la selva nos mostrarán que las cosas compartidas siempre saben mucho mejor.**

Nos gusta por su sencillez, por su ternura en las imágenes y en los personajes. Un libro redondo

*Datos pr1cticos:*

- Autor: Michael Grebjeic
- Editorial: Kalandrka
- Edad: +3

### **3. La manzana roja**

Un día un conejo hambriento salió a buscar algo que comer. Todo estaba cubierto de nieve, y no encontraba nada. Finalmente vio una manzana roja que colgaba de un árbol. Pero no podía alcanzarla. Y fue a buscar ayuda... Un precioso álbum sobre la cooperaci3n.

*Datos pr1cticos:*

- Autor: Fredium Oral
- Editorial: Juventud
- Edad: +4

### **4. El Pez Arcoíris**

Arcoiris es el pez más hermoso del océano, con sus preciosas escamas de mil colores. Pero a pesar de su belleza se siente muy solo. ¿Por qué los demás peces no quieren jugar con él? Un libro bellamente ilustrado que nos enseña la importancia de saber compartir.

*Datos pr1cticos:*

- Autor: Marcus Pfister
- Editorial: Beascoa
- Edad: +4

## 5. La cebra Camila

Allá donde se acaba el mundo vivía una pequeña cebra. Un día, al salir de casa, el viento bandido se llevó siete rayas de su vestido. Una araña, una serpiente, el arco iris y una cigarra, entre otros, ayudarán a Camila a olvidar su pena. La cebra Camila nos ofrece una particular visión del paso de la infancia a una cierta conciencia del tiempo, al descubrimiento del mundo y los problemas que de ello puedan derivarse. El texto, de estructura encadenada, utiliza los recursos propios de los cuentos tradicionales: juegos de preguntas y respuestas, rimas, reiteraciones, apoyándose en un tono sugerente y poético.

*Datos prácticos:*

- Autor: Marisa Nuñez
- Editorial: Kalandraka. Mayores de 4 años

### • SUB-ANEXO B: Preguntas de Curiosidad

Las *preguntas de curiosidad* son ideales para enfocarse en soluciones. Una vez ha pasado el enfado, mediante las preguntas podemos indagar en lo que ha pasado, cual ha sido el motivo, qué ha pasado después y qué podemos hacer la próxima vez que ocurra lo mismo.

Habitualmente los adultos/profesores decimos qué ha pasado o no pasado, por qué, que consecuencia ha tenido, qué deben hacer... no dejamos que el cerebro del niño/alumno funcione, que piense, que experimente y saque conclusiones.

La clave para mejorar este aspecto y dar la oportunidad a los niños/alumnos de descubrir y practicar sus habilidades y capacidades está el **PREGUNTAR en lugar de DECIR**.

Las preguntas de curiosidad son ideales **para dar seguimiento a un tiempo fuera positivo** y enfocarse en soluciones. Una vez ha pasado el enfado, **mediante las preguntas podemos indagar en lo que ha pasado, cual ha sido el motivo, qué ha pasado después y qué podemos hacer la próxima vez que ocurra lo mismo**. Con ellas, ayudamos a que los niños/alumnos exploren las consecuencias de sus acciones y elecciones, siendo esto mucho más efectivo que imponer consecuencias.

¿Cómo hacerlo ? Principios para su uso:

1.- No seguir ningún guión, espontaneidad. Las respuestas del niño/alumno irán guiando las preguntas.

2.- No usar la pregunta ¿por qué? (con ella parece que acusamos; la podemos sustituir por ¿qué ha pasado para que...? ¿Qué ha hecho tu compañero para...?)

3.- No hacer preguntas si ambos o uno de los dos está molesto. Esperar el tiempo necesario.

4.- Hacer las preguntas desde el corazón, adentrándose en el mundo del niño. Evitar ir predispuesto a escuchar lo que se quiere oír.

5.- Mostrar empatía y aceptación. Esto es principal para conectar con los alumnos para que se sientan tenidos en cuenta y no rechacen hablar o se sientan juzgados.

Ejemplos. Preguntas abiertas típicas:

- ¿Cómo te sientes con lo que ha sucedido?
- ¿Qué crees que lo ha provocado?
- ¿Qué has aprendido de esto?

- ¿Cómo puedes usar en el futuro lo que aprendiste?
- ¿Qué ideas tienes para solucionarlo?
- ¿Qué ha pasado para que te enfades tanto?
- ¿Qué puedes hacer la próxima vez que pase?
- ¿Cómo podrías ayudar a tu compañero?
- ¿Cómo podría ayudarte el grupo o yo?
- ¿Qué necesitas hacer para sentirte mejor?

## **SUB-ANEXO C: Cuentos e Ideas para aprender a ser Tolerantes**

No existe un manual sobre cómo enseñar a los niños a ser tolerantes y respetuosos, pero, como en muchos casos, **no hay mejor lección que el ejemplo**. Esta actitud se irá incorporando en la personalidad de los pequeños de forma sutil, imitando a las personas que están a su alrededor. De este modo, si tú respetas a los demás, valoras las otras culturas y rechazas los estereotipos injustos, ellos también lo harán.

Además, también es recomendable hablar con los niños sobre este tema, enseñarles características que no son propias de sus tradiciones, saber qué mensajes reciben de los medios en este sentido y, si todavía no la han tenido, darles la oportunidad de que jueguen y trabajen con personas de otras culturas. Eso sí, deben saber que tolerar tampoco significa dejar pasar ciertas conductas, por ejemplo, aquellas que puedan herir u ofender a los demás.

Estos cuentos pueden ayudar a respetar, entender y por qué no amar la diversidad.

### **Cuentos recomendados para niños de 3 a 6 años**

#### **Por cuatro esquinitas de nada. Jerome Ruillers**

Cuadradito quiere jugar en casa de sus amigos Redonditos, pero no pasa por la puerta porque... ¡La puerta es redonda como sus amigos! «¡Tendremos que recortarte las esquinas!», le dicen los redonditos. «¡Oh, no! –dice Cuadradito– ¡Me dolería mucho!» ¿Qué podemos hacer? Cuadradito es diferente. Nunca será redondo.

Un libro sobre la amistad, la diferencia y la exclusión con una propuesta gráfica muy original.

#### **Lolo, un conejo diferente. Guido Van Genchten**

Lolo es un conejo diferente al resto pues tiene una oreja caída. Los demás siempre se ríen de él y Lolo intenta, sin éxito, que su oreja esté recta. Un día Lolo decide ir al médico y este le dice que todas las personas tienen orejas diferentes y que las tuyas son tan buenas como las de los demás. Entonces Lolo se siente mucho mejor y propone un juego a sus amigos.

#### **La Jirafa Timotea.. Begoña Ibarrola**

La jirafa Timotea tenía muy pocos amigos en la sabana porque miraba a todos por encima del hombro, se burlaba de ellos y les hacía sentir mal. Un día se declaró un incendio en la jungla y Timotea quedó atrapada...

#### **Cirilio el cocodrilo. Almudena Taboada**

En una sociedad como la nuestra, en la que resulta evidente la incorporación de culturas e idiomas diferentes, la comunicación y diálogo deben construir un espacio sólido como soporte de la convivencia entre todos los miembros de la misma. Con este motivo y, con el fin de favorecer el crecimiento de los niños en un ambiente de interrelación cultural, se ha ideado este título dentro de “*Cuentos para sentir*” ya

que es preciso educar a los niños para que acepten a otros cuyo color de piel no es igual al de ellos y que esto no sea nunca causa de marginación o discriminación.

### **El país de los cuadrados. Francesco Tonucci**

Los cuadrados miraban a los triángulos de reojo. Después llegó el terremoto y lo puso todo patas arriba. Entonces los triángulos idearon un plan de reconstrucción en unión con los cuadrados. Un cuento sobre la convivencia, la diversidad y la amistad.

### **Elmer. David Mckee**

Elmer no es como los otros elefantes de su manada. Aunque parezca difícil de creer, es un elefante de mil colores: verde, azul, blanco, rosa, amarillo... ¡Impresionante!, ¿verdad? Pero a Elmer no le hace ni pizca de gracia ser así, más bien está harto de ser distinto, así que un día decide escaparse de la manada y buscar un remedio para poder tener el mismo color de piel que los demás..

### **Nadarín. Leo Lionni**

En un rincón perdido del mar vivía feliz un banco de pececillos. Eran todos rojos. Solo uno de ellos era tan negro como la concha de un mejillón. Nadaba más rápido que sus hermanos y hermanas. Se llamaba Nadarín.

La historia de Nadarín, como todos los libros de **Leo Lionni**, invita a pensar y aprender valiosas lecciones vitales. El valor de la diferencia y el respeto debido a quien -por cultura o aspecto físico- no comparte las características comunes, se refleja en las primeras páginas de este clásico de la literatura infantil de todos los tiempos.

### **El cazo de Lorenzo. Isabelle Carriere**

Con palabras simples y unas ilustraciones tiernas y divertidas, la autora recrea el día a día de un niño diferente: sus dificultades, sus cualidades, los obstáculos que tiene que afrontar... El cazo de Lorenzo llena un vacío, conmueve al lector, sea cual fuera su edad. Pero lo que más llama la atención es la sencillez del dibujo y del concepto.

## **Cuentos recomendados para niños de +6 años**

### **¡Hombre color! Jérôme Ruillers**

Yo, hombre de color, cuando nací era negro. Crecí siendo negro. Si tomo el sol o tengo miedo, o enfermo, sigo siendo negro. Mientras que tú hombre blanco, naciste sonrosado, si tomas el sol enrojeces y si tienes frío te vuelves azul. ¿Y tú me llamas a mí hombre de color? Un álbum en tono crítico, aunque lleno de humor y ternura. Un cuento-poema transmitido de generación en generación por la tradición oral africana contra las expresiones racistas.

