

# Volver al aprendizaje cuidando el vínculo.

Taller para docentes: co-regulación, rutinas de reinicio y reparación breve en el aula ordinaria.

Beatriz Coronas

Orientadora educativa

Equipo específico de atención a las alteraciones de las emociones y de la conducta.

# Cuidar a quienes cuidan.

La co-regulación es el suelo firme de todo lo demás.  
Aprender a leer señales, también las nuestras.  
Volver al aprendizaje cuidando el vínculo.

Venimos a volver.

*disa Arato*

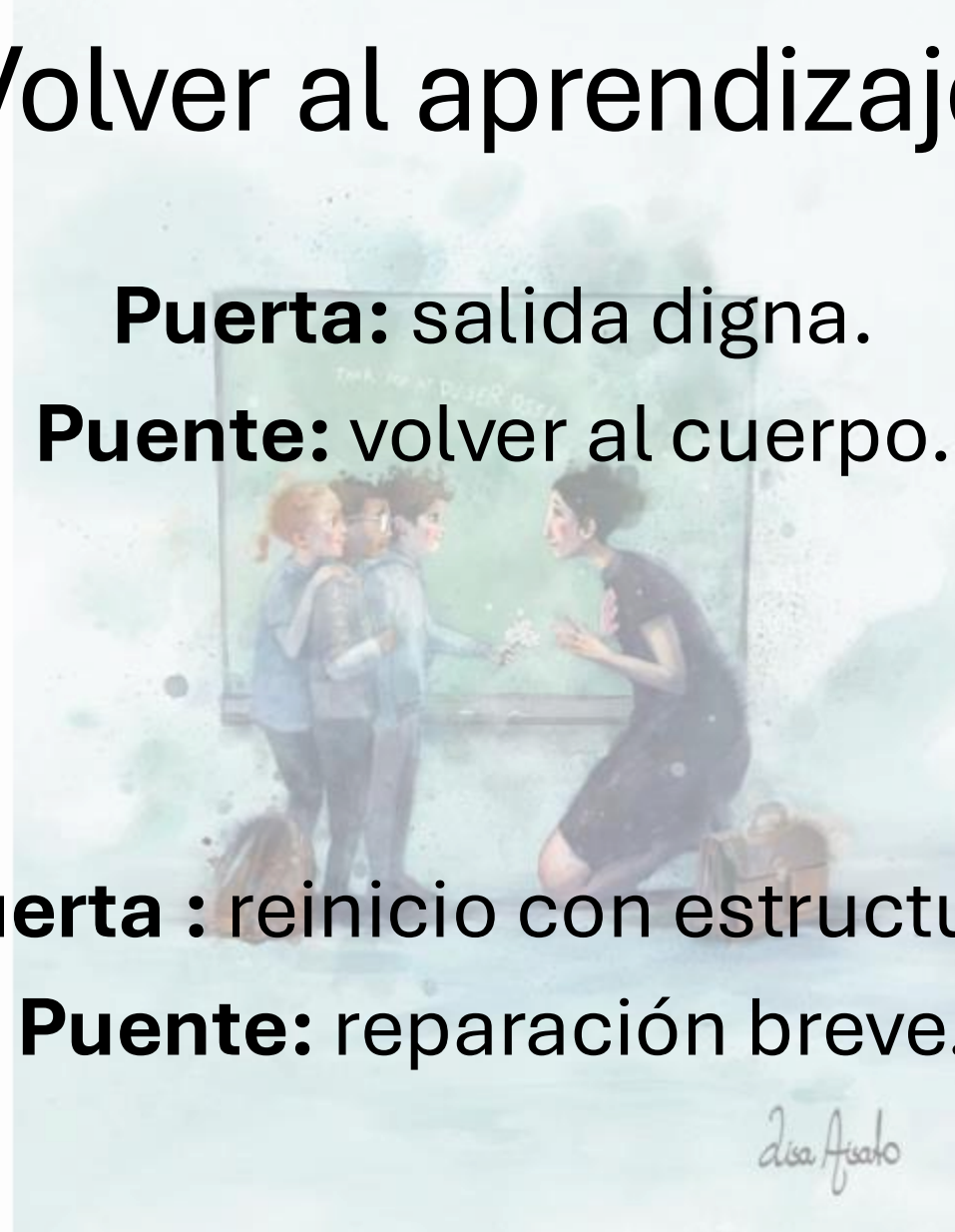
# Volver al aprendizaje.

