

COVID-19

Una historia Social para el regreso a las actividades



Historia Social COVID-19.

¿Qué es una historia social?

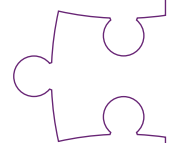
Las historias sociales son una estrategia desarrollada por Carol Gray. Constituyen una herramienta de aprendizaje social que promueve la identificación de una situación particular o nueva (por ejemplo: la presencia de Covid-19) y fomenta el empleo de estrategias de afrontamiento a las emociones que dicha situación causa en la persona.

Uso de una historia social.

Las historias sociales pueden ser empleadas por familias y terapeutas o profesionales, para personas con autismo. Se recomienda adaptarla especialmente para la persona que la va a usar, tomando en cuenta sus apoyos, habilidades y su contexto.

Se sugiere que la historia se practique con la persona con autismo, en más de una ocasión, preferentemente antes de que se presente la situación para la cual se desarrolló la historia.

A continuación, te compartimos una historia social diseñada para un niño ante de la contingencia generada por Covid-19.



1

Estoy en casa con mi familia para cuidarnos del Covid-19.



2

He pasado mucho tiempo en casa y a veces me siento enojado, triste o cansado. Eso está bien.



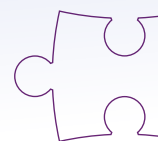
3

Mis papás me han dicho que cuando me sienta así puedo escuchar música, jugar o estar solo en mi habitación o en mi lugar seguro



4

En las noticias nos informaron que las personas podemos salir de casa.



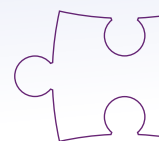
5

Podré realizar actividades como salir a caminar, ir al parque o visitar a mis abuelos.



6

He escuchado a mi familia decir que algunas cosas serán diferentes, que debemos seguir cuidándonos al salir. A veces mi familia se preocupa o tiene dudas. Eso está bien.



