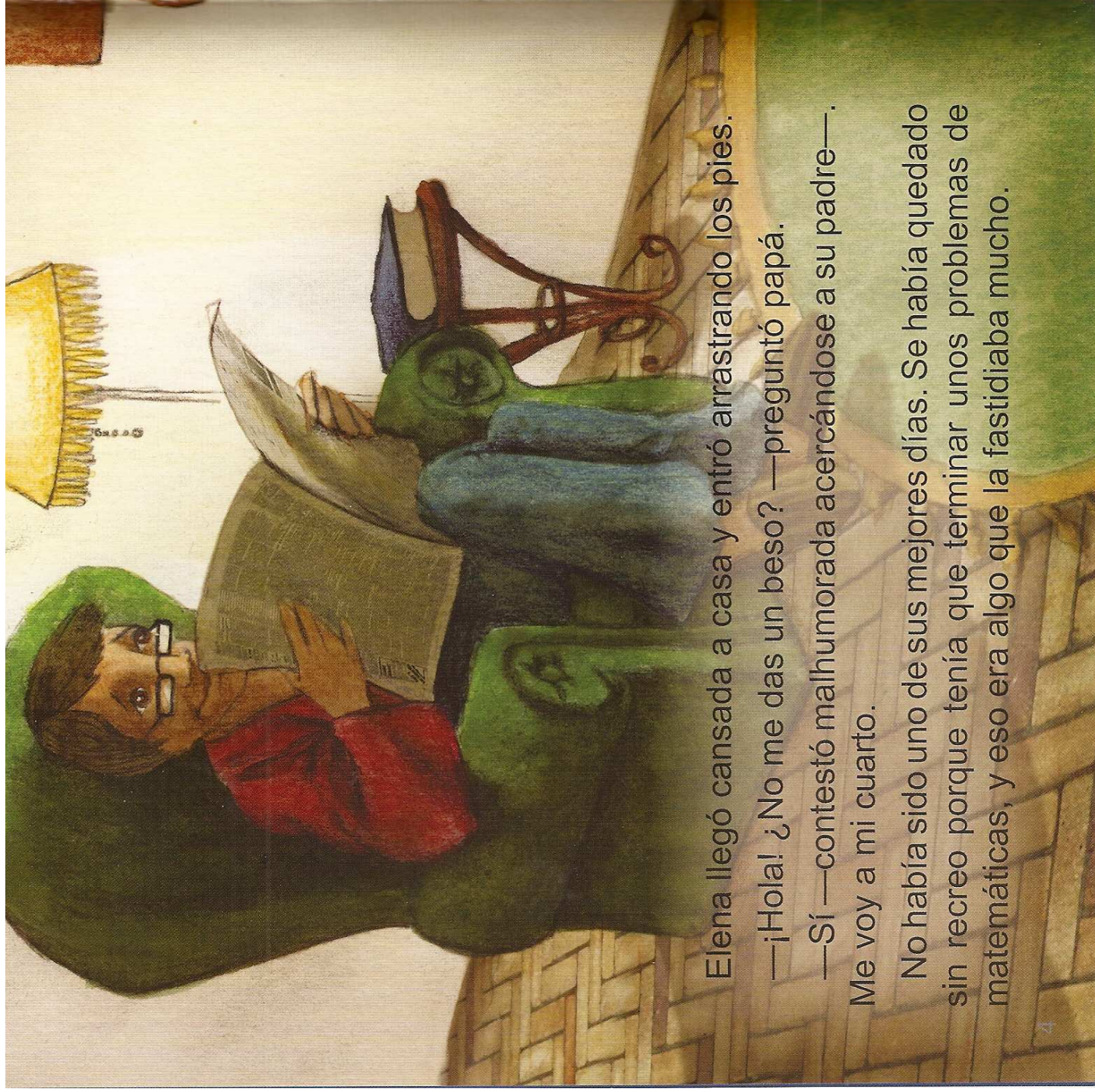


Elena y el camino azul





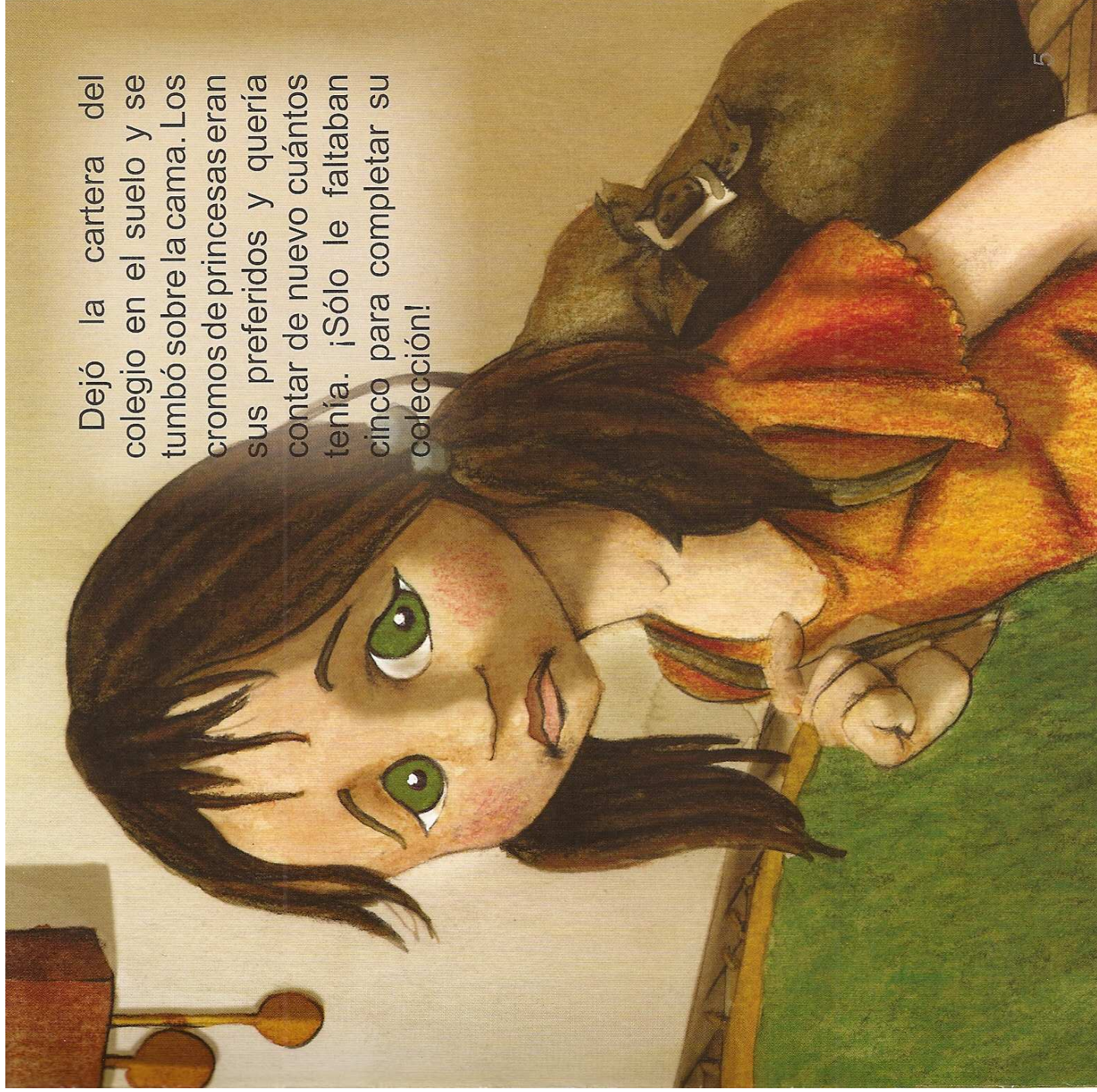
Elena llegó cansada a casa y entró arrastrando los pies.