**Puerta:** salida digna.

**Puente:** volver al cuerpo.

**Puerta :** reinicio con estructura.

**Puente:** reparación breve.



# La puerta de la salida digna.

- Ahora paramos. No voy a dejar que pegues. Elige: conmigo aquí o al rincón tranquilo. Luego volvemos al cuento.
- Veo tu cuerpo muy fuerte: primero manos quietas conmigo. Después eliges: alfombra o mesa tranquila
- Ahora paramos. No voy a dejar que tires cosas. Vamos a beber agua y volvemos al juego cuando tu cuerpo esté más tranquilo.
  
- Ahora paramos. El límite es no insultar. Elige: lo hacemos aquí juntos o mesa X un minuto y sigues.
- No voy a discutir; elige: respirar conmigo aquí o ir al lateral, y luego empezamos por la primera.
- Veo que estás muy arriba. Primero un minuto de agua y manos en mesa. Después vuelves y haces solo la pregunta 1 conmigo.
  
- Ahora lo paramos. No voy a entrar en un pulso. Elige: te sientas atrás y bajas el volumen, o te recolocas y vuelves.
- El límite es este: no faltar al respeto. Sales un minuto, te recolocas y vuelves. Luego seguimos.
- No voy a exponerte. Paramos aquí. Elige: te quedas en silencio y arrancas por la primera línea, o sales a beber agua y vuelves.

# El puente de volver al cuerpo.

Para bajar el ritmo, mi voz va a \_\_\_\_\_ y mis palabras van a \_\_\_\_\_.

Mi puente de 60 segundos será: \_\_\_\_\_ + \_\_\_\_\_ + volver a  
\_\_\_\_\_.

Cuando yo me note acelerada, voy a \_\_\_\_\_ para poder volver.

# La puerta secreta del reinicio.

“Ahora volvemos a \_\_\_\_\_. Yo te ayudo a \_\_\_\_\_. Si sube, \_\_\_\_\_ y vuelves.”

“Ahora haces \_\_\_\_\_. Yo te ayudo con \_\_\_\_\_. Si sube, \_\_\_\_\_ y vuelves.”

“Ahora vuelves a \_\_\_\_\_. Te ayudo con \_\_\_\_\_. Si sube, \_\_\_\_\_ y reiniciamos.”

# El puente de la reparación breve.

“Antes yo \_\_\_\_\_. Lo siento. El límite sigue \_\_\_\_\_.  
Ahora \_\_\_\_\_.”

