

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.

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



**ANTES DE IR AL CUMPLEAÑOS
¿QUÉ HAGO?**

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

 PARQUE	 PARQUE TEMÁTICO	 LUDOTECA	 JARDÍN	 ZOO
 CASA	 BAR	 PISCINA	 FERIA	

¿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