### **¡Qué Rico! Alexandra Maxeiner**

Los hábitos y costumbres alimenticios de la humanidad a lo largo de diferentes épocas son tratados en este libro con bastante humor. Las autoras hablan de la producción de los alimentos, su transporte, cómo nos llegan, las especialidades y prohibiciones, cómo se comen, los sabores y los gustos según las edades y necesidades. Al final hay una página con preguntas al lector sobre sus gustos y preferencias.

### **Me llamo Yoon. Helen Recorvits**

A Yoon, una niña coreana que ha emigrado a un país occidental no le gusta ver su nombre en un idioma que no es el coreano. Durante los primeros días de escuela, Yoon no se adapta, se siente sola y sólo piensa en volver a Corea con su familia. Poco a poco, llegará a comprender que quizás lo diferente también pueda ser bueno. El difícil proceso de adaptación de una niña que va a vivir lejos de su país. La riqueza cultural, la diversidad deben conllevar valores de integración y de respeto. Un texto poético ilustrado con delicadeza y sensibilidad.

### **Casas del mundo . Clémentine Sordais**

Libro-álbum con ventanas que se abren sobre las viviendas de diferentes lugares del mundo: Rusia, Senegal, Mongolia, Groenlandia, Perú y España. Acerca a los primeros lectores las diferencias de las casas realizadas con materiales como la madera, el barro, la lana o el hielo. El texto breve está narrado por un niño o una niña que habita en el hogar seleccionado y destaca el nombre de la construcción y sus características. Se apoya en ilustraciones de los detalles más relevantes y en troqueles que amplían la información.

## **SUB-ANEXO D: “Todos distintos, todos iguales”: Aprender a respetar a los demás**

Una manera excelente de fomentar el respeto a la diversidad es a través de la lectura de cuentos con la correspondiente reflexión posterior.

### **Cuentos Recomendados**

#### **El cazo de Lorenzo . Isabelle Carrier.**

Con palabras simples y unas ilustraciones tiernas y divertidas, la autora recrea el día a día de un niño diferente: sus dificultades, sus cualidades, los obstáculos que tiene que afrontar...

#### **Soy un punto. Guiancarlo Macri**

Una obra gráfica para grandes y pequeños que nos enseña el valor de la amistad y la solidaridad. La aventura de unos puntos blancos y otros negros que se encuentran para construir un mundo mejor nos hace recapacitar sobre una realidad muy actual: la desigualdad, la inmigración, el problema de los refugiados... Con una mirada simpática y realista a un tiempo, y gracias a sus originales ilustraciones hechas íntegramente a mano y a sus sencillos y sintéticos textos, este libro ayuda a interiorizar valores como la solidaridad, la amistad y la fraternidad, despierta la conciencia de que es necesario respetar al otro, compartir los bienes y convivir en paz y armonía, y fomenta la curiosidad y la imaginación en los lectores de todas las edades. Los puntos nos enseñan que un mundo mejor es posible.

#### **Por cuatro esquinitas de nada. Jérôme Ruiller**

Cuadrado quiere jugar en casa de sus amigos Redonditos, pero no pasa por la puerta porque... ¡La puerta es redonda como sus amigos! «¡Tendremos que recortarte las esquinas!», le dicen los redonditos. «¡Oh, no! –dice Cuadrado– ¡Me dolería mucho!» ¿Qué podemos hacer? Cuadrado es diferente. Nunca será redondo.

#### **Pequeño Azul y Pequeño Amarillo. Leo Lionni**

Un relato e ilustración de Leo Lionni en que se representa la identidad individual y colectiva; y la importancia de la solidaridad, la comprensión y la convivencia con algo tan sencillo como las gamas cromáticas”.

#### **El jardín de Hugo. Jen Wojttowich**

Un poético cuento donde los más pequeños descubrirán el poder de la diferencia y de la imaginación. Hugo y Angelina, los dos protagonistas de esta historia, convierten sus peculiaridades en motivo de felicidad para compartir una nueva vida en la que la diferencia se vive con naturalidad. Una historia que alienta y divierte a la vez sobre el poder de la ternura y el valor de la aceptación.

## **SUB-ANEXO E: Falta de habilidades y canales de Comunicación. Reuniones de Clase (Hasta los 10 años)**

*Objetivo:* Las reuniones de clase son una herramienta maravillosa para la gestión de los conflictos de manera democrática.

*¿Cómo llevar a cabo las reuniones de clase?*

Algunas consideraciones importantes para llevar a cabo las reuniones de clase:

- Las reuniones deben realizarse una vez a la semana y nada debe interferir. Debemos decidir, teniendo en cuenta horarios, actividades a realizar, factores fisiológicos (como hambre o sueño) el día de la semana y la hora en la que tendrá lugar la junta. **Tenemos que ser conscientes de su importancia y tratarla como algo necesario e imprescindible .**
- **Las decisiones se toman por consenso**, si no podemos decidir, el problema se pospone hasta la siguiente semana. **Debemos transmitir a los niños la seguridad de que ese problema se resolverá.**
- Antes de dar por finalizada la reunión semanal, se recordará el orden del día de la siguiente reunión.
- **No deben terminar sin haber planeado un actividad conjunta (de ocio) para esa semana.** Una de las cosas que más gustan a los niños de las juntas es la posibilidad de planear por adelantado qué se va a hacer. Esto permite que todos digamos qué nos apetece hacer y, juntos, organicemos las actividades y gestionemos el tiempo para que podamos hacer algo que le guste a todos.
- Es muy bueno terminar la junta haciendo algo juntos, en equipo. Esto favorece ese sentimiento de pertenencia y contribución.

### **Pasos de las reuniones . Orden del día**

Las reuniones tienen **una estructura determinada** que se ha de seguir.

1. *Cumplidos:* al iniciar la junta, todos deben hacer un cumplido a cada miembro.

2. *Agradecimientos:* alternemos entre los cumplidos cosas por las que estamos agradecidos.

3. *La agenda:* discutir los asuntos en orden cronológico, así no elegiremos “el más importante”.

4. *Solución de problemas:* hay que enseñar es concepto de enfocarse en soluciones a los niños . Todos los miembros dan sugerencias, se revisa si las soluciones cumplen los criterios (si no es así, descartamos las correspondientes y explicamos por qué), se elige una y hay un compromiso para ponerla en práctica por parte de las personas implicadas en el problema, contándonos la siguiente semana qué tal les ha ido, si ha servido o no, etc.

5. *Discusión de tareas :* los niños cooperan más si pueden expresar sentimientos, contribuir en las decisiones, planear, elegir.

6. *Planeación de actividades* (hoja de actividades divertidas): actividades semanales .

7. *Actividad de cierre:* Como ya hemos dicho, actividad en grupo (mejor si es divertida para los niños) para terminar nuestra reunión con un gran “sabor de boca”.

## SUB-ANEXO F: Falta de habilidades y canales de Comunicación. Reuniones de Ayuda Mutua en Clase (A partir de los 10 años)

- L@S ALUMN@S VEN LAS **RELACIONES** CON OTR@S ALUMN@S **VALIOSAS** Y TERAPÉUTICAS.
- LA RELACIÓN DE IGUAL A IGUAL ENTRE ALUMN@S ES **ÚTIL PARA EL FUNCIONAMIENTO DEL AULA.**
- LAS **BUENAS RELACIONES** DE LOS ALUMN@S **AYUDAN A MANTENER LAS EXPECTATIVAS DE COMPORTAMIENTO Y REDUCIR LOS CONFLICTOS** EN EL AULA.

**REUNIÓN DE AYUDA MUTUA ES UNA ESTRUCTURA DISEÑADA PARA FOMENTAR ESTAS RELACIONES**

74

### DESCRIPCIÓN



- **REUNION VOLUNTARIA PARA L@S ALUMN@S Y PROFESOR@S.**
- **PRIMERA CUESTIÓN A REALIZAR POR LA MAÑANA PREFERIBLEMENTE A DIARIO.**
- **SEGUIR UNA SIMPLE AGENDA DE 4 PUNTOS.**
- **DURACIÓN APROXIMADA 20 MIN.**
- **NO TIENE QUE ESTAR PRESIDIDA POR UN MIEMBRO DEL PROFESORADO PERO NECESITA CIERTA DIRECCIÓN.**

### OBJETIVO



**DESARROLLAR LA CULTURA DE AYUDA Y COMPRENSIÓN.**

75

### PAPEL GENERAL DEL PROFESORADO

- 1.- PREPARAR UNA **SALA** PARA LA REUNIÓN CON ESPACIO SUFICIENTE Y SILLAS PARA QUE TOD@S ASISTAN.
- 2.- **INFORMAR AL PROFESORADO Y ALUMNADO DE LA REUNIÓN.**
- 3.- EN LA PRIMERA REUNIÓN, ENTREGAR EL **FOLLETO INFORMATIVO** PARA L@S ALUMN@S Y CONSERVAR REPUESTOS PARA EL FUTURO.
- 4.- MANTENER LA **REUNIÓN DIRIGIDA A LA TAREA.**
- 5.- FOMENTAR **BUENAS CONTRIBUCIONES** A TRAVÉS DE COMENTARIOS POSITIVOS Y REPLANTEAR LAS NEGATIVAS.
- 6.- CONTENER AL HABLADOR EXCESIVO Y **ALENTAR AL MÁS CALLADO.**

76

## **PAPEL ESPECÍFICO DEL PROFESORADO**

- 1.- **PREPARAR MENTALMENTE LAS COSAS PARA CONTRIBUIR, OFRECER E INFORMAR ANTES DE LA REUNIÓN.**
- 2.- **ASEGURARSE DE QUE LA AGENDA ESTÁ CUBIERTA Y QUE TODO EL MUNDO HA TENIDO TURNO PARA HABLAR.**
- 3.- **OFRECER SUGERENCIAS SOBRE CÓMO L@S ALUMN@S PUEDEN AYUDARSE MUTUAMENTE.**
- 4.- **ALENTAR EL MUTUA RESPETO Y LA APRECIACIÓN POSITIVA.**
- 5.- **OFRECER AYUDA PARA COMPRENDER EL COMPORTAMIENTO.**
- 6.- **OFRECER DESCRIPCIONES PRECISAS DE SUCESOS RECIENTES Y POTENCIALMENTE ANGUSTIANTES.**

77

## **REUNIÓN DE AYUDA MUTUA TIENE 4 RONDAS -AGENDA-**

- 1.- **RONDA DE AGRADECIMIENTO**
- 2.- **RONDA DE NOTICIAS**
- 3.- **RONDA DE SUGERENCIAS**
- 4.- **RONDA DE SOLICITUDES Y OFERTAS**

78

### **1.- RONDA DE AGRADECIMIENTOS**

- Todos en la reunión tendrán la oportunidad de agradecer a todos los demás, por cualquier cosa que se haya hecho por ellos desde la última reunión.
- Nada es demasiado pequeño.
- Todos son libres de comentar cuando alguien haya hecho alguna contribución.
- Esto hace que la reunión comience de una forma positiva.

