

HABILIDADES SOCIALES PARA COMBATIR LA BURLA Y EL ACOSO ESCOLAR

Esta actividad está tomada de Joel Shaul en su página www.autismteachingstrategies.com y traducida para su uso con las personas con TEA de habla en castellano.

Con frecuencia, los niños con Asperger y Autismo sufren molestias y acosos por parte de otros niños. El objeto de este trabajo es ayudarle a aprender a tener habilidad en esta área. Esto no pretende servir como un plan de estudios completos o funcionar como repuesta primaria a las burlas y acoso escolar.

El materia suministrado aquí está pensado para ayudar con:

Diversidad de repuestas funcionales a las burlas y acoso escolar.

Habilidad para reconocer entre burlas amistosas o molestas y distinguir entre daño intencionado o no.

Capacitación para hacer frente a las emociones de ira, ansiedad, tristeza y otras relacionadas con el objeto de burlas y acoso.

Descargar las fichas y recortarlas, plastificandolas posteriormente para evitar deterioros.

Como utilizar las fichas.

Hay tres tipos diferentes de fichas:

1.- Fichas “¿Qué hacer?”

Estas fichas describen a niños hipotéticos en una variedad de escenarios con problemas, y la persona tiene que encontrar posibles soluciones. A menudo hay más de una respuesta.

2.- Fichas “¿Y tú?”

Estas tarjetas requieren que la persona lleve a cabo una variedad de tareas breves de aprendizaje y de reflexionar sobre su propia experiencia con las burlas y el acoso.

3.- Fichas “¿Qué opinas?”

Cada tarjeta contiene un bocadillo con un pensamiento o creencia particular que puede aumentar el daño causado por la crueldad de sus compañeros. La tarea consiste en tratar de contrarrestar el pensamiento dañino con uno o más pensamientos positivos. Una buena manera de utilizar estas tarjetas es que el adulto tome el rol de un niño que hace suyo el pensamiento del bocadillo. Luego el niño tendrá que disuadirle de esta manera de pensar.

Opciones para el uso de las fichas.

Puede barajar las cartas y que el niño escoja al azar.

Puede apilar las fichas en tres montones diferentes y que el niño escoja de acuerdo a la puntuación de un dado.

Este tema de habilidades sociales va a ser muy duro de trabajar tanto para las personas con TEA como para ti también.

Espero y deseo que sean de vuestra utilidad

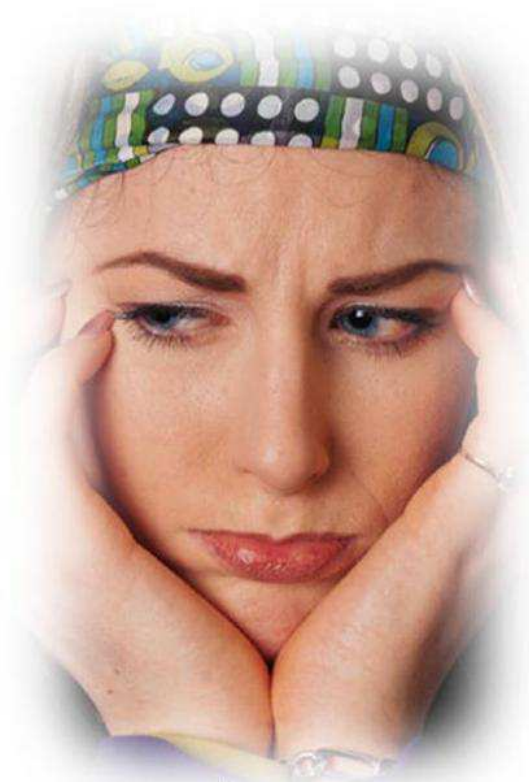
Juanma Cano

Decide:

¿Es realmente una burla?.

¿Es realmente un acoso?.

A veces PARECE significar algo pero NO lo es.



¿Apodo amistoso?

No todos los apodosos son malos.

Algunos apodosos significan que la persona quiere ser amable.

¿Con intencionalidad?