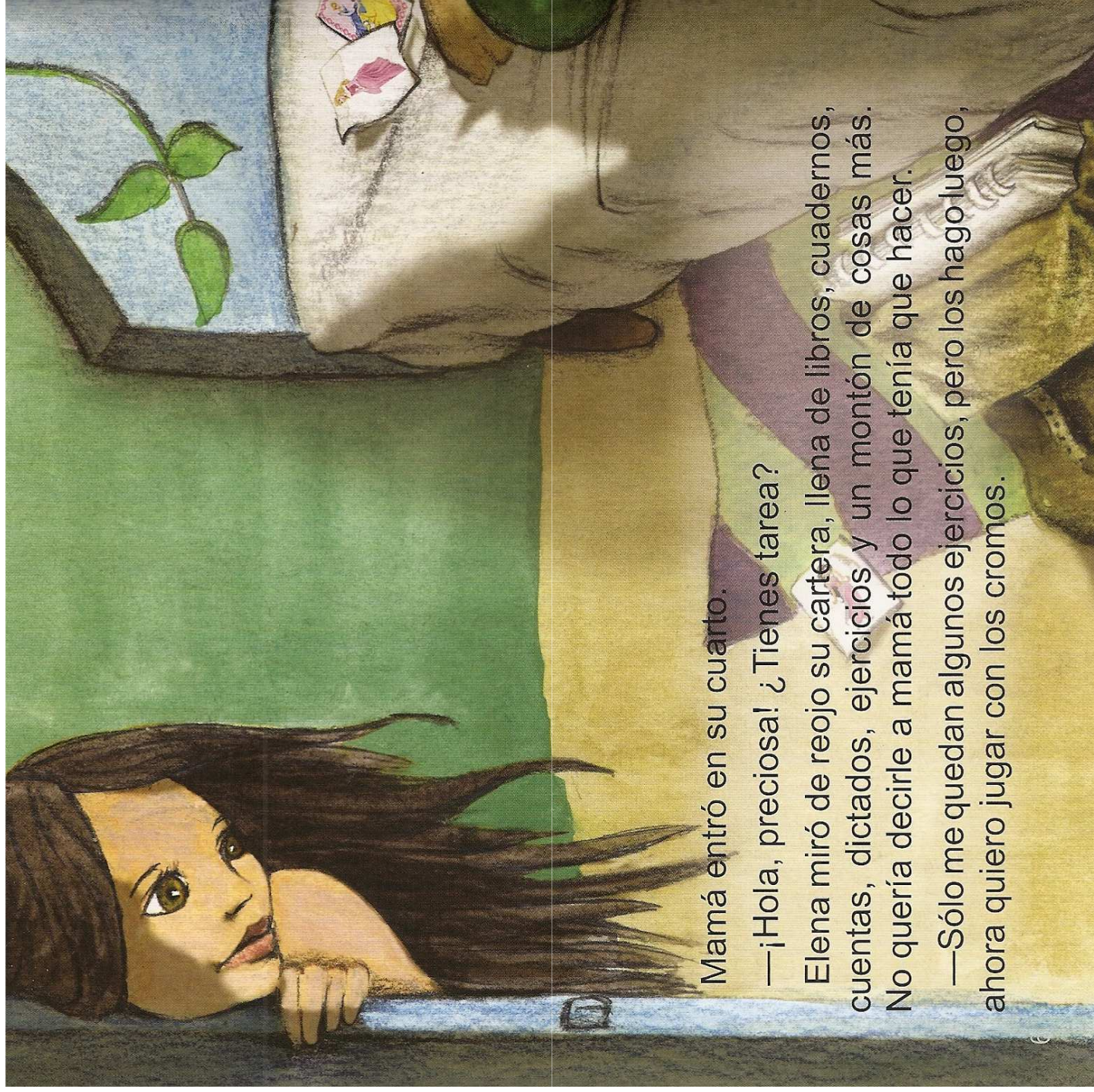
—¡Hola! ¿No me das un beso? —preguntó papá.

—Sí —contestó malhumorada acercándose a su padre—.
Me voy a mi cuarto.

No había sido uno de sus mejores días. Se había quedado
sin recreo porque tenía que terminar unos problemas de
matemáticas, y eso era algo que la fastidiaba mucho.

Dejó la cartera del colegio en el suelo y se tumbó sobre la cama. Los cromos de princesas eran sus preferidos y quería contar de nuevo cuántos tenía. ¡Sólo le faltaban cinco para completar su colección!