79

## **2.- RONDA DE NOTICIAS**

- El profesorado explicará aquellas situaciones recientes que hayan podido resultar confusas o angustiosas. Incluirá las razones de por qué el profesorado ha actuado de una cierta manera.
- Le recordarán a todos lo que sucederá hoy o en los próximos días.
- Se solicitará a todos que se cuiden entre sí y se mantengan seguros, y que hablen con I@s profesor@s y pidan ayuda si están preocupados por otro.

## **3.- RONDA DE SUGERENCIAS**

- Todos tendrán la oportunidad de ofrecer sugerencias sobre cómo podemos llevarnos bien en los próximos días.
- Esto debe hacerse sin enojarse o perder la paciencia.

## **4.- RONDA DE SOLICITUDES Y OFERTAS**

- Todos tendrán la oportunidad de decir cómo los demás miembros pueden ayudarlos o asistirlos. Ejemplo; tomar un café, dar un paseo...
- Trata de alejarte de solicitudes realizadas solo para el profesorado.
- Una vez realizadas las solicitudes, cualquiera es libre de ofrecerse cumplir con estas peticiones.
- Cuando todos han expresado su opinión, la reunión considera cómo ayudar a las personas que no se han sentido capaces de asistir a otros.

## ¿CÓMO ORGANIZAR LA REUNIÓN DE AYUDA MUTUA?

1.- EL PROFESORADO ACORDARÁ **CÓMO, CUÁNDO Y DÓNDE** SE LLEVARÁ A CABO LA REUNIÓN.

2.- SE DEBE **INFORMAR A TOD@S L@S PROFESOR@S** SOBRE LA REUNIÓN Y SU PAPEL EN LA MISMA.

3.- **CONVOCAR A L@S ALUMN@S** A LA REUNIÓN.

4.- **EXPLICAR A L@S ALUMN@S PARA QUÉ SIRVE, CÓMO LES BENEFICIARÁ Y SOLICITARLES SU APOYO.**

(Inicialmente no asistirán muchos, pero luego la asistencia irá aumentando ya que las reuniones se harán regularmente y @s alumn@s suelen hablar entre ellos al respecto.)

83



## EL LIBRO DE REGISTRO

- LAS  
**REUNIONES DE AYUDA  
MUTUA DEBEN REGISTRARSE EN UN  
LIBRO DESTINADO PARA ELLO.**

- DEBERÁ SER **ACCESIBLE PARA TOD@S L@S  
ALUMN@S.**

- EL **PRESIDENTE O CUALQUIER OTRA  
PERSONA DESIGNADA DEBE SER  
QUIEN ADMINISTRE LOS  
TIEMPOS.**

84

## **SUB-ANEXO G: Aprender a Expresar las Emociones**

*“El autoconocimiento consiste en la conciencia emocional , la auto-evaluación precisa y la auto-confianza y sirve como base de todas las habilidades socio-emocionales” Goleman , Boyatzis y McKee , 2002*

### **1. Proyecto: Mi collage.**

La idea de este proyecto es acabar creando un collage decorativo para el aula con una definición gráfica de cada niño. Dejaremos que los niños utilicen imágenes, palabras o símbolos recortadas de revistas/periódicos etc ó bien buscadas de internet que representen : las cosas les gusta hacer, lugares a los que han ido, las personas que admiran, o sus sueños/proyectos. Cada niño creará su propio collage y pondrá el nombre en la parte posterior. Colgaremos los collage en el aula a modo de decoración. Posteriormente podemos jugar a adivinar de quién es cada collage, también podemos hacer que cada niño nos cuente por qué ha hecho el collage como lo ha hecho. a crear un collage. Ellos ponen sus nombres en la parte de atrás, y me publican los collages alrededor del aula.

### **2. Clasificación: Rasgos**

El objetivo de este juego es ser conscientes de nuestros puntos fuertes y nuestros puntos débiles. Les pedimos a los estudiantes a rasgar un pedazo de papel en diez tiras. En cada escriben una palabra o frase que describe a sí mismos. Posteriormente el niño deberá organizar los rasgos con el fin de lo que más le gusta de sí mismo a lo que menos le gusta. Cuando haya terminado, le digo: “¿Te gusta lo que ves? ¿Desea guardarlo? Ahora renunciar a un solo rasgo. Renuncia hasta tres rasgos. Ahora, ¿qué tipo de persona ¿eres tú?” La idea es la reflexión de que cada uno de nuestros rasgos nos hace únicos e inigualables. Este es un ejercicio que busca confrontarnos con nuestro propio yo para reconciliarnos con todo aquello que somos.

### **3. Acentuar lo positivo**

Dividir la clase en grupos de cuatro a seis, los estudiantes se centran en uno de los miembros a la vez. La idea es que todos los alumnos del grupo dicen todas las cosas positivas que puedan sobre esa persona. Animaremos los cumplidos que se centran en el comportamiento en lugar de algo que no puede ser alterado o desarrollado como por ejemplo una característica física. No se permiten humillaciones. Cada comentario debe ser positivo. Un estudiante actúa como la grabadora. Y luego escribiremos todos los comentarios para dárselos a cada uno.

### **4. Soy único. Ejercicio de las huellas**

Pido a cada estudiante coloque su pulgar en una almohadilla de tinta y hacemos una huella del pulgar. De antemano que fotocopiar el cinco patrones de huellas digitales generales que aparecen en la enciclopedia, que los estudiantes puedan identificar su tipo de impresión. Discuto el hecho de que cada huella es especial, ya que es totalmente único. Luego, cada estudiante crea un animal utilizando la huella digital como el cuerpo.

## **SUB-ANEXO H: Nombrar e Identificar las Emociones: Primer paso para gestionarlas**

Aprender a identificar y ser capaces de nombrar aquello que nos pasa (autoconocimiento) es la base de la educación emocional. Cuando queremos fomentar la Inteligencia Emocional en los más pequeños hay que empezar por aquí y estrechamente ligado a esta competencia está el desarrollo del vocabulario emocional.

### **Ayudar a expresar emociones**

Ideas útiles para saber **cómo a través de nuestro lenguaje podemos apoyar a los pequeños para que expresen sus emociones.**

#### **1. A los niños suele irritarles que se repitan sus palabras exactas.**

Veamos un ejemplo:

– Hijo: David ya no me cae bien.

– Padre: David no te cae bien.

– Hijo: (*enfadado*) Es lo que acabo de decirte.

*Este niño hubiera preferido (por ejemplo): “Hay algo en David que te desagrada” o “Se diría que te has desencantado de él”*

#### **2. Hay niños a quienes no les apetece nada hablar cuando están contrariados. Para ellos, sólo la presencia de sus padres ya es suficiente consuelo.**

Con un fuerte abrazo, con dejar que lloren sin preguntar, ellos se sienten muchas veces muy aliviados. Los adultos hemos de tener mucha paciencia y respetar ese silencio. Cuando más respetado se sienta un niño, más seguro se sentirá para hablar cuando él lo necesite. A veces las necesidades de los pequeños y las nuestras no coinciden en el tiempo.

#### **3. Algunos niños se sulfuran cuando expresan una emoción intensa y la respuesta de los padres es “correcta”, pero fría.**

Este es un matiz pequeño e importante que muchas veces los adultos no tenemos suficientemente en cuenta. Hemos olvidado nuestro corazón de niño en algún rincón y no valoramos suficiente aquello por lo que un peque puede sentirse muy dolido o enojado. Ejemplo:

Hijo: Lucía me rompió la pelota.

Padre: No te preocupes compraremos otra.

Hijo: (*triste*) Esa era mi pelota preferida.

*Este niño necesitaba oír algo así: “Uau lo siento mucho, podemos comprar otra si te parece bien”*

#### **4. También es perjudicial que los padres respondan con más pasión de la que siente el hijo.**

A veces los adultos nos enfadamos más por cosas que suceden entre niños que los propios niños y utilizamos un lenguaje desproporcionado del cual el menor, a veces, es testigo. Ejemplo:

Hijo: Hoy Cristina me pegó una patada.

Padre: Esa niña **siempre** pega patadas, voy a hablar con su madre porque esto es insoportable...

