

LA CAJA DE HERRAMIENTAS

HERRAMIENTA	EXPLICACIÓN	HERRAMIENTA	EXPLICACIÓN
<p>El termáforo</p> 	<p>“¿Cómo está el vehículo” Se trata de percibir si puede entrar en comunicación, sostener la situación, o necesita marchar o parar.</p>	<p>El cuerpo</p> 	<p>“Dibujo, modelo, aprieto, o me muevo” Puede llevar parte de su atención a hacer algo con el cuerpo, para sostener la situación, o bien en el espacio de calma para relajarse.</p>
<p>El tren</p> 	<p>“Me las piro, vampiro” Cuando la tensión es muy alta, una opción es marchar de ese lugar para liberar la atención de los estímulos presentes</p>	<p>Las gafes</p> 	<p>“Ah, sólo es...” Se trata de poner un nombre a las emociones, los pensamientos, o incluso la escena que aparece, y reconocerlos cómo algo ya conocido</p>
<p>El espacio de calma</p> 	<p>“Me voy al retiro” Se trata de que el niño vaya a un lugar físico (o mental) donde pueda sentirse seguro y relajar la tensión</p>	<p>La lupa, el microscopio...</p> 	<p>“Ahora veo algo más...” Se trata de poder mirar de nuevo la situación, activando los mapas que han sido introducidos en un relato fortalecedor</p>
<p>La respiración</p> 	<p>“Respiro, respiro, ... y me lleno de luz” Cada vez que respira, imagina que por la nariz o la cabeza entra un rayo de luz blanca que inunda todo su cuerpo y se llena de ternura.</p>	<p>El poste de direcciones</p> 	<p>“¿Qué va bien ahora?”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escucho - Me expreso - Me aguanto - Lo juego” <p>Se trata de activar los programas que hemos introducido como “adecuados” durante un relato fortalecedor</p>
<p>No pasar</p> 	<p>“No, parad” Se trata de que el niño pueda expresar que algo o alguien pare, porque se siente molesto. Puede ser expresado simplemente con un movimiento con las manos, y un “No”</p>	<p>El micrófono y el audífono</p> 	<p>“Expreso y escucho” Se trata de que el niño exprese: qué ha vivido, qué desea o necesita, y qué pide o reclama. Y también se trata de que escuche qué le dice el otro.</p>