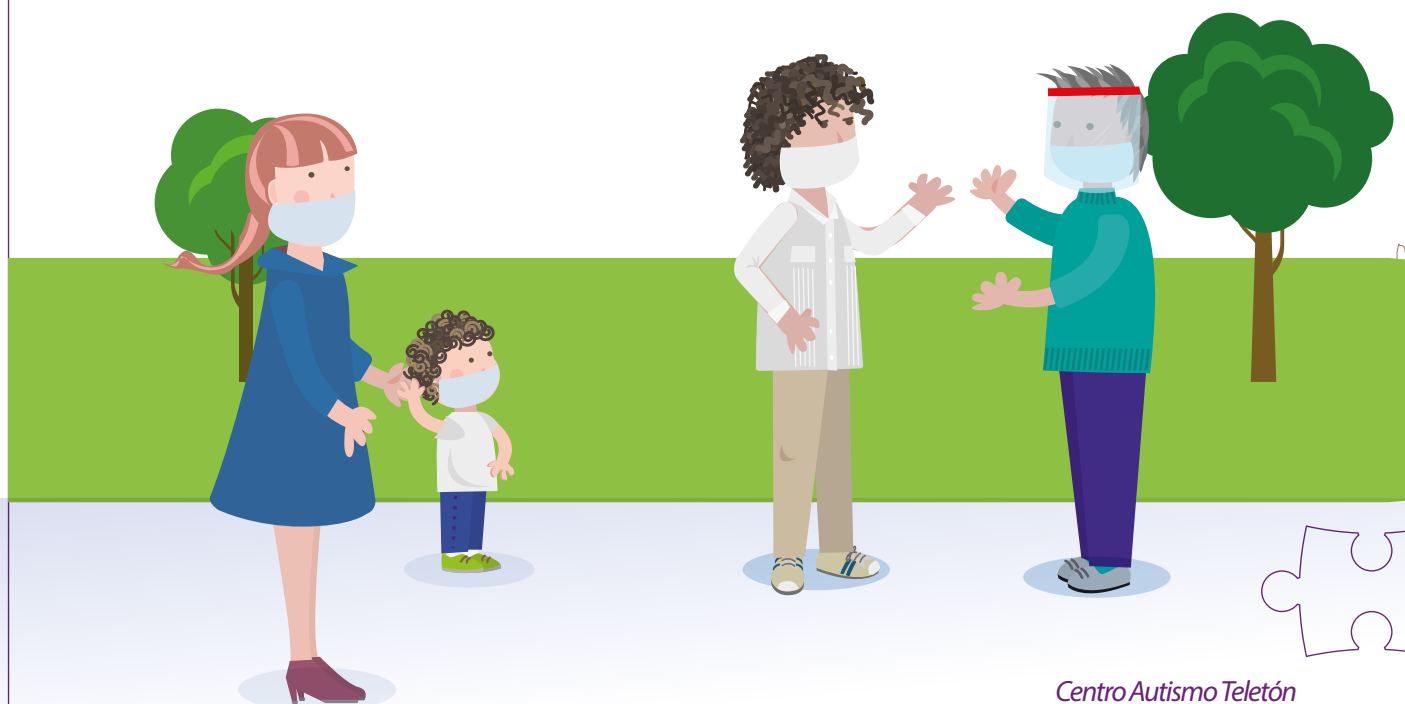
7

En la calle todas las personas usan cubreboca. Algunas usan guantes o caretas.



8

Para salir de casa y cuidarnos, debemos usar cubreboca. Debo poner atención para mantener distancia social con otras personas.



9

Al llegar a un nuevo lugar debo usar gel antibacterial o lavarme las manos con agua y jabón.



10

No me gusta el cubreboca, ni usar gel antibacterial, me molesta tapar mi boca. Eso está bien. Yo puedo decir: "estoy enojado" o "no me gusta usar cubreboca". Y eso también está bien.



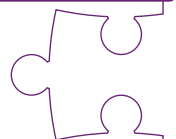
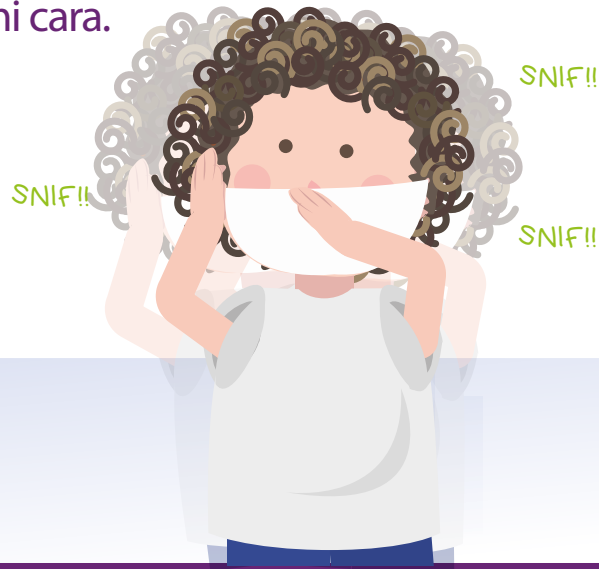
11

Voy a tratar de usar cubreboca.
También de lavarme las manos o usar gel antibacterial.

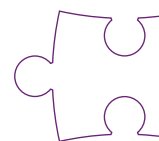


12

Al estornudar, taparé mi nariz con la parte interna del
brazo, también voy a recordar mantener mis manos lejos
de mi cara.



Cuando salude o me despida, lo haré agitando mi mano.



14

Los cambios y el salir a la calle me ponen nervioso.
Eso está bien.



15

Mamá me ha dicho que cuando me sienta así, puedo tomarla de la mano, platicar con ella o puedo llevar un juguete conmigo para sentirme tranquilo.



16

Al terminar mis actividades, regresaré a casa y seguiré las indicaciones de mi familia para seguirnos cuidando.