*Este niño necesitaba oír algo así: “¿Qué sucedió? ¿Os habéis enfadado?”*

### **5. A los niños no les gusta que sus padres repitan las críticas que hacen de sí mismos.**

Cuando un niño se dice así mismo soy tonto o feo... no le hará ningún bien respondiendo "No eres feo" o "No eres tonto". No colaboremos con él si se insulta a sí mismo. Podemos aceptar su pena sin repetir el adjetivo. Ejemplo:

Hija: Estoy horrenda cuando sonrío. Lo único que se ven son los hierros de la boca. Soy una adefesio.

Padre: Es obvio que no te gusta el aspecto que tienes. Probablemente será inútil que te diga que para mí eres guapísima, lleves hierros o no.

## **Cuentos para poner nombre a las emociones. Diccionarios emocionales ilustrados**

Una de las mejores maneras de fomentar el desarrollo del vocabulario emocional es a través de los diccionarios emocionales .

### **1. El gran libro de las emociones. Mary Hoffman (4 a 6 años)**

Este álbum empieza con la siguiente pregunta: ¿Cómo te sientes hoy? ¿Contento? ¿Triste? ¿Aburrido? ¿Animado?... ¿O una mezcla de todo esto y más...? Esto conlleva a una presentación de una serie de emociones y sentimientos, descrita en cada página del libro con ejemplos. Descubre muchos tipos de emociones diferentes con los niños de este libro, mira si encuentras emociones que se correspondan con las tuyas, o que te ayuden a entender lo que sienten otras personas... Un libro para favorecer el diálogo sobre las emociones con la familia, maestros o amigos.

### **2. Las pequeñas (y grandes) emociones de la vida. Montse Gisbert (más de 3 años)**

Las pequeñas – y grandes – emociones de la vida van surgiendo unas tras otras: timidez, cólera, decepción, amistad, compasión, soledad, curiosidad, separación, etc., a través de las experiencias cotidianas y de las relaciones con los demás. Podemos intentar definir las para comprenderlas mejor o simplemente... para reconocernos en ellas.

### **3. Diario de las emociones. Anna Llenas (+ de 5 años)**

Aprende a identificar tus emociones, reconocerlas y expresarlas de una manera lúdica, práctica, divertida y creativa. A través de una serie de ejercicios podrás dar rienda suelta a tu creatividad, canalizar tus emociones negativas y potenciar las positivas, aumentando así tu propio bienestar y el conocimiento de ti mismo.

Libro

interactivo.

### **4. ¿Qué son los sentimientos? Óscar Benifier (+ de 8 años)**

Hacerse preguntas sobre los sentimientos nos ayuda a explorarlos y a no conformarnos con preguntas sencillas. Este libro nos ayuda a reflexionar conjuntamente sobre las emociones.

## 5. El gran libro de las emociones. Esteve Pujol (+ de 5 años)

Seguro que quieres estar a gusto entre tus compañeros; que te acepten y que quieran estar contigo. Sabes que todo esto no siempre es fácil. En cada uno de los 20 cuentos descubrirás algún pequeño secreto que te ayudará a convivir mejor con quienes te rodean. En la primera parte del libro -que tiene como título DESDE MI...- hay relatos que te darán ideas sobre cómo debes ser tú mismo. En la segunda parte -se llama ...QUIERO IR...- hay cuentos muy bellos en los que encontrarás energía para seguir adelante, aunque tengas momentos difíciles. Y en la tercera parte -...HACIA LOS OTROS- encontrarás unas cuantas ideas geniales para convivir mejor con tu familia o con tu grupo de amigos. Podrás observar la manera de tratarlas para que vuestra relación sea la mejor posible. DESDE MI... QUIERO IR... HACIA LOS OTROS: desde ti mismo, con tu manera de ser... quieres ir, quieres acercarte... a los otros para tener una buena relación con ellos.

### SUB-ANEXO I: Tiempo Fuera en Positivo (TFP)

Cuando una persona (profesor/alumno) se enfada quien toma el control de su cerebro NO es el cerebro RACIONAL sino el cerebro ANIMAL el instintivo, así que la primera estrategia a poner en marcha es dejar “enfriar”, dejar que pase el enfado, que el Sistema Límbico se relaje y podamos hablar desde la razón porque es entonces cuando la información llega debidamente al Neocórtex.

La única manera para que nuestro cerebro vuelva a “estar en orden” **es retirarse amigablemente y darte un tiempo en el que poder “desconectar” de lo ocurrido para poder abordar el problema de la manera más respetuosa y efectiva posible.**

El “**Tiempo Fuera Positivo**” es un tiempo que hemos de usar (grandes y pequeños) para calmarnos y volver a resolver la situación desde la cordura y la razón, no desde el enojo o la ira.

#### ***Aplicando el Tiempo Fuera en Positivo ¿Cómo?***

Deberemos construir conjuntamente con los alumnos un lugar en la aula de confort y sosiego al que el niños y adultos podamos acudir (cuando lo deseen) a calmarse. Con los mas pequeños los adultos quizás debemos quedarnos con ellos en silencio mientras se desahogan; podemos aportar música, muñecos, manualidades, cuentos todo lo que queramos que ayude a sentirnos bien y a calmarnos.

#### **A tener en cuenta:**

- - El Tiempo Fuera Positivo **está diseñado para hacer sentir mejor y no peor a los alumnos**, no para pagar por lo que han hecho. En vez de hablar de rincón de pensar, se hablará del rincón de sentirse tranquilo o feliz. Si a nosotros nos mandaran a pensar sobre lo que hemos hecho, ¿cómo nos sentiríamos?
- **Al TFP jamás se manda al niño, se le invita a ir.** Ellos deben saber que tienen la opción de marcharse a relajarse antes de hablar sobre lo ocurrido: *“veo que estás muy enfadado, quizás quieras ir a tu rincón tranquilo (o como lo hayáis llamado)”*.

- Cuando mandamos a pensar en lo que se hizo, se piensa en todo menos eso. Los alumnos piensan en lo “malos” que han sido con ellos o en lo mala persona que se sienten, incluso en cómo vengarse por cómo se les hizo sentir. Esto no ayuda a solucionar el problema.

- Para poder usar el TFP el alumno ha de entender que su cerebro (y el nuestro, por supuesto) “se ha vuelto loco”, “no funciona estando enfadado” y que en el momento en que se tranquilice y vuelva a estar contento volverá a funcionar correctamente. Esto es posible (depende del niño, por supuesto) a partir de los 3 y 4 años.

- El TFP muchas veces es suficiente para parar la mala conducta y redirigirla.

### ***Principios para involucrar a los niños en crear un área de TFP:***

- **Tomarse tiempo para entrenar.** Como en cualquier aprendizaje, la práctica es necesaria.

- **Permitir que los alumnos creen su área para sentirse mejor, les ayudará a ser mejores.** Involucrar a los alumnos en la elección del lugar donde se pondrá esa zona, cómo será, ellos mismo elegirán los objetos que les ayuden a relajarse (cuentos, pintar, música, plastilina... cualquier cosa que le guste y le haga sentir bien). Hay que asegurarse de transmitir que este lugar no tienen el fin de castigarlos.

- **Desarrollar el plan de forma anticipada con los alumnos.** Explicarles a ellos que es beneficioso tomar un tiempo fuera positivo para sentirse mejor antes de solucionar el problema (muchas veces nosotros lo necesitamos más que ellos) y comunicarles que les va a resultar útil.

- **Enseñar que cuando el alumno se sienta mejor puede continuar trabajando en una solución o “hacer arreglos”** si aún existe el problema. Insistir en ir a tranquilizarse no es el “final de la historia” y que una vez nos que se encuentren mejor tendremos la opción (todos) de buscar soluciones y hacer sentir mejor a aquellos a los que hicimos sentir mal.

- **Dar siempre opciones:** “¿prefieres ir a tu zona de tranquilidad o apuntar el problema en la agenda? Tú decides”. Haga lo que haga, el problema será abordado más tarde, cuando todos estemos ya mejor preparados.

## **SUB-ANEXO J: La Rueda de las Opciones. Disciplina Positiva**

### ***Las emociones: ni buenas ni malas***

Es importante entender que sentir rabia, enfado, ira etc. es normal y saludable, en ningún caso debemos culpabilizar al alumno (ni a nosotros mismos) por sentir determinadas emociones, las emociones no son ni buenas ni malas. Por ejemplo sentir miedo está bien porque nos ayuda a mantenernos a salvo pero sentir un exceso de miedo puede limitarnos y hacernos sufrir en balde. Por tanto hay un trabajo importante en materia de autoconocimiento para entender que determinadas situaciones generan en nosotros determinadas emociones y estas a su vez se traducen en determinados comportamientos. Es importante que quede claro que no hablamos de la gestión de las emociones sino del comportamiento que se desencadena. No hablamos de NO sentir enfado sino de que cuando alguien se enfada pueda tener un comportamiento que le permita solucionar la situación .

## ***Qué pasa en nuestro cerebro cuando sentimos emociones “negativas”***

Las emociones “negativas” ó emociones fuertes son algunas como el miedo, la rabia, la ira, el enfado, la ansiedad etc. Cuando se sienten estas emociones quien toma el control del cerebro es el tronco cerebral ó cerebro reptiliano. Es la parte instintiva de nuestro cerebro aquella que nos empuja a la acción, es la parte, que tiene por objetivo, mantenernos a salvo, es nuestro cerebro animal quien nos gobierna. Cuando esto sucede las imágenes de función cerebral nos muestran muy poca actividad en el neo-córtex ó cerebro racional .

La conclusión es que cuando nos enfadamos para poder solucionar la situación , aprender algo etc. debemos en primer lugar volver al estadio de calma. Aún observamos muchas veces, en el momento que el alumno está enfadado padres/educadores tratando de razonar; no es el momento, todo aquello que razonéis no llegará a su cerebro racional, serán palabras huecas para el niñ@, por tanto el primer paso es calmarnos y tratar de hacer lo conveniente para que se calmen.