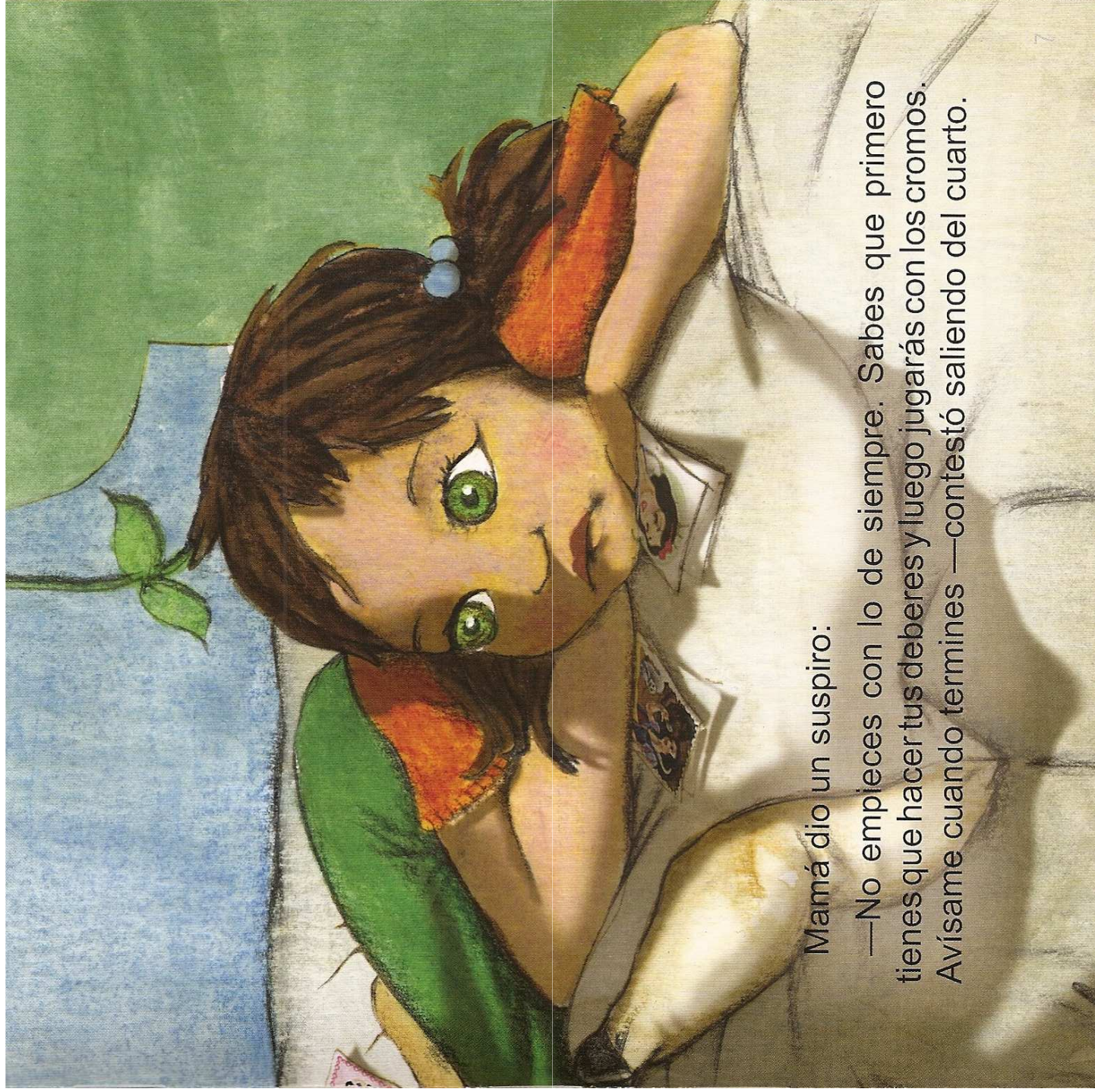


Mamá entró en su cuarto.

—¡Hola, preciosa! ¿Tienes tarea?

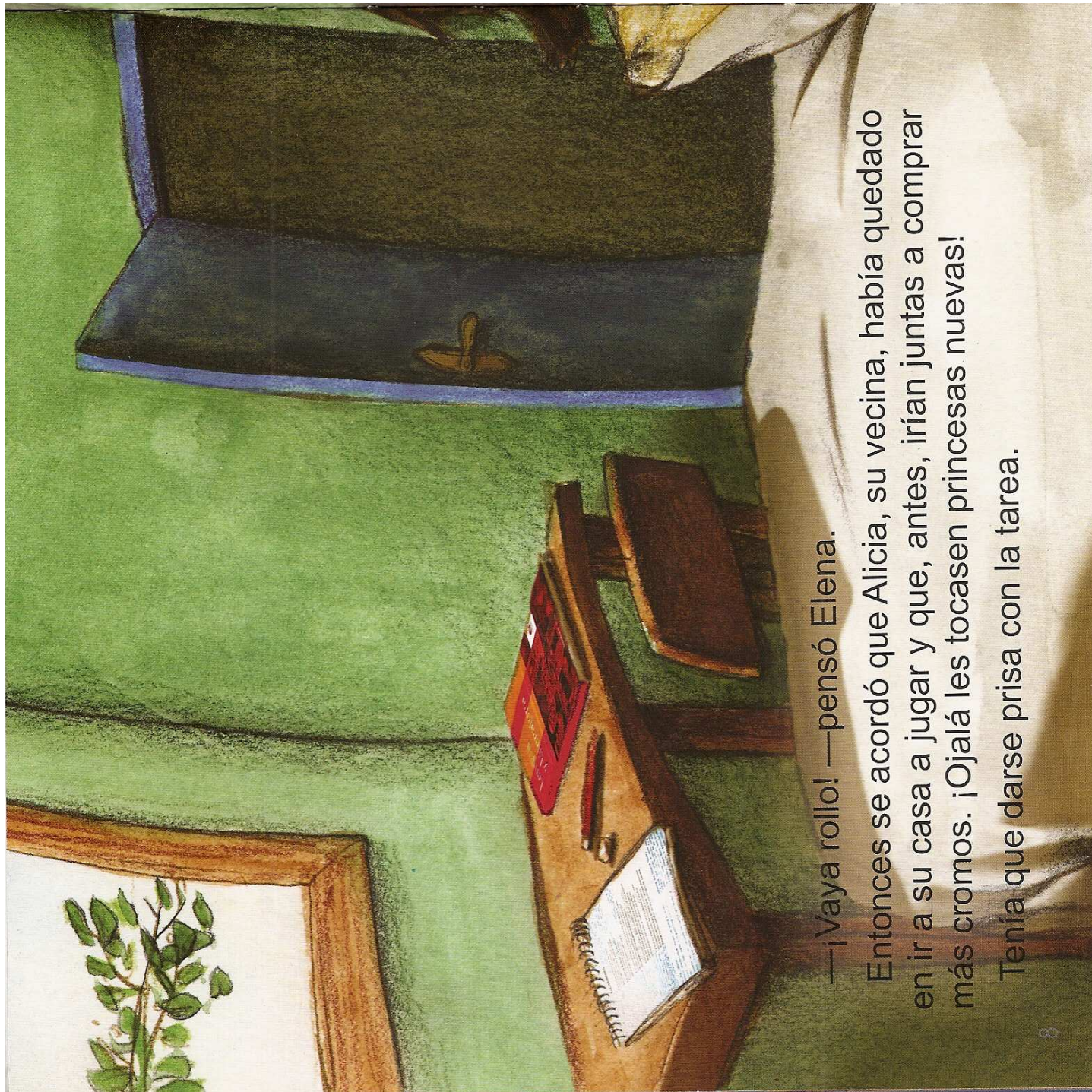
Elena miró de reojo su cartera, llena de libros, cuadernos, cuentas, dictados, ejercicios y un montón de cosas más. No quería decirle a mamá todo lo que tenía que hacer.

—Sólo me quedan algunos ejercicios, pero los hago luego, ahora quiero jugar con los cromos.