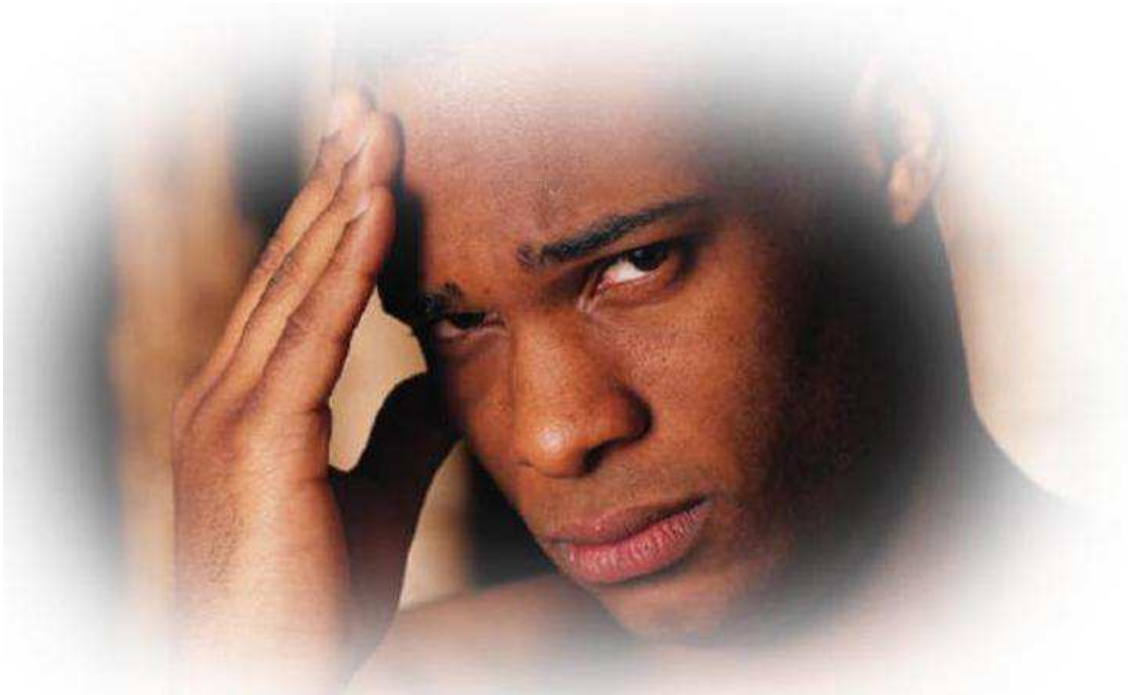
A veces una persona puede hacerte daño, pero fue inconscientemente.

A veces pueden decirte algo que te duela, pero ellos no tratan de hacerte daño.

A veces tú puedes

Ignorarlo.

**A veces si no respondes a las provocaciones de otros,
ellos se irán y te dejarán en paz.**



**Trata de pensar en otra
cosa.**

**Apartate de la persona
provocadora y no digas
nada.**

A veces tú puedes

Marcharte.

A veces tú puedes estar en algún lugar donde te puedas marchar de la persona que te está molestando.

