**LA TORTUGA VIKI Y SU MODO DE RESOLVER LOS PROBLEMAS**

En clase vamos a trabajar este cuento, perteneciente a una serie de cuentos titulada “Cuentos para la Convivencia”, en los que se profundiza en los conflictos más frecuentes que dificultan las relaciones personales y el aprendizaje.

Este cuento presenta una situación que es resuelta desde la responsabilidad, el autoconocimiento y el desarrollo de la identidad personal.

Se trata de descubrir cómo nos relacionamos , cuáles son las dificultades de la convivencia qué herramientas podemos usar para resolver los conflictos, desde la reflexión, la aceptación y el compromiso de cambio,

El objetivo principal del trabajo de este cuento es conseguir cambios en la conducta para mejorar la convivencia.

La protagonista de nuestra historia es Viki, una pequeña tortuga, la cual aprenderá la forma de enfrentarse a sus problemas de forma responsable y siendo feliz.

Este cuento hace referencia a un método para el autocontrol de la conducta impulsiva. Dicho método es llamado “Técnica de la Tortuga” del cual hablaremos a continuación.

**TÉCNICA DE LA TORTUGA:**

Esta técnica utiliza la analogía de la tortuga que se repliega dentro de su concha cuando se siente amenazada.

Del mismo modo, se enseña al niño a replegarse dentro del caparazón imaginario cuando se sienta amenazado, para así controlar sus impulsos y emociones ante estímulos externos.

Se enseña al niño a relajar los músculos para que esté más tranquilo.

Finalmente, le enseñamos a utilizar las técnicas de solución de problemas para aprender a manejar las diferentes situaciones a las que puede enfrentarse.

Esta técnica puede ayudar a los niños a expresar sus sentimientos, ya que les enseña a canalizar la expresión de sus emociones de manera apropiada.

La mejor edad para su aplicación es desde la etapa de Infantil hasta el 2º nivel de Primaria (7 años).

Se trata de responder a las conductas disruptivas en general: peleas, hablar demasiado, insultos, no atender al profesor, burlas, gritos, golpes, …

El niño que realiza cualquiera de estas conductas debe aprender a elegir hacer la Tortuga en vez de la conducta inapropiada. Esto lo conseguirá con la colaboración del profesor y los compañeros de clase.

Además, aprenderá a reducir su nivel de ansiedad a través de la relajación para facilitar la expresión de sus necesidades de manera adecuada.

La Resolución de Problemas le enseñará a cómo enfrentarse a sus frustraciones y expresar sus necesidades de manera socialmente aceptable y realista.

Desde el momento en que el niño aprende a utilizar estas técnicas “TORTUGA – RELAJACIÓN – RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS” habrá dominado las técnicas de autocontrol y raramente manifestará conductas disruptivas.

A modo de síntesis, señalaremos los efectos positivos de la aplicación de la Técnica de la Tortuga:

* Los niños aprenden a controlar sus propias conductas sin tener un agente externo.
* Reciben, además, feedback positivo del profesor, dejando de percibirse como “malos”.

A continuación, muestro el enlace donde se habla detalladamente sobre la Técnica de la Tortuga y los pasos a seguir para su correcta aplicación:

<http://www.aprendiendocon-tdah.com/materiales/la_tecnica_de_la_tortuga.pdf>