



Neurodiversidad en la educación.

La neurodiversidad es un concepto que reconoce que las diferencias en el cerebro humano son variaciones naturales del desarrollo y no necesariamente son trastornos que deban ser corregidos. Comprender esta perspectiva ayuda a valorar las habilidades únicas de cada persona y fomenta la inclusión en todos los ámbitos de la vida, especialmente en la educación.

En las escuelas y universidades, entender la neurodiversidad significa reconocer que no todos aprendemos de la misma manera. Algunos estudiantes pueden necesitar adaptaciones en la forma de recibir información, tiempos más flexibles para realizar tareas o métodos de evaluación distintos. Estas estrategias no sólo ayudan a quienes presentan diagnósticos como Autismo y TDAH, sino que benefician a todos los estudiantes, promoviendo un aprendizaje más flexible y creativo.

La inclusión educativa basada en la neurodiversidad también fortalece la empatía y la colaboración entre compañeros. **Al aceptar que existen múltiples formas de aprendizaje y expresión, las escuelas pueden crear ambientes donde todos los estudiantes se sientan valorados y capaces de desarrollar su potencial, lo que aumenta su autoestima y motivación.**

En conclusión, comprender y apoyar la neurodiversidad en la educación es un paso esencial hacia sociedades más inclusivas y equitativas. Reconocer y adaptar las prácticas educativas para diferentes formas de aprender beneficia a todas y todos, enriqueciendo la experiencia de aprendizaje de toda la comunidad educativa.



LFT. Susana Valenzuela
REHABILITADOR AFYCC

rehabilitadorafycc1@estrellaguia.mx



Tiempo fuera desde la benevolencia y la firmeza.

Imagina que estás en medio de una discusión, te sientes frustrado, enojado, y alguien te dice: "Vete a tu cuarto a pensar en lo que hiciste. No salgas hasta que estés calmado."

¿Te sentirías comprendido? ¿O simplemente castigado y solo con tu enojo?

Esto es lo que muchos infantes experimentan cuando usamos el "tiempo fuera" como castigo.

Pero... ¿y si en lugar de aislar, enseñáramos a conectar? ¿Y si en vez de castigar el desborde emocional, enseñáramos a gestionarlo? Vamos a descubrir cómo el "tiempo fuera", bien utilizado desde el respeto mutuo, puede ser una herramienta poderosa para ayudar a niñas y niños; para lo cual consideraremos lo siguiente:

1. No es un castigo.

A diferencia del "tiempo fuera tradicional" (castigo aislado), el tiempo fuera en desde el respeto mutuo es acompañar sin aislar ni hacer sentir mal al niño. El objetivo no es que "reflexione solo", sino ayudarlo a autorregularse emocionalmente.

2. Regulación emocional, no obediencia inmediata.

Se enfoca en que los infantes y adultos recuperen la calma y vuelva a un estado donde pueda pensar y actuar de forma respetuosa. Se basa en la neurociencia: un cerebro alterado no puede razonar ni aprender.

3. Lugar de calma, no de aislamiento.

Se puede ofrecer un "lugar de calma" previamente acordado: un rincón con cojines, libros, peluches, objetos del gusto de las niñas y niños etc. Es opcional y voluntario, no impuesto, en ocasiones los adultos también pueden usarlo.



4. Conexión antes que corrección.

El adulto valida las emociones del infante antes de invitar al tiempo fuera. Ejemplo: "Veo que estás muy enojado. ¿Te gustaría ir al rincón de la calma para sentirte mejor?".

5. Se enseña antes de usarlo.

No se introduce en medio de una crisis. Se practica en momentos de calma para que el niño entienda cómo y por qué usarlo.

6. Promueve la autodisciplina.

Recuerda que esta técnica tendrá resultados a largo plazo. Es una herramienta para el desarrollo de habilidades sociales y



ESTRELLA GUÍA IAP



4to. Recorrido por la
INCLUSIÓN de la DISCAPACIDAD


5K A TU
MANERA
2026

DOMINGO

22

FEBRERO



Salida y meta frente: Espinosa de los Monteros.



Horario: 08:00 A.M.

Para más información:  667 144 5451



emocionales. Es importante ser constante; enseña al niño a identificar sus emociones y tomar decisiones conscientes para calmarse.



Psic. Maira Germán
COORDINADOR EDUCACIÓN CONTINUA

educacioncontinua@estrellaguia.mx