Mamá dio un suspiro:

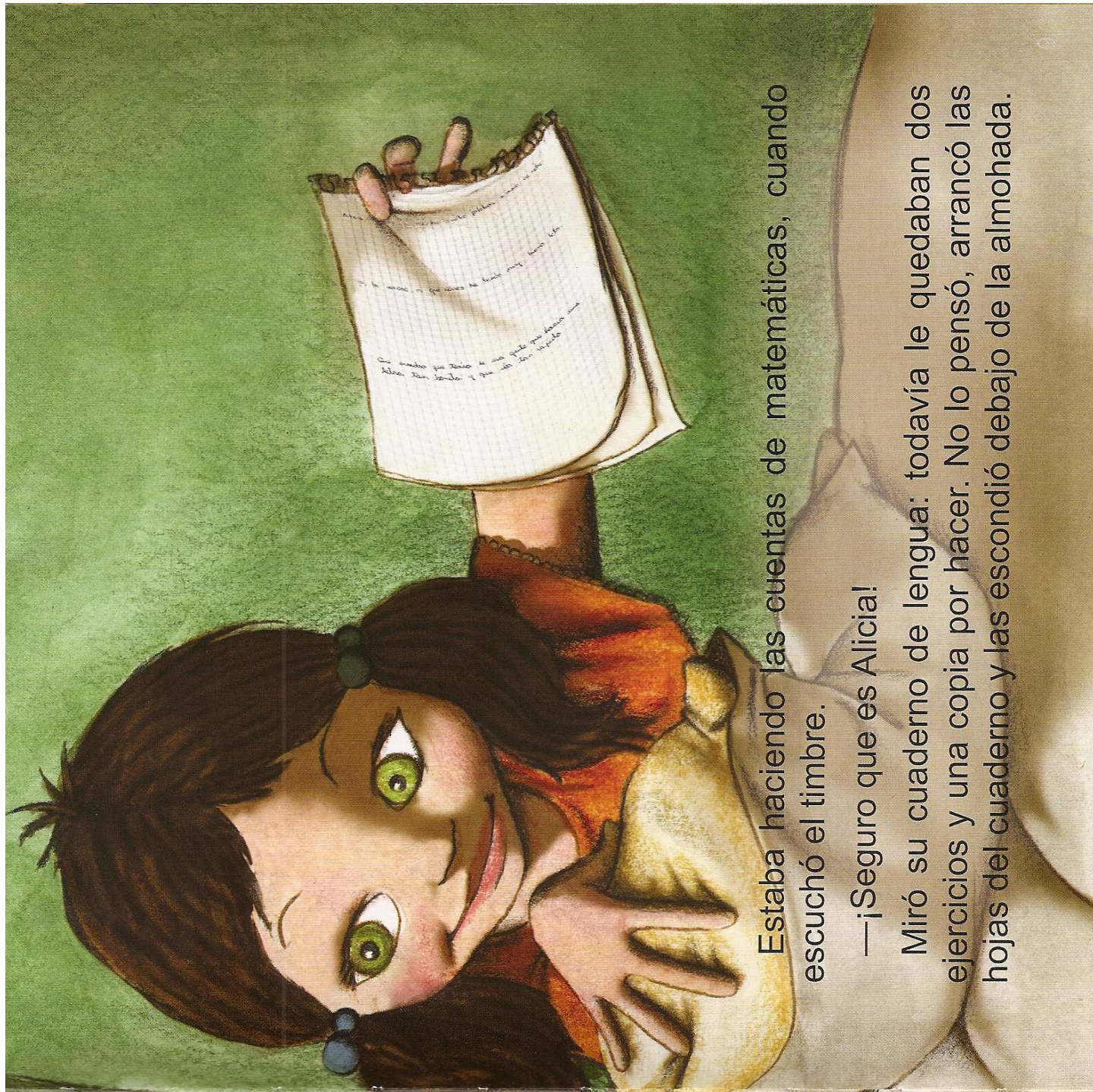
—No empieces con lo de siempre. Sabes que primero tienes que hacer tus deberes y luego jugarás con los cromos. Avísame cuando termines —contestó saliendo del cuarto.



—¡Vaya rollo! —pensó Elena.

Entonces se acordó que Alicia, su vecina, había quedado en ir a su casa a jugar y que, antes, irían juntas a comprar más cromos. ¡Ojalá les tocasen princesas nuevas!

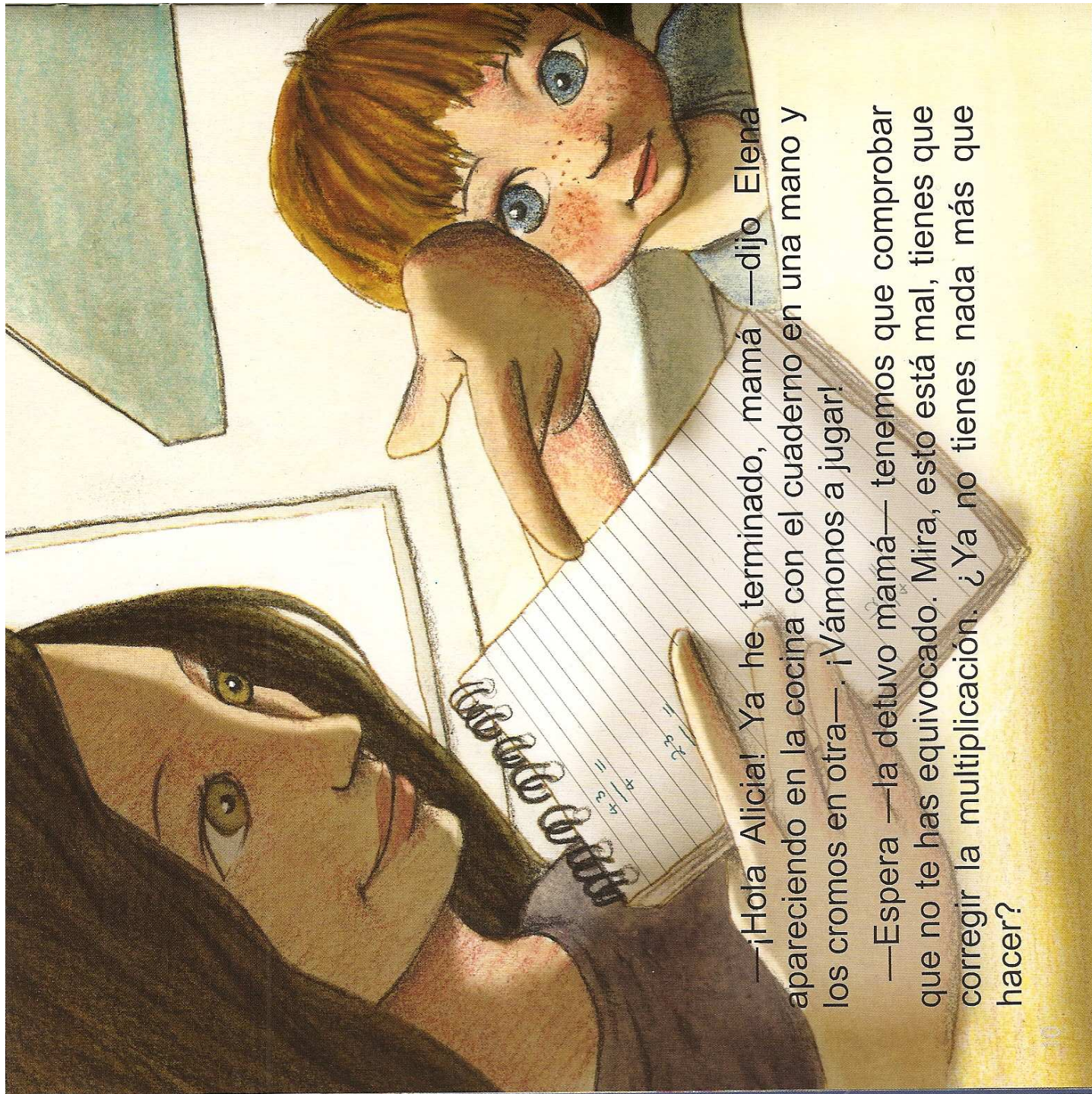
Tenía que darse prisa con la tarea.



