

5. NOS COMPORTAMOS ADECUADAMENTE

- [INTRODUCCIÓN](#)
- [5.1 Identificamos conductas adecuadas e inadecuadas](#)
- [5.2 Comprendemos situaciones con las Historias Sociales](#)
- [PARA SABER MÁS](#)

INTRODUCCIÓN

M5. NOS COMPORTAMOS ADECUADAMENTE

Algunas personas suelen presentar dificultades para comprender y realizar las conductas sociales adecuadas y esperadas, que suelen aparecer de forma natural, en determinados contextos o situaciones.

Muchas veces, no obedecen las órdenes o no cumplen con lo que esperamos de ellas, y pensamos que nos están retando.

En la mayor parte de los casos, estas conductas se deben a dificultades para comprender las conductas de los demás, para predecir los cambios, para autorregular su conducta o para anticipar situaciones en las que debemos solucionar un problema.

Los tableros para autorregular la conducta y las historias sociales con el apoyo de los pictogramas son dos de las estrategias que van a ayudar a la persona a predecir, comprender y tomar las decisiones adecuadas en cada situación, evitando la frustración, la ansiedad y la aparición de conductas disruptivas.

OBJETIVOS

Los objetivos que se pretenden alcanzar en este módulo son:

- Conocer y aprender a elaborar tableros de comunicación con pictogramas para autorregular la conducta.
- Comprender el concepto de historia social y aprender las distintas fases que debemos seguir en su elaboración.

CONTENIDOS

- Materiales de ARASAAC
- Tableros de regulación de conducta.



- Historia social.

Este módulo se divide en dos unidades:

5.1 Identificamos conductas adecuadas e inadecuadas 5.2 Comprendemos situaciones con las Historias Sociales

5.1 Identificamos conductas adecuadas e inadecuadas

Como ya hemos comentado anteriormente, las dificultades en la comunicación, las habilidades sociales y las funciones ejecutivas provocan en algunas personas situaciones de ansiedad, pueden ocasionar dificultades para regular la propia conducta y provocar comportamientos disruptivos.

Por ello es fundamental desarrollar habilidades para regular las emociones y el autocontrol, factores esenciales para la relación con los demás, la adquisición de nuevos aprendizajes y el bienestar personal.

En muchos casos, el uso de pictogramas puede ayudar a la persona a identificar la causa de su conducta, buscar alternativas y predecir cómo actuar en situaciones futuras, lo que repercutirá positivamente en su autoestima y en su nivel de autonomía personal.



En el apartado de Materiales de la página web de ARASAAC encontrarás materiales relacionados con este tema:

<http://aulaabierta.arasaac.org/materiales-cao-regulacion-de-la-conducta>

5.2 Comprendemos situaciones con las Historias Sociales

Las historias sociales con pictogramas son otra alternativa fundamental para ayudar a la persona a actuar ante situaciones del contexto que resultan difíciles de comprender o resultan confusas.

Estas historias se pueden mostrar antes de que ocurra una situación para anticipar cómo se debe actuar o preparar a la persona para esa situación que no conoce o no se espera.

VOY A UN CUMPLEAÑOS

MAMÁ Y PAPÁ ME EXPLICAN QUE EL CUMPLE SERÁ EN...

ANTES DE IR AL CUMPLEAÑOS ¿QUÉ HAGO?

PENSAR UN REGALO BONITO

IR A UNA TIENDA

ELEGIR Y COMPRAR EL REGALO

ENVOLVER EL REGALO

¿QUÉ HAGO EN LA FIESTA?

SALUDAR

MERENDAR

CANTAR

SOPLAR LAS VELAS

DAR MI REGALO



En el Aula Abierta de ARASAAC, te explicamos qué son las historias sociales y te mostramos cómo elaborar historias sociales con pictogramas.

<http://aulaabierta.arasaac.org/minitutoriales-cao-elaborando-una-historia-social-con-pictogramas-2>

En el siguiente enlace de la página web de ARASAAC, encontrarás todas las historias sociales disponibles en el apartado de Materiales:

<https://arasaac.org/materials/search?offset=0&activity=30>

PARA SABER MÁS

Para ampliar información, sobre este módulo te recomendamos:

Web de Carol Grey

El término de “guiones o historias sociales” apareció en los años 90 de la mano de Carol Gray con la intención de dar información explícita sobre la conducta social adecuada y favorecer la comprensión de estas situaciones sociales. Os recomendamos una visita a su web para que podáis obtener más información sobre Carol y su trabajo referido a las historias sociales.

<https://carolgraysocialstories.com>

Bibliografía

Gray C. Leich-White A.: «Mi libro de Historias Sociales». 2ª ed. Jenison Autism Journal. 2004.16