### ***La rueda de las opciones.***

La rueda de las opciones es una técnica que permite ANTES del enfado REFLEXIONAR sobre cómo poder calmarse, para que una vez enfadado podamos tener OPCIONES para volver a la calma. Lo interesante de esta técnica es por una parte que la parte de reflexión (que necesita del cerebro racional) sea realizada en un estado de calma y por tanto no en el enfado y por otra parte que las opciones partan del propio alumno y que sea él quien decidan qué opción tomar en cada momento.

Para hacer la rueda de las opciones. Os recomendamos seguir los siguientes pasos:

1. ***Nos ponemos en situación.*** Es decir pensar (importante en una situación de calma) en cuando nos sentimos enfadados, estresados etc. (podéis hacer varias ruedas de las opciones) o compartir una lectura antes.

Enfado y Rabia. “La cola del Dragón”: Mireia Canals

Ansiedad/Estrés . “Cuando estoy estresado”: Michaelene Mundy

Tristeza. Cuando estoy triste. “Tracey”: Moroney

2. ***Pensamos opciones para salir de esta emoción.*** Pensar opciones conjuntamente, anotarlas todas, sin descartar ninguna (“tormenta de ideas”) aunque digan cosas que no sean adecuadas porque todas las ideas han de tener su espacio.
3. ***Evaluamos opciones.*** Pensar de todas las escritas y seleccionar aquellas que se crean las más efectivas, las que ayudarán a salir de la situación de manera más rápida, más saludable etc.
4. Una vez decididas unas cuántas opciones es el momento de ***construir la rueda de las opciones*** en una cartulina, cortarla en forma de círculo y dividir el círculo en tantos quesitos como opciones tenemos. Después los niños escribirán ó dibujaran sus opciones. Plastificar y lista para usar.

Esta técnica permite una reflexión personal antes del enfado y por tanto las conclusiones deben ser genuinas para cada alumno, el trabajo del profesor es de guía ayudando en la reflexión NO decir a los alumnos lo que deben hacer. El trabajo debe ser lo más autónomo posible , si es así , la aplicación será mucho más efectiva.



”

## SUB-ANEXO K: Técnicas de Resolución de Conflictos

Estas técnicas, proporcionan maneras seguras y estructuradas de solucionar los agravios, los sentimientos y las diferencias de opinión, de modo que el conflicto pueda servir para un propósito útil.

### 1.- Arbitrar

La mayoría de prácticas de resolución de conflictos que realizamos entre los alumnos son la mediación o el arbitraje. Es una manera de ayudar a las personas a manejar sus diferencias en presencia de un observador imparcial, calmado y que mantiene la justicia. La justicia es muy importante para los niños; debemos intentar ser tan imparciales como sea posible. La mediación necesita cierto tiempo y hay que darla tiempo para que surta efecto. Se proponen los siguientes pasos:

- 1.- Decirle a los alumnos que cada uno de ellos tendrá la oportunidad de contar su versión de la historia sin interrupción.
2. A medida que cada alumno habla, haga que primero diga cuál era el problema y luego lo que pasó durante el conflicto.
3. Si el problema todavía existe, ayudar a los participantes a desarrollar algunas soluciones posibles y a escoger una para llevar a cabo.
- 4.- Si el problema ya no existe, pregúnteles a los participantes si había maneras más eficaces de resolver el problema que la que escogieron.

## 2. Escucha Activa

La **“escucha activa”** es una manera de parafrasear y repetirle a quien habla lo que ha dicho. Esto le da una oportunidad al interlocutor para afirmar o corregir nuestra percepción. **Es una técnica de mediación muy útil.** La escucha activa no es una técnica de resolución de conflictos por sí misma sino que es una técnica de mediación. **Es reconocida en los círculos de resolución de conflictos como un mecanismo para clarificar la percepción.** También le permite a uno identificar más claramente lo que las personas piensan y sienten sobre una situación de conflicto. A veces esto es suficiente para resolver el conflicto. Otras veces, puede simplemente ayudarnos a definir el problema claramente. Pasos para ponerla en práctica:

1.- Podemos reflejar usando frases tales como “parece que.....” “en otras palabras,.....” o “lo que quieres decir es.....”

2. Cuando recurramos a parafrasear, intentemos reflejar el contenido emocional al igual que el fáctico. La siguiente fórmula es útil para lograrlo: “Parece que te sientes..... porque.....” . El escuchar de manera reflexiva tiende a desacelerar las interacciones. Tengamos presente que está diseñada para clarificar las situaciones, no para retardarlas de manera enloquecedora. Usar de forma selectiva.

## 3. Contar Cuentos (en alumnos pequeños)

La técnica de contar historias o cuentos ayuda a los niños pequeños a distanciarse de un conflicto para que puedan discutir sus conductas. **Es especialmente buena para la resolución pública de conflictos.** Algunas ideas que pueden resultar útiles:

1.- Cuando la historia alcance el punto del conflicto, detengámonos y pidamos sugerencias a la clase sobre cómo resolverlo.

2. Incorporemos una de las sugerencias en la historia, y hagamos llegar a una conclusión.

3. Preguntarles a los alumnos en conflicto si esto satisfaría realmente sus necesidades y si es algo que ellos podrían ensayar la próxima vez que tengan un problema.

## 4.- Cuestionario de Pelea (en alumnos de más de 10 años)

El cuestionario de pelea es una manera de lograr que los niños observen cuidadosamente un conflicto en el que están involucrados. Haremos que los rellenen como una de las consecuencias (efectos o “sanciones”) ante infracciones a la regla de “no pelear” .

1.- Cuando los alumnos se hayan tranquilizado de su pelea, señalarles lo absurdo de pelear. No pida una explicación. En cambio, deles un “cuestionario de pelea” para que lo llenen.

2. Cuando los hayan completado, léalos con los alumnos. No discuta cómo o por qué se desarrolló el conflicto, sino lo que ellos han dicho que harán en una situación semejante en el futuro. Pregunte, “¿Esta acción resolverá el problema mejor que pelear?”

3. Intercambiar los cuestionarios cuando terminen y pedirles que escriban sus reacciones ante las anotaciones del otro.

## EJEMPLO "CUESTIONARIO DE PELEA"

Nombre: \_\_\_\_\_

¿Con quién peleaste?

¿Cuál fue el problema?

¿Por qué empezaste a pelear? (2 razones)

¿Por qué peleó la otra persona contigo?

¿Pelear soluciona el problema?

¿Puedes decir 3 cosas que ensayarías si esto sucede otra vez?

¿Quieres decirle algo a la persona con quien peleaste?

El cuestionario de pelea proporciona una idea clara de cómo proceder hacia una solución del conflicto. Llenar el cuestionario de pelea también da una oportunidad a los participantes para calmarse antes de confrontarse el uno al otro.

## **ANEXO XII:**

### **ACCIONES PARA EL SOPORTE Y APOYO EMOCIONAL DEL PROFESORADO QUE TRABAJA EN SITUACIONES DE CRISIS DE AGITACIÓN DEL ALUMNADO**

Habrán de ser desarrolladas en el seno de los Grupos de Retroalimentación y Apoyo a todo el profesorado general del centro (por un lado) y al profesorado que forme parte específica del Equipo de Intervención en Crisis ante el Alumno Agitado (por el otro). A título general se entienden como relevantes las siguientes:

- La identificación y definición de las “escenas de agitación”
- La manifestación sincera y confiada de los retos e inquietudes que experimente el profesorado ante esta tarea
- El aseguramiento de las actuaciones a través del diseño e interiorización de todas las rutinas y apoyos compartidos que serán desplegados en dichas intervenciones
- La suma importancia de mantener un trato siempre respetuoso en la relación con el alumnado (a pesar de la agresividad o el comportamiento provocador que manifieste) y remarcando la intencionalidad siempre educadora de nuestras intervenciones
- La toma en conciencia de la importancia del trabajo a realizar y su asunción con plena responsabilidad (ayudando a estos alumnos en su avance en el denominado “currículum emocional y conductual”)
- La atención a los estados de ánimo propios y al de los compañeros/as (inquietud, agitación, irritabilidad, pasotismo, resignación...).
- La atención, expresión y abordaje de los sentimientos y prejuicios que se formen para con el alumnado desbordante/agitado y también para con su familia. Atención preventiva para la evitación del riesgo de desarrollar un rechazo mutuo y bidireccional entre profesorado/alumnado/centro escolar/familias

**EPÍLOGO:**  
**CPS (“COLLABORATIVE & PROACTIVE SOLUTIONS”) UN MODELO  
ALTERNATIVO DE COMPRENDER Y AFRONTAR PROACTIVAMENTE LAS  
CONDUCTAS DESAFIANTES Y AGITADAS DEL ALUMNADO**

El **CPS (Collaborative & Proactive Solutions)** de **Ross W. Green (“Live in the Balance”)** es un procedimiento para ayudar a los alumnos con problemas de comportamiento desafiante que está organizado sobre la base de los tres siguientes principios inspiradores:

1º.- **Cambiar la mirada:** CPS propone una nueva visión comprensiva sobre la manera de entender y de ayudar a afrontar el comportamiento desafiante de los alumnos. Parte de la base de que conceptos comunes como que esas conductas buscan llamar la atención, manipular, ejercer la coercitividad o que son consecuencia de la desmotivación y el asalto a los límites normativos no deben ocupar el centro de la comprensión de este tipo de conductas y también replantea la reflexión común de que esas conductas en etapas precoces de la vida son la expresión de una crianza pasiva, permisiva, inconsistente y no contingente por parte de las familias educadoras.