Estaba haciendo las cuentas de matemáticas, cuando escuchó el timbre.

—¡Seguro que es Alicia!

Miró su cuaderno de lengua: todavía le quedaban dos ejercicios y una copia por hacer. No lo pensó, arrancó las hojas del cuaderno y las escondió debajo de la almohada.



—¡Hola Alicia! Ya he terminado, mamá —dijo Elena apareciendo en la cocina con el cuaderno en una mano y los cromos en otra—. ¡Vámonos a jugar!

—Espera —la detuvo mamá— tenemos que comprobar que no te has equivocado. Mira, esto está mal, tienes que corregir la multiplicación. ¿Ya no tienes nada más que hacer?

—No, mamá, sólo era esto.

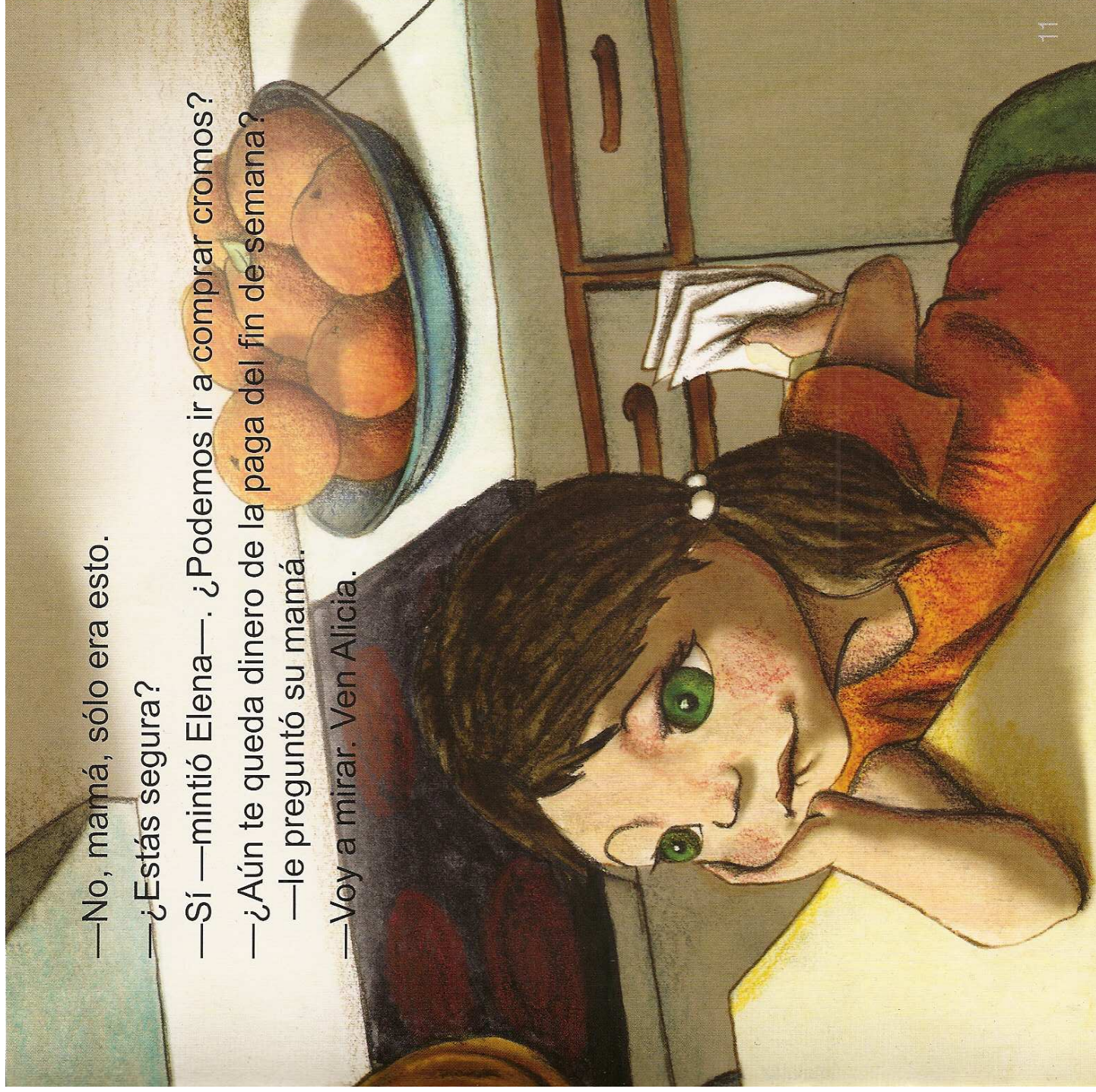
—¿Estás segura?


—Sí —mintió Elena—. ¿Podemos ir a comprar cromos?

—¿Aún te queda dinero de la paga del fin de semana?

—le preguntó su mamá.

—Voy a mirar. Ven Alicia.

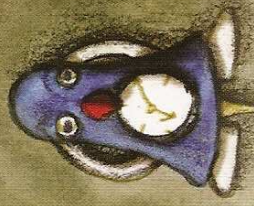


A stylized illustration of a young girl with short dark hair and large green eyes. She is wearing a red dress and is holding a red piggy bank with both hands. She has a slightly mischievous or determined expression on her face. The background is a simple, textured greyish-brown.

Las dos niñas fueron a la habitación. Elena abrió su cajita azul y, ¡mala suerte!, no quedaban más que unos pocos céntimos.