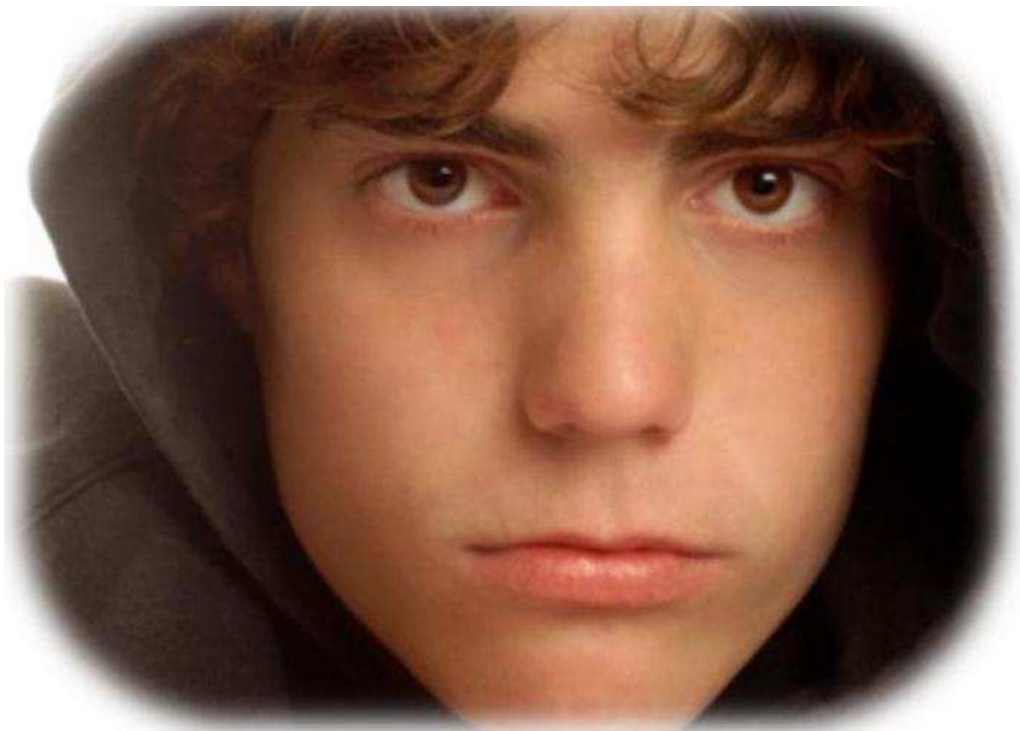


No te marches de un lugar si va en contra de las normas de ese lugar.

No te marches de un lugar si eso supone irse a otro peligroso.

**A veces tú puedes
Decirles que paren.**

**A veces tú puedes decirles dejalo ya.
Dilo energicamente pero sin gritar. Mirando a la persona.**



Trata de decirlo con una voz firme pero sin mostrar demasiado enfado. La persona que está molestandote puede que quiera que tú estés enojado.

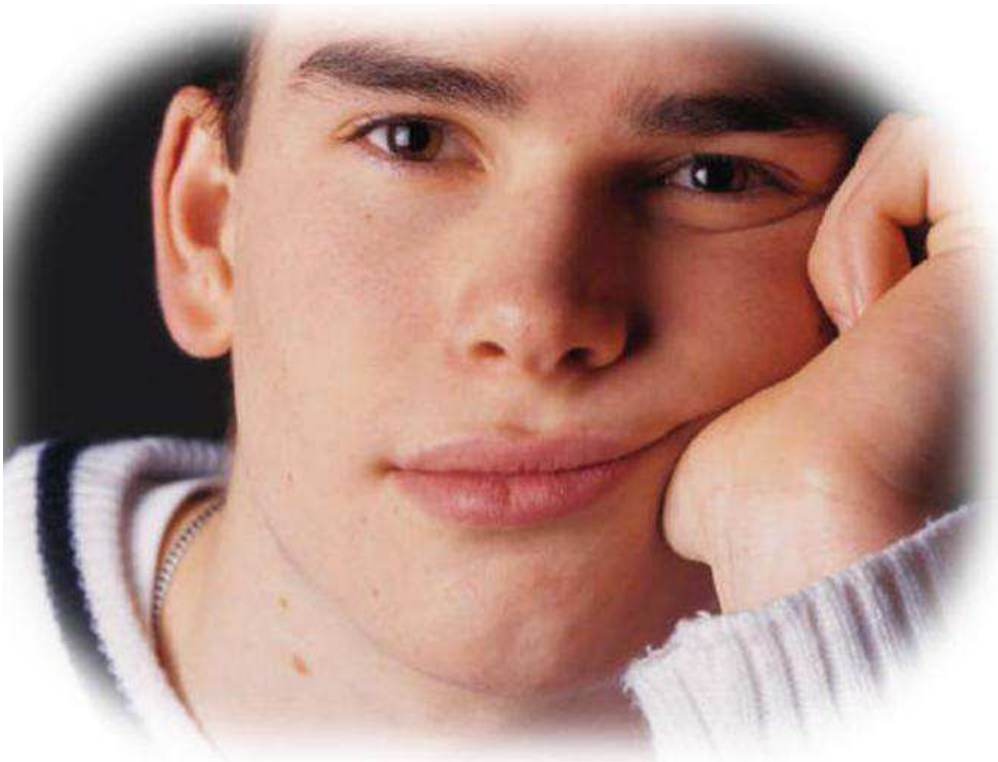
Trata de no decirlo con una voz lastimera o que vas a comenzar a llorar en un momento.