Afirma que la existencia de una gran cantidad de investigación disponible nos ha hecho comprender que lo que se esconde bajo ese tipo de dificultades en los niños y adolescentes nos pone de manifiesto que **los niños lo hacen bien si pueden, y que si pueden hacerlo bien lo harán bien**. En otras palabras que si el alumno tuviera las habilidades necesarias para exhibir un comportamiento adaptativo dejaría de mostrar un comportamiento desafiante y regresivo, porque hacer las cosas bien siempre es preferible.

En consecuencia, este modelo de comprensión del problema subyacente a la conducta desafiante plantea **que el trabajo ha de centrarse en capacitar al alumno en aquellas habilidades rezagadas y en la solución de aquellos problemas no resueltos que muestra**, admitiendo entonces que recompensar y castigar pueden no resultar el enfoque ideal a la hora de abordar muchos de estos casos.

Finalmente el CPS describe que las conductas desafiantes y perturbadoras aparecerán particularmente cuando las demandas del entorno excedan la capacidad del alumno para responder a ellas de manera adaptativa y que la culpabilización del niño o de sus padres no figuran entre el abanico de soluciones a adoptar o preconizar.

2º.- **Identificar las habilidades rezagadas y los problemas por resolver:** el modelo CPS enfatiza la crucial importancia que tiene el identificar con la mayor precisión las habilidades de las que carecen estos niños y adolescentes y determinar aquellas expectativas específicas que el niño no es capaz de satisfacer.

Para su mejor concreción ofrece el uso de un **Cuestionario de Evaluación de Habilidades Rezagadas y Problemas No Resueltos (Anexo CPS)** que puede servir de gran ayuda para predecir los episodios desafiantes de manera **que la actuación se haga esencialmente proactiva y no reactiva** (como suele ocurrir cuando lo que se hace primordialmente es atender crisis emergentes emocionales, conductuales o sociales en los alumnos).

3º.- **Focalizar la intervención en la solución de problemas:** el modelo CPS propone tres formas diferenciadas de manejar los problemas protagonizados por un estudiante con comportamiento desafiante, inflexible y colérico.

**Plan A:** el adulto lo resuelve **unilateralmente** el problema presentado haciendo uso de la imposición de su voluntad.

**Plan B:** el profesor y el alumno abordan y tratan de resolver el problema de **manera bilateral, colaborativa y proactiva**; tiene la virtualidad de poder resolver los problemas de forma duradera con la participación protagonista del alumno y para su habilitación en capacidades de gran utilidad. Este plan se construye en base a los tres siguientes movimientos o fases que se han de seguir de forma consecutiva:

- **Empatía:** alumno y profesor se encuentran para recopilar la información del alumno acerca de su preocupación, perspectiva o punto de vista sobre un problema no resuelto que genera dificultades. **El profesor habrá de mostrar el mayor interés empático en la preocupación que muestre el alumno.**

- **Definir la preocupación del profesor:** el profesor una vez que tenga una comprensión clara de la perspectiva y la preocupación del alumno **ha de formular su propia preocupación** y lo hará manifestando “mi preocupación es...” en relación al alguno de los problemas sin resolver que han sido identificados (dificultad para pasar de una a otra materia, para afrontar y concluir determinadas tareas, dificultad para acudir a la escuela, o para ir al recreo o para no pegarse con otros en el recreo).

- **Invitación:** profesor y alumno han de considerar de forma colaborativa posibles soluciones que aborden las preocupaciones de ambas partes que han sido identificadas y aclaradas en los dos primeros pasos. **Se ha de producir una invitación al alumno para colaborar mutuamente (nunca de forma unilateral) en la determinación y puesta en práctica de soluciones.** Este paso se puede formular llegado el momento por el profesor diciendo “... me pregunto si hay alguna manera de resolver este problema ... ¿tienes alguna idea?...”.

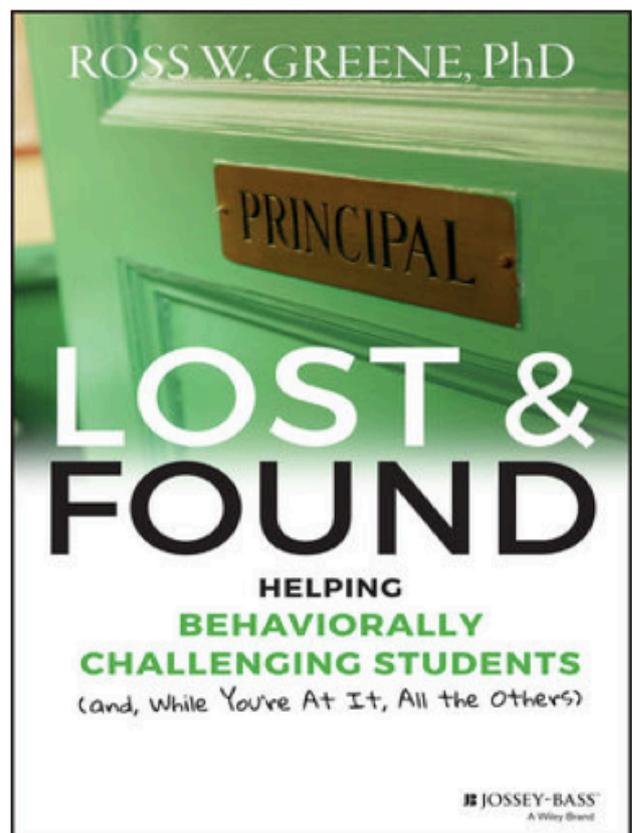
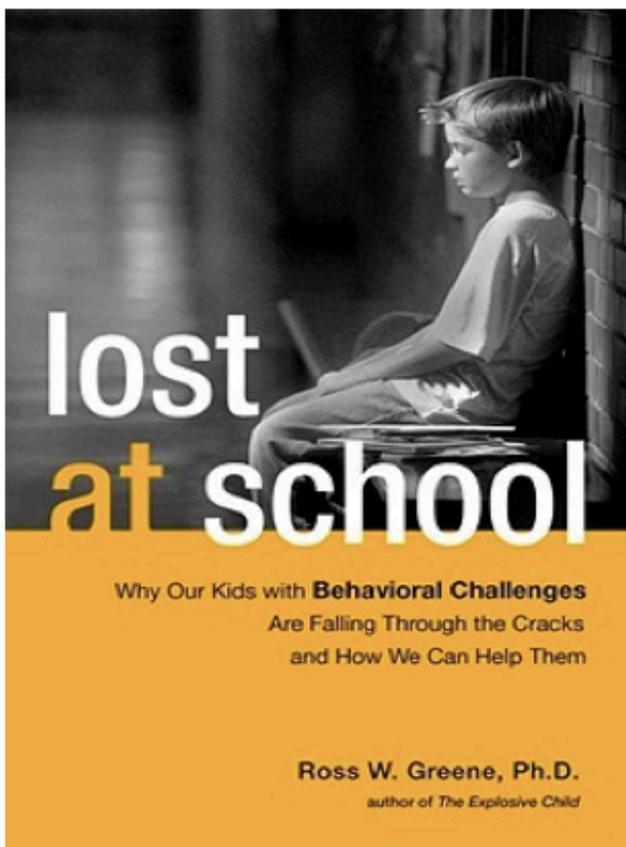
Dos serán las condiciones que hayan de cumplir las soluciones propuestas:

**1ª. Que la solución que se proponga sea mutuamente satisfactoria y responda en verdad a las preocupaciones de ambas partes**

**2ª.- Que la solución que se proponga sea realista, que se pueda llevar efectivamente a cabo**

**Plan C:** supone dejar de lado un problema aún no resuelto por razones de prioridad o por la incapacidad de poder trabajar sobre todos los problemas no resueltos a la vez; en modo alguno supone o debe ser entendido como cesión o capitulación hacia el adulto y simplemente supone que algunos problemas no resueltos tendrán que ser reservados por ahora para que profesor y alumno puedan centrarse en otros problemas de mayor prioridad.

### Libros de Ross W. Greene





## Collaborative & Proactive Solutions

THIS IS HOW PROBLEMS GET SOLVED

### Recursos sobre CPS

Lives in the Balance siempre ha sido el centro del modelo de Soluciones Colaborativas y Proactivas (CPS) del Dr. Ross Greene. Ya sea que sea padre, educador, clínico o miembro del personal en un centro terapéutico, esta sección contiene vastos recursos gratuitos para ayudarlo a aprender y usar el modelo CPS.

- Acerca de CPS
- Padres y familias
- Educadores y escuelas
- El papeleo
- Investigación
- Talleres y Entrenamientos
- Cumbre anual

## CUESTIONARIO ALSUP (ROSS W. GREENE)

### EVALUACIÓN DE DIFICULTADES Y PROBLEMAS SIN RESOLVER

(Rev. 12/5/08)

Nombre del niño \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_ Persona que rellena el formulario \_\_\_\_\_