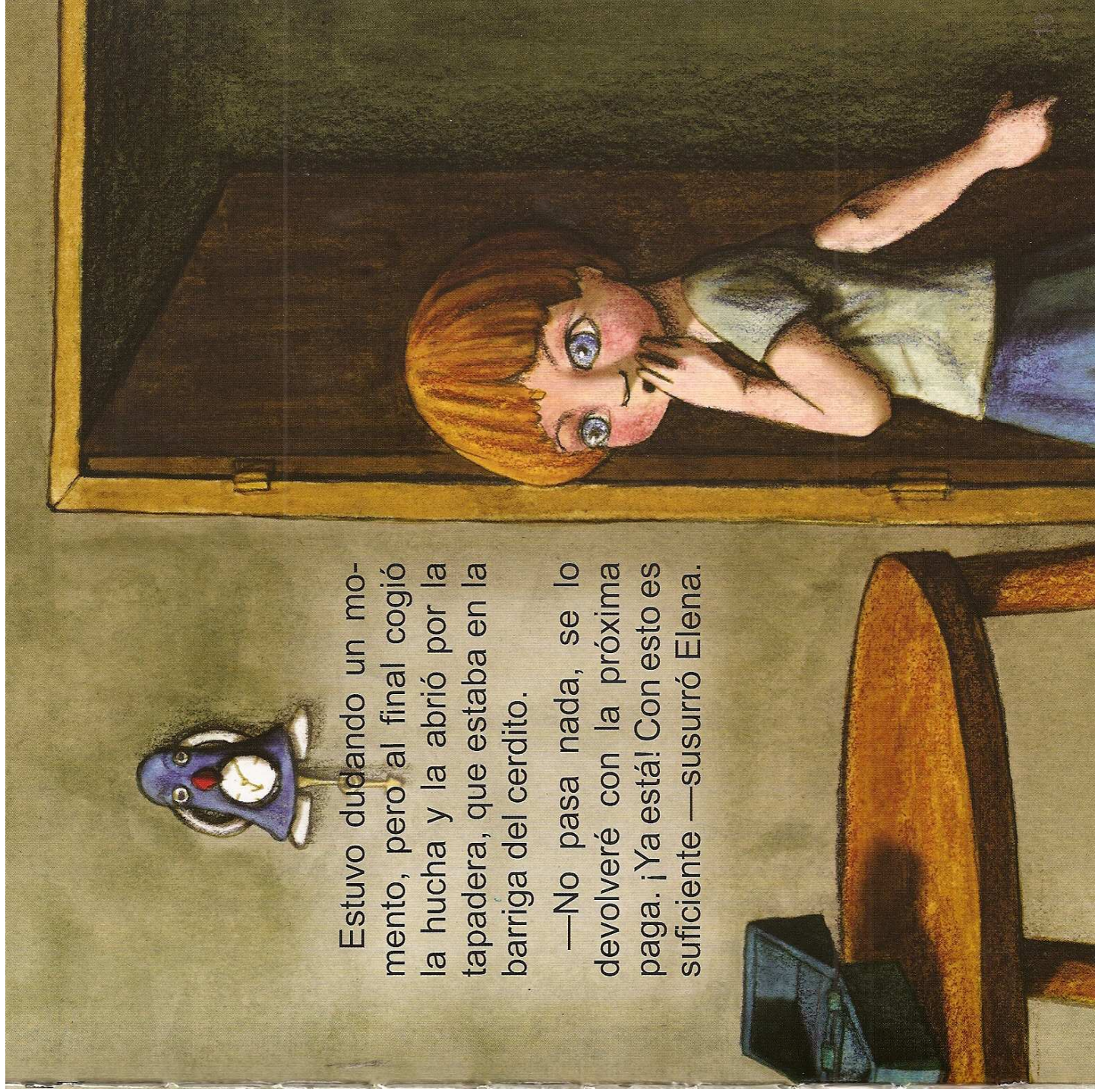
¿Qué podía hacer?

La hucha de su hermana estaba allí. Si le cogía dinero, se iba a enfadar mucho con ella, pero lo necesitaba para comprar sus cromos.



Estuvo dudando un momento, pero al final cogió la hucha y la abrió por la tapadera, que estaba en la barriga del cerdito.

—No pasa nada, se lo devolveré con la próxima paga. ¡Ya está! Con esto es suficiente —susurró Elena.

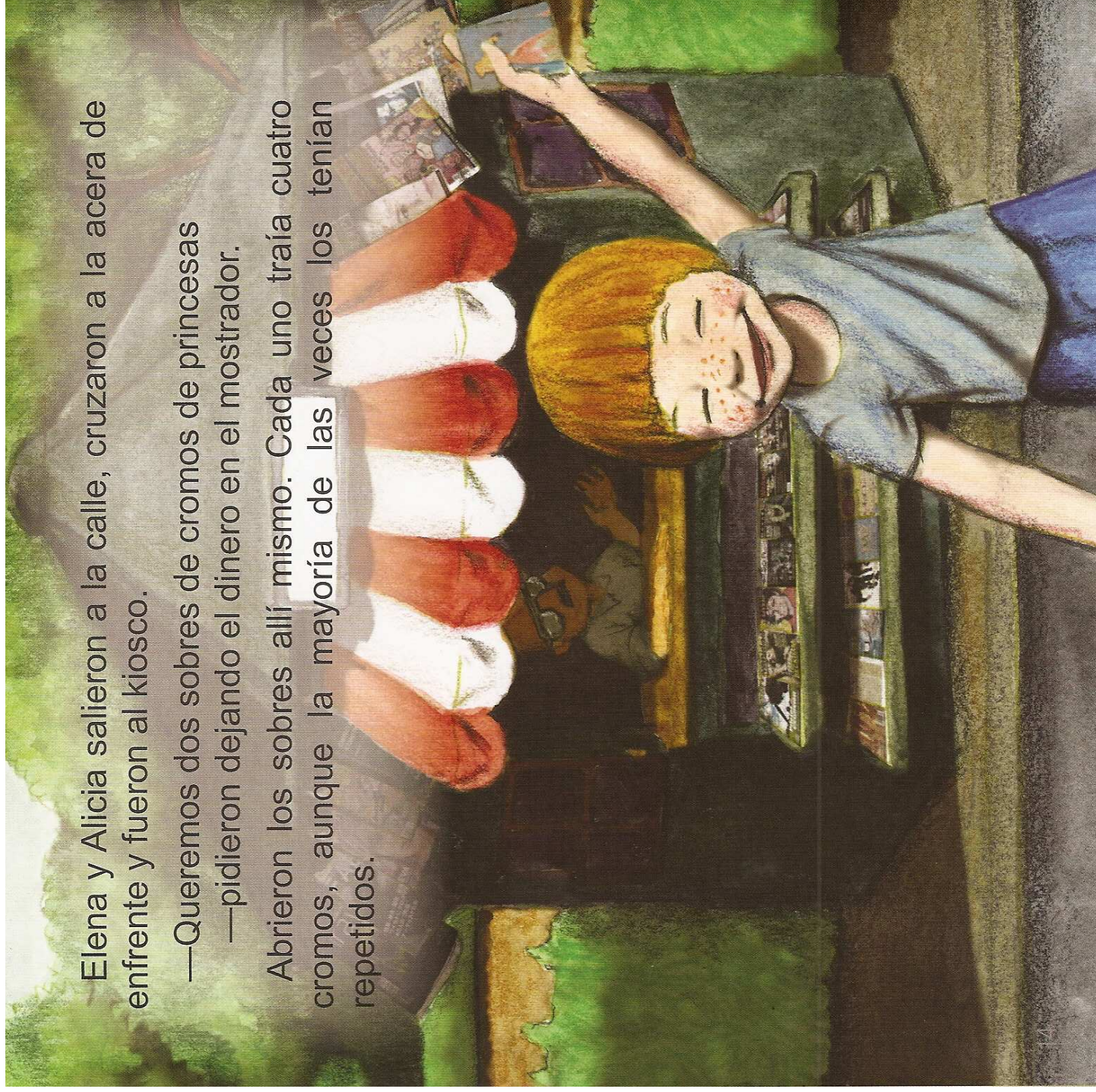


Elena y Alicia salieron a la calle, cruzaron a la acera de enfrente y fueron al kiosco.