Si nada parece salir bien

Pide ayuda.

Pide ayuda a las personas en que tú confías.

Pide ayuda incluso si las personas que están molestando te dicen que no puedes.



Cuando pidas ayuda no le digas a esa persona lo que hacer. Escucha lo que te está diciendo.

Si la primera persona no puede ayudarte, busca a otra que lo haga.

Trata de evitar pensamientos que causen un daño peor.

Algunos tipos de pensamientos lastiman más que el acoso escolar.

¿Puedes tener pensamientos como los que se muestran aquí?





**¿Qué
HACER?**

Kayla está viendo un partido de fútbol cuando de repente recibe un balonazo en la cabeza. Un niño se ríe. Otros dicen, “Kayla, ¿te encuentras bien?”.

¿Qué debería hacer Kayla?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

A Daniel no le gustan los apodos. El escucha como en el comedor los chicos se ríen y se apodan con nombres de perros mutuamente como “Pete el Caniche” y “Bill el Beagle”. De repente, un chico se gira hacia Daniel y dice, “Mirad, es Daniel el Spaniel”.

¿Qué debería hacer Daniel?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

Mientras Jason está caminando por el pasillo, un chico con quién Jason nunca ha tenido amistad, le dice, “Tío, ¿por qué tu pelo parece tan sucio?”.

¿Qué debería hacer Jason?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

En el vestuario de chicas, algunas comienzan a mirar en el bolso de Olivia mientras ella va al cuarto de baño. Una chica saca una foto de Justin Bieber del bolso de Olivia, y dice, “¡Mirad, Olivia está enamorada!”.

¿Qué debería hacer Olivia?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Qué
HACER?

**Jeremy odia realmente ser tocado. En el campamento de verano, algunos niños comienzan a jugar al “tú la llevas”. Uno de los niños corre hacia Jeremy y le toca en el hombro diciendole:
“!Jeremy tú la llevas!”**

¿Qué debería hacer Jeremy?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Qué
HACER?

La fila para el almuerzo es realmente larga. Peter tiene que comer tan deprisa que al final se mancha la camiseta blanca con salsa de spaguetti. Cuando los niños comienzan a burlarse de él más tarde, él trata de ignorarlos y marcharse, pero luego otros niños comienzan a burlarse de él.

¿Qué debería hacer Peter?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Qué
HACER?

Una chica de dos cursos superiores a Alice le dice, “Cuando salgas de la escuela hacia tu casa pienso pegarte. Ese es el momento apropiado para que nadie pueda ayudarte”.

¿Qué debería hacer Alice?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Qué
HACER?

Alex tiene problemas para mantener el ritmo cuando el profesor de Educación Física los hace correr fuera, largas distancias. Durante tres semanas, otros chicos le han estado llamando “Alex la tortuga” porque él va lento. Alex se lo dijo al profesor, y le respondió que lo ignore.

¿Qué debería hacer Olivia?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

Jeffrey tiene 11 años y su hermano, Alan 9. A pesar de que Alan es más pequeño, siempre le gana a Jeffrey en los videojuegos. Jeffrey le dice a Alan, “ Me toca ganar a MI”, y Alan le responde “Calla, eres un bebé grande”

¿Qué debería hacer Jeffrey?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

Durante el almuerzo, algunos niños se dan cuenta de que Brandon tiene un agujero en la parte posterior de su sudadera. Se lo dicen a otros niños y pronto comienzan a reírse de Brandon. El les dice que no sigan riéndose pero ellos no dejan de hacerlo.

¿Qué debería hacer Brandon?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

Beth Anaya ha estado recibiendo mensajes groseros en su Facebook. Los chicos la llaman “Beth Canalla” y están diciendo que no se ducha con frecuencia.

¿Qué debería hacer Beth?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
HACER?**

Debbie normalmente recibe burlas de los chicos, pero hoy parece que es diferente. Algunos chicos le han dicho que Frank, un chico atractivo, le gusta y desea salir con ella. Después del instituto, alguien le presta su móvil y le dice, “Puedes llamarle ahora”.