#### COMPETENCIAS/ DIFICULTADES

	nunca	a veces	a menudo	siempre
1º Dificultad para realizar transiciones , para pasar de un estado de ánimo a otro o de una tarea a otra	0	1	2	3
2º Dificultad para hacer las cosas dentro de un orden lógico o proleterminado	0	1	2	3
3º Dificultad para perseverar ante tareas arduas o fastidiosas.	0	1	2	3
4º Mala evaluación del tiempo	0	1	2	3
5º Dificultad para reflexionar simultáneamente sobre pensamientos o ideas múltiples	0	1	2	3
6º Dificultad para mantener la concentración.	0	1	2	3
7º Dificultad para considerar el resultado probable o las consecuencias de actos (impulsivos)	0	1	2	3
8º Dificultad para considerar un abanico de soluciones ante un problema	0	1	2	3
9º Dificultad para expresar preocupaciones, necesidades o pensamientos con palabras	0	1	2	3
10º Dificultad para comprender lo que se está diciendo.	0	1	2	3
11º Dificultad para controlar una respuesta emocional ante la frustración y para pensar de una manera racional.	0	1	2	3
12º Irritabilidad crónica y/o ansiedad interfiere de manera significativa en la capacidad para resolver los problemas o aumenta la frustración.	0	1	2	3
13º Dificultad para leer entre líneas / reflexión concreta / literal o en « blanco y negro ».	0	1	2	3
14º Dificultad para alejarse de las normas, de la rutina.	0	1	2	3
15º Dificultad para enfrentarse a lo imprevisto, a la ambigüedad, a la incertidumbre, a la novedad.	0	1	2	3
16º Dificultad para cambiar de idea, de plan, de solución.	0	1	2	3
17º Dificultad para tomar en cuenta los factores circunstanciales que sugieran la necesidad de modificar un plan de acción.	0	1	2	3
18º Inflexible, interpretaciones erróneas / deformaciones cognitivas o prejuicios ( verbigracia : « todos están en contra mía » « Nadie me quiere » «Siempre tengo yo la culpa» «No es justo» «Soy un desastre »	0	1	2	3
19º Dificultad para advertir señales sociales / Mala percepción de los matices sociales	0	1	2	3
20º Dificultad para entablar una conversación, para entrar en un grupo, para conectar con los demás / Falta de otras competencias sociales básicas.	0	1	2	3
21º Dificultad para llamar la atención de manera adecuada.	0	1	2	3
22º Dificultad para darse cuenta de cómo su comportamiento puede afectar a los demás.	0	1	2	3
23º Dificultad para mostrar empatía con los demás, para valorar la óptica o el punto de vista ajeno.	0	1	2	3
24º Dificultad para valorar la percepción propia y la forma en que la perciben los demás.	0	1	2	3

#### PROBLEMAS SIN RESOLVER

EN CASA	nunca	a veces	a menudo	siempre
1º Despertarse / salir de la cama por la mañana	0	1	2	3
2º Cumplir con la rutina matutina / prepararse para la escuela	0	1	2	3
3º Hipersensibilidades sensoriales.	0	1	2	3
4º Empezar o realizar tareas o una tarea académica especial	0	1	2	3
5º Cantidades de comida / opciones / preferencias / horario	0	1	2	3
6º Tiempo pasado ante una pantalla (tele, videojuegos, computadora)	0	1	2	3
7º Acostarse / prepararse para ir a la cama.	0	1	2	3
8º Aburrimiento.	0	1	2	3
9º Interacciones entre hermanos.	0	1	2	3
10º Ordenar su habitación / realizar tareas caseras.	0	1	2	3
11º Tomar fármacos	0	1	2	3
12º Tomar el coche / poner el cinturón de seguridad	0	1	2	3

EN LA ESCUELA	nunca	a veces	a menudo	siempre
1º Pasar de una tarea específica a otra ( precisar )	0	1	2	3
2º Empezar /Completar una tarea en clase.	0	1	2	3
3º Interacciones con un compañero en especial / profesor (precisar )	0	1	2	3
4º Comportamiento en los pasillos /corredores / en el patio / en el comedor / en el bus escolar / en fila	0	1	2	3
5º Hablar cuando toca	0	1	2	3
6º Tareas escolares / peticiones, verbigracia: composiciones ( precisar)	0	1	2	3
7º Controlar la decepción / al perder en un juego, al no empezar, al no ser el primero de la fila ( precisar)	0	1	2	3

OTROS DATOS ( LISTA)	nunca	a veces	a menudo	siempre
	0	1	2	3
	0	1	2	3
	0	1	2	3
	0	1	2	3

NOMBRE DEL NIÑO \_\_\_\_\_

FECHA \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES:** El ALSUP está destinado para uso como un guía de discusión en lugar de una lista auto portante o escala de clasificación. Debe ser usado para identificar habilidades rezagadas y problemas irresueltos específicos que pertenecen a un niño o adolescente en particular.

Si una habilidad rezagada se aplica, chéquelala y luego (antes de pasar a la siguiente habilidad rezagada) identifique las expectativas específicas que el niño está teniendo dificultad cumpliendo en asociación con esa habilidad rezagada (problemas irresueltos). Una lista no exhaustiva de problemas irresueltos es mostrada al final de la página.

HABILIDADES REZAGADAS	PROBLEMAS IRRESUELTOS
<input type="checkbox"/> Dificultad manejando las transiciones, cambiando de una mentalidad o tarea a otra	
<input type="checkbox"/> Dificultad para hacer las cosas en una secuencia lógica u orden prescrita	
<input type="checkbox"/> Dificultad persistiendo en tareas raras o tediosas	
<input type="checkbox"/> Pobre sentido del tiempo	
<input type="checkbox"/> Dificultad manteniendo el enfoque	
<input type="checkbox"/> Dificultad considerando los resultados probables o consecuencias de las acciones (impulsivo)	
<input type="checkbox"/> Dificultad considerando un rango de soluciones a un problema	
<input type="checkbox"/> Dificultad expresando desafíos, necesidades o pensamientos en palabras	
<input type="checkbox"/> Dificultad manejando respuesta emocional a la frustración para pensar racionalmente	
<input type="checkbox"/> La infirmitad crónica y/o la ansiedad impiden significativamente a la capacidad para resolver los problemas o les aumentan la frustración	
<input type="checkbox"/> Dificultad viendo los "grises" / lo concreto, una manera de pensar literal, blanco y negro	
<input type="checkbox"/> Dificultad desviándose de las reglas, la rutina	
<input type="checkbox"/> Dificultad manejando la imprevisibilidad, la ambigüedad, la incertidumbre, la novedad	
<input type="checkbox"/> Dificultad cambiando de idea, plan o solución original	
<input type="checkbox"/> Dificultad tomando en cuenta los factores situacionales que sugieren la necesidad de ajustar un plan de acción	
<input type="checkbox"/> Inflexibles, interpretaciones imprecisas/distorsiones cognitivas o sesgos (por ejemplo, "todos me la tienen jurada", "nadie me quiere", "siempre me culpas," "no es justo", "soy estúpido")	
<input type="checkbox"/> Dificultad atendiendo o interpretando exactamente a las pistas sociales/percepción deficiente de los matices sociales	
<input type="checkbox"/> Dificultad iniciando conversaciones, entrando en grupos, conectando con personas/carecer de otras habilidades sociales básicas	
<input type="checkbox"/> Dificultad buscando atención de maneras apropiadas	
<input type="checkbox"/> Dificultad apreciando cómo su comportamiento está afectando a los demás	
<input type="checkbox"/> Dificultad empatizando con los demás, apreciando la perspectiva o el punto de vista de otra persona	
<input type="checkbox"/> Dificultad apreciando como está dando una impresión o siendo percibido/a por los demás	
<input type="checkbox"/> Dificultades sensoriales/motrices	

**GUIA DE PROBLEMAS IRRESUELTOS:**

Los problemas irresueltos son las expectativas específicas que un(a) niño(a) está teniendo dificultades en cumplir. Los problemas irresueltos deben estar libre de comportamientos mal adaptativos; libres de teorías y explicaciones adultas; "partidos" (no "aglomerados"); y específicos.

**EJEMPLOS DE HOGAR**

- Dificultad levantándose en la mañana a tiempo para ir a la escuela
- Dificultad comenzando o terminando tareas (específicas)
- Dificultad terminando el videojuego para alistarse para dormir
- Dificultad metiéndose para cenar cuando está jugando afuera
- Dificultad poniéndose en acuerdo con hermano sobre qué programa ver en la televisión después de la escuela
- Dificultad con el tacto de las costuras en los calcetines

**EJEMPLOS DE ESCUELA**

- Dificultad moviéndose del tiempo de elección a las matemáticas
- Dificultad sentado junto a Kyle durante el tiempo del círculo
- Dificultad levantando la mano durante las discusiones de estudios sociales
- Dificultad comenzando el proyecto sobre las placas tectónicas en geografía
- Dificultad poniéndose en línea para el almuerzo



## ALSUP: GUÍA DE USO

- La *evaluación de habilidades rezagadas y problemas no resueltos* (ALSUP) se utiliza mejor como *guía de discusión* en lugar de como una lista de verificación independiente o una escala de calificación.
- Las reuniones deben centrarse casi totalmente en identificar habilidades rezagadas y problemas no resueltos. El objetivo de la reunión no es tratar de explicar *por qué* un niño tiene una habilidad rezagada particular o un problema no resuelto, por lo que se deben evitar las hipótesis y las teorías sobre la causa. También es contraproducente para que los participantes entren en un gran detalle sobre los *comportamientos* que un niño exhibe en respuesta a un problema no resuelto dado, por lo que también se debe evitar contar historias.
- Es mejor hablar de cada habilidad rezagada comenzando desde arriba
- Si recibe la aprobación de una habilidad de retraso, no continúe moviéndose hacia abajo la lista de retraso habilidades ... antes identifique los problemas no resueltos asociados con la habilidad rezagada
- Un problema no resuelto es aquel *que un niño tiene dificultad para lograr o conseguir en asociación con una habilidad rezagada concreta.*
- Para identificar problemas no resueltos, comience con la siguiente frase ..."¿Puedes dar algunos ejemplos de expectativas y logros en los que el alumno está teniendo dificultades para cumplir cuando (luego repita la habilidad rezagada subyacente. Por ejemplo, "¿Puedes dar algunos ejemplos de expectativas que el alumno/a no consigue lograr a la hora de hacer mejor las transiciones de tareas?
- Identifique tantos problemas sin resolver como sea posible para cada habilidad rezagada subyacente... no siga adelante después de identificar solo un problema sin resolver.
- Muchas habilidades rezagadas pueden contribuir al mismo problema sin resolver ... no gaste tiempo en reuniones valiosas tratando de ser preciso sobre qué habilidad rezagada es la que mejor explica un problema no resuelto dado.
- No escriba el mismo problema no resuelto más de una vez, incluso si las habilidades rezagadas subyacentes le recuerdan a usted el mismo problema sin resolver.