—Queremos dos sobres de cromos de princesas

—pidieron dejando el dinero en el mostrador.

Abrieron los sobres allí mismo. Cada uno traía cuatro cromos, aunque la mayoría de las veces los tenían repetidos.

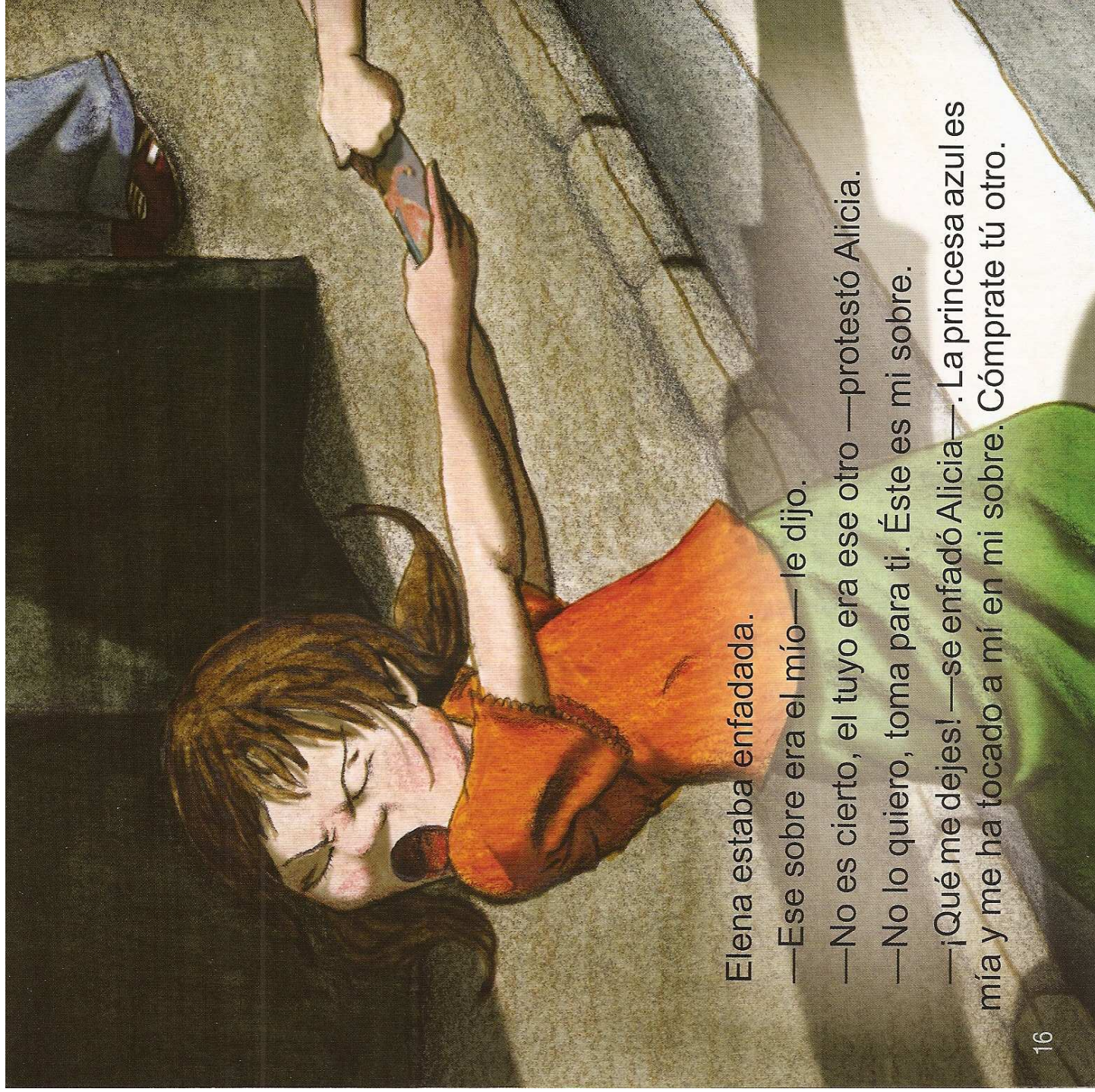




—¡Por fin me ha tocado la princesa azul!

—exclamó Alicia.

Elena no había tenido tanta suerte. Tenía repetidos todos los cromos que le habían salido y, por supuesto, no le había tocado la princesa azul.