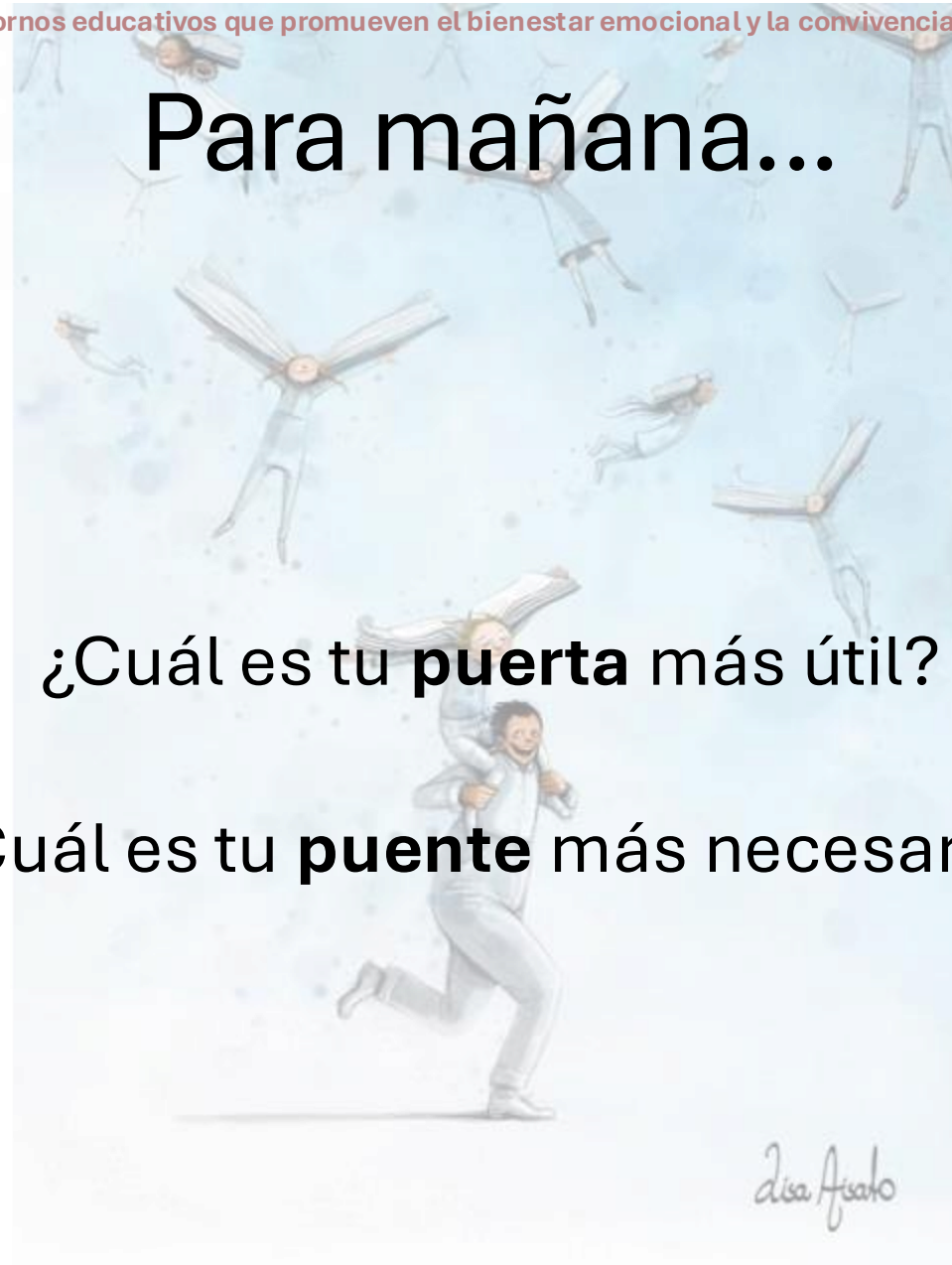
“Nos hemos perdido. Volvemos. Para seguir, tú \_\_\_\_\_ y yo  
\_\_\_\_\_.”

“La próxima vez, cuando notes \_\_\_\_\_, me dices  
\_\_\_\_\_. Yo haré \_\_\_\_\_.”

# Para mañana...

¿Cuál es tu **puerta** más útil?

¿Cuál es tu **punte** más necesario?



“Lo que mejor teje el vínculo con el adolescente es el apaciguamiento de sus angustias y no la satisfacción de sus necesidades.” Boris Cyrulnik

**Gracias**

*(En un mundo lleno de IA, Lisa Aisato sigue dibujando con el corazón en la mano, las ilustraciones de esta presentación son suyas).*

XVII CONGRESO DE EDUCACIÓN DE CANTABRIA  
Entornos educativos que promueven el bienestar emocional y la convivencia