• Hay algunas pautas importantes para escribir problemas no resueltos:

⇒ **Generalmente comienzan con la palabra *Dificultad***, y la palabra *dificultad* usualmente habrá de ser seguida de un verbo, por ejemplo:

- Dificultad *para comenzar* con los problemas de división de dos dígitos en matemáticas
- Dificultad *para completar* el mapa de Europa en geografía
- Dificultad *para participar* en las discusiones en la reunión de la mañana
- Dificilmente *pasar* del tiempo de elección a las matemáticas
- Dificultad *para terminar* el tiempo de la computadora para llegar al tiempo del círculo
- Dificultad *para ir* a la escuela por la mañana.
- Dificultad *para ir* a la enfermera por su medicamento antes del almuerzo
- Dificultad *para caminar* en el pasillo entre clases
- Dificultad *para mantener las* manos en la fila del almuerzo
- Dificultad *para hacer cola* en el autobús al final del día escolar
- Dificultad *para sentarse al* lado de Trevor durante el tiempo del círculo
- Dificultad *para turnarse* durante las discusiones en clase en Estudios Sociales
- Dificultad *para levantar la* mano durante las discusiones de clase en Ciencias
- Dificultad *para permanecer* callado cuando un compañero de clase comparte sus ideas en inglés
- Dificultad *para esperar* su turno durante el juego de cuatro cuadrados en el recreo
- Dificultad *para guardar* los Legos después del tiempo libre
- Dificultad *para recuperar* su cuaderno de Geografía de su casillero antes de Geografía
- Dificultad *para llegar* a la escuela a tiempo a las 8:30 a.m.

⇒ **Deben evitarse algunos verbos:** aceptar, apreciar, mantener la calma, pedir ayuda, escuchar, prestar atención, enfocarse, considerar, comprender, persistir, controlar

⇒ **No deben contener ninguna referencia a los comportamientos *desafiantes* del niño**

⇒ **No deben contener teorías para adultos** (por lo que no escribirías *Dificultad para escribir definiciones de las palabras de ortografía en inglés ... porque sus padres se divorciaron recientemente* )

⇒ **Deben estar divididos y bien delimitados, no agrupados** (por lo que no escribir *Dificultad para levantar la mano* sino más bien *Dificultad para levantar la mano durante los debates de ciencias sociales* )

⇒ **Deben ser específicos** ... hay dos estrategias para ayudar:

- Incluir detalles relacionados con quién, qué, dónde y cuándo
- Pregunte *¿Qué expectativas y conductas tiene el alumno/estudiante dificultad para cumplir?*

## ETAPA DE LA EMPATÍA

### Ingrediente / Objetivo:

Recabar información y lograr una comprensión clara de la preocupación o enfoque del niño respecto al problema sin resolver que se esté discutiendo.

### Palabras:

Investigación Inicial (observación

neutra):

« He notado que (insertar el problema específico sin resolver)... ¿Qué es lo que pasa? »  
Recabar más

### Información:

por lo general centrarse en el « quién, qué, o/y cuando » del problema, y por qué se da el problema en determinadas condiciones y no en otras

## PLAN B CHULETA

### Más ayuda:

Si usted no está seguro de saber qué decir luego, si quiere recabar más información, o si se siente perplejo por lo que ha dicho el niño, diga:

- ¿y eso?
- Estoy perplejo
- De veras no entiendo
- ¿puedes decirme algo más?
- Déjame que lo piense un momento.

Si el niño habla odioso, trate de comprender por qué:

- A lo mejor su observación de usted no fue muy neutra
- A lo mejor su problema sin resolver era demasiado impreciso
- A lo mejor usted utiliza el plan B de urgencia en vez del plan B pro-activo
- A lo mejor usted utiliza el plan A \*Alomejor! de veras no sabe
  - a lo mejor necesita tiempo para reflexionar problema
  - a lo mejor necesita trocear el problema

### Lo que usted piensa:

« ¿Qué es lo que no entiendo todavía respecto a la preocupación y al enfoque del niño? ¿Qué es lo que aún carece de sentido para mí? ¿Qué es lo que debo preguntar para entenderlo mejor? »

### Usted no debe:

- saltarse la etapa de la empatía
- asumir que usted ya conoce la preocupación del niño y trazar la etapa de la empatía como si fuera un mero trámite
- precipitar la etapa de la empatía
- abandonar la etapa de la empatía antes de haber entendido totalmente la preocupación o el enfoque del niño
- hablar ya de soluciones

## ETAPA DE LA DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

### Ingrediente / Objetivo:

Tomar en cuenta la preocupación de la segunda persona (por lo general el adulto)

### Palabras:

« Lo que ocurre es que... (insertar la preocupación del adulto) » o « lo que me preocupa es que ... (insertar la preocupación del adulto) »

### Más ayuda:

La mayor parte de las preocupaciones de los adultos se reúnen en dos categorías:

- cómo afecta el problema al niño
- cómo afecta el problema a los demás

### Lo que usted piensa:

« ¿He sido lo suficientemente claro en lo que respecta a mi preocupación? ¿Entiende el niño lo que he dicho? »

### Usted no debe...

- empezar a hablar primero de soluciones
- sarcasmar, juzgar, seleccionar, usar el sarcasmo.

## ETAPA DE LA INVITACIÓN

### Ingrediente / Objetivo:

Reflexionar conjuntamente sobre soluciones que sean realistas (el niño y el adulto pueden hacer lo que han acordado) y satisfactorias para ambos (la solución trata realmente las preocupaciones del niño y del adulto)

### Palabras:

Retener las preocupaciones que han sido identificadas durante las dos primeras etapas, empezando habitualmente por « Me pregunto si hay un remedio... »

### Más ayuda:

- Atenerse lo máximo posible a las preocupaciones que han sido identificadas en las dos primeras etapas
- Si bien es una buena idea dar al niño la primera oportunidad de proponer una solución, generar soluciones es un trabajo de equipo.
- Es una buena idea considerar las probabilidades de éxito de una solución... si usted piensa que las probabilidades de éxito están por debajo del 60-70 por ciento, considere el por qué de sus dudas y hable de ello.
- Esta etapa se termina siempre con la decisión de volver al Plan B si esta primera solución no resiste el peso del tiempo.

### Lo que usted piensa:

« ¿He resumido convenientemente y con precisión las dos preocupaciones? »  
« ¿Hemos considerado de verdad la posibilidad de realizar ambos lo acordado? »  
« ¿La solución trata de verdad las preocupaciones de los dos? »  
« ¿Cuál es mi valoración de las probabilidades de éxito de esta solución? »

### Usted no debe...

- precipitar tampoco esta etapa
- Iniciar esta etapa con soluciones preconcebidas e « ingeniosas »
- Terminar con soluciones que no sean realizables por ambas partes
- Terminar con soluciones que no traten las preocupaciones de ambas partes

## PLAN B: Lista de Comprobación de la Reunión

Instrucciones: Marque √ para cada elemento en la escala de calificación de consistencia. La escala es de 1: nada consistente a 5: muy consistente. Proporcione comentarios o anote lo que funcionó bien en la columna de comentarios.

Pasos para implementar el Plan B	Nivel de consistencia					Comentarios sobre la reunión y lo que funcionó bien
	Poca		Mucha			
	1	2	3	4	5	
<b>Paso de la Empatía</b>						
El paso de Empatía comienza con una introducción, que comienza con las palabras "Me di cuenta de que ..." y termina con las palabras "¿Qué pasa?" En el medio, se inserta un problema no resuelto.	1	2	3	4	5	
El problema no resuelto comienza con la palabra "Dificultad" y se refiere a la expectativa específica que el niño tiene dificultades para lograr en un lenguaje amistoso para los niños. El problema no resuelto está dividido (en lugar de agrupado) y no contiene teorías de adultos, ni comportamientos desafiantes, y es lo más específico posible.	1	2	3	4	5	
Finaliza cuando el niño no tiene más preocupaciones. Esto se establece resumiendo y solicitando inquietudes adicionales. (Es probable que haya varios resúmenes).	1	2	3	4	5	
Priorización de las preocupaciones	1	2	3	4	5	

<b>Paso de la Definición de las Preocupaciones del Profesor</b>						
El paso de Definición de preocupación adulta comienza con las palabras "Mi preocupación es. . ." o "La cosa es. . ."	1	2	3	4	5	
Explica cómo afecta el problema no resuelto el niño y / o cómo el problema no resuelto está afectando a otros.	1	2	3	4	5	
Evitar referirse al comportamiento del niño.	1	2	3	4	5	
Priorización de las preocupaciones	1	2	3	4	5	

<b>Paso de la Invitación</b>						
El paso de Invitación comienza con las palabras "¿Me pregunto si hay una manera de ...?"	1	2	3	4	5	
Resumen de las preocupaciones de ambas partes: "Me pregunto si hay una manera de hacer algo al respecto (preocupaciones de una parte) y también de hacer algo al respecto (preocupaciones de la otra parte)"	1	2	3	4	5	
Se le da al alumno la oportunidad de aportar primero su solución	1	2	3	4	5	
Desarrolla soluciones con un esfuerzo bilateral, de equipo.	1	2	3	4	5	
Evalúa las soluciones según el grado en que son realistas (ambas partes pueden hacer lo que proponen) y mutuamente satisfactorias (la solución realmente aborda las preocupaciones de ambas partes).	1	2	3	4	5	

## ORGANIGRAMA DE ACTUACIÓN

NOMBRE DEL NIÑO \_\_\_\_\_ FECHA \_\_\_\_\_