¿Qué debería hacer Debbie?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

El adulto se hará pasar por un niño que está siendo objeto de burlas porque los otros niños creen que su voz suena rara.

Asegurate que ayudas al niño diciendole que puede ignorarlos, alejarse de ellos o decir basta.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Pídele a un adulto que esté jugando a este juego, que te ponga un apodo amistoso

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Si tú estás siendo molestado o recibiendo acoso escolar, ¿a qué tres personas puedes pedirle ayuda?

Si no estás en la escuela y estás sufriendo acoso, ¿quién puede ayudarte?

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Verdad o falso:

**Si TÚ estás molestando a alguien,
eso significa que
TÚ eres un acosador.**

Explica tu respuesta

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

El adulto que está contigo se hará pasar por un niño, el cual ha sido objeto de burlas por ser un corredor lento. Tu trabajo será ayudarle a este “niño” utilizando estas frases:

**“¿Qué pasó?”
“¿Debes sentirte mal?”
“Lo siento.”
“¿Necesitas ayuda?”**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Una manera de crear apodos es utilizando la inicial de tu nombre, por ejemplo, “Jolly Joe” o “Silly Sam”.

Sólo por diversión, pídele a cada persona que está contigo que se invente un apodo para ella de la misma forma anterior.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

El adulto va a demostrar dos maneras distintas de tratar con una persona que está siendo molesto. Finge ser un matón y el adulto un niño. Llama al adulto “Perdedor”. El adulto demostrará:

- 1. Ignorancia.**
- 2. Alejandose.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Pide a cada persona que se encuentre en la habitación que practique la forma correcta de ver y escuchar cuando tu les diga “Basta”. El adulto se asegurará que todos estais:

- Utilizando el tono correcto de voz.**
- Utilizando la expresión correcta en tu rostro.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

El adulto se hará pasar por un niño que está siendo molestado por otros niños más jóvenes, quienes siempre están molestandole y acosandole.

Tú serás el profesor que le está ayudando a reaccionar de una forma correcta.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

El adulto se hará pasar por un niño que está siendo objeto de burlas por no jugar bien al fútbol. Ayudale utilizando estas frases:

***“¿Qué sucedió?”
“Parece horrible”
“Te diré como me sentí de la misma manera hace un tiempo”***

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Imagina que estás viendo a dos chicos riendose juntos y llamandose mutuamente con nombres groseros.

“¿Qué harías tú?”

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



¿Y TÚ?

Imagina que eres un profesor que está hablando a la clase. Estás ayudando a que la clase esté preparada para el día siguiente en que vendrá un nuevo alumno que está en silla de ruedas y también tiene una deformación en su cara. Asegurate que todos los estudiantes sabrán como tratar de una forma correcta con el nuevo estudiante.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

Soy diferente. Soy tonto. No sé las respuestas en clase. Por eso la gente es mala conmigo.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

Oigo reírse a los niños de nuevo. ¡Seguro que se ríen de MI otra vez.!

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

Buscaré la oportunidad de vengarme de ellos algún día. Entonces ellos se arrepentirán.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

Si soy malo con alguien es porque antes otros han sido malos CONMIGO.

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Iré y golpearé a uno
de los niños malos.
Entonces dejarán de
molestarme.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Sería mejor pasar mas
tiempo sólo. De esa
manera, la gente no
querrá molestarme
más.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Esto es lo que aprendí
al ser objeto de burla:
No Puedes confiar en
los niños de tu misma
edad.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Mientras esté
creciendo, la gente
seguirá molestandome.
Igual que lo hacen
ahora.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**No me gustó lo que
esa persona dijo
acerca de mi
programa favorito de
TV.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Esa persona me
llamó "perdedor."
!Todos piensan que
soy un perdedor.!**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**La gente es mala
conmigo. Esto
significa que nunca
tendré amigos.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com



**¿Qué
OPINAS?**

**Un niño malo me
golpeó en el recreo.
Nunca volveré allí.**

Traducido por Juanma Cano desde autismteachingstrategies.com