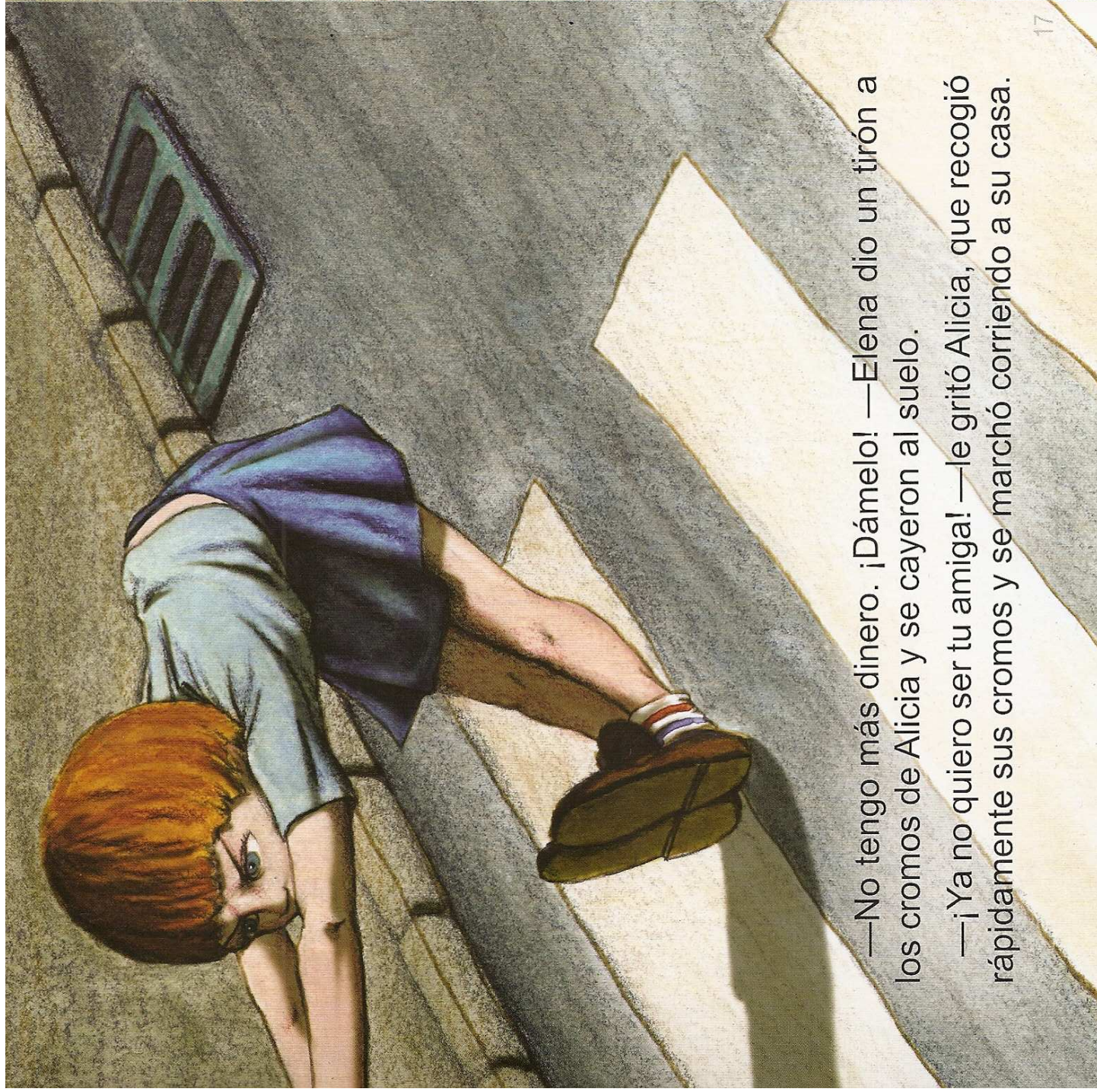
Elena estaba enfadada.

—Ese sobre era el mío— le dijo.

—No es cierto, el tuyo era ese otro —protestó Alicia.

—No lo quiero, toma para ti. Éste es mi sobre.

—¡Qué me dejes! —se enfadó Alicia—. La princesa azules
mía y me ha tocado a mí en mi sobre. Cómprate tú otro.



—No tengo más dinero. ¡Dámelo! —Elena dio un tirón a los cromos de Alicia y se cayeron al suelo.

—¡Ya no quiero ser tu amiga! —le gritó Alicia, que recogió rápidamente sus cromos y se marchó corriendo a su casa.

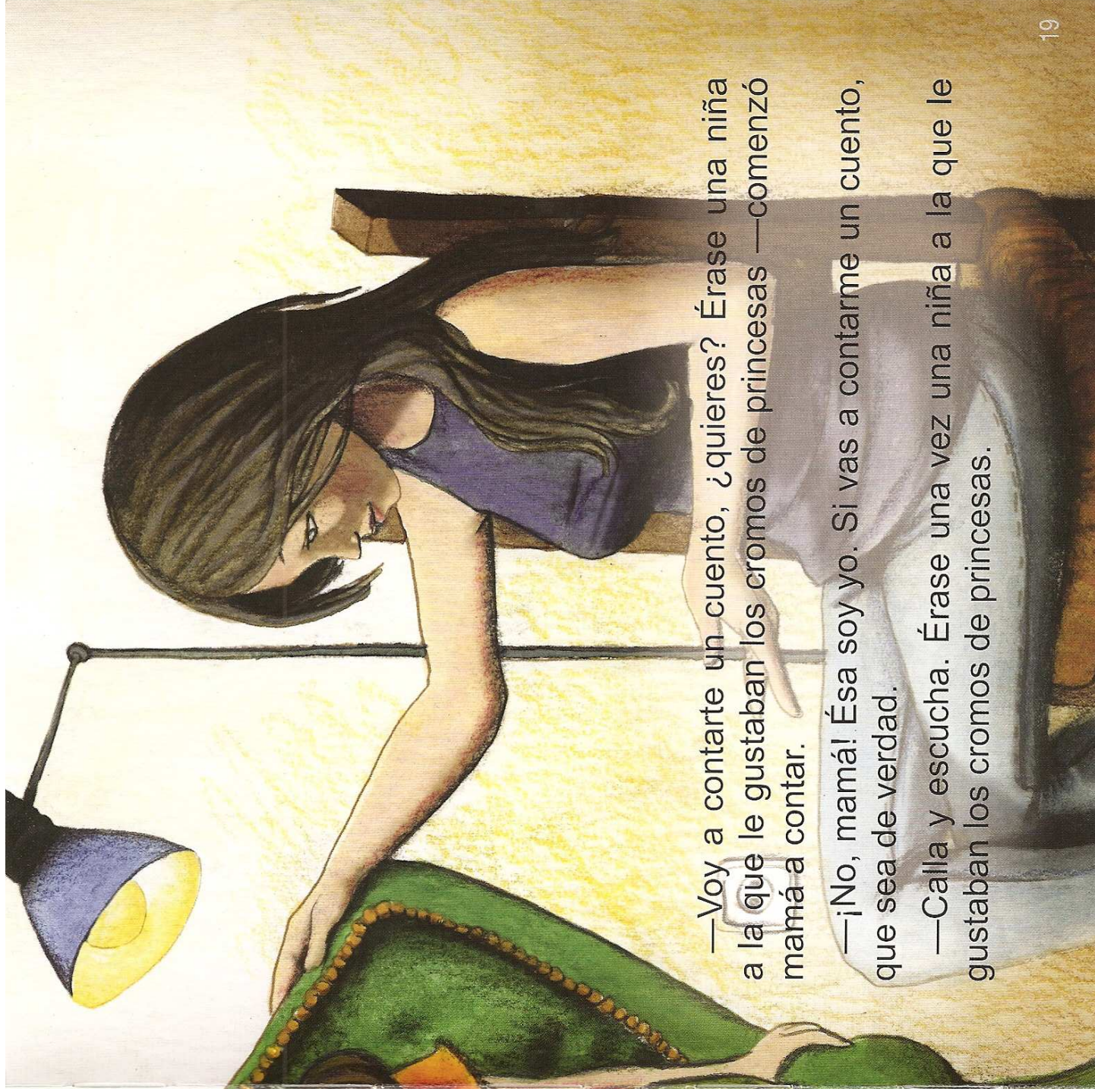
—¿No viene Alicia a jugar? —le preguntó mamá a Elena al llegar a casa.

—No, ya no es mi amiga. No quiero jugar con ella —y se sentó en el sofá delante del televisor.

—Elena, ¿podemos hablar?

—¿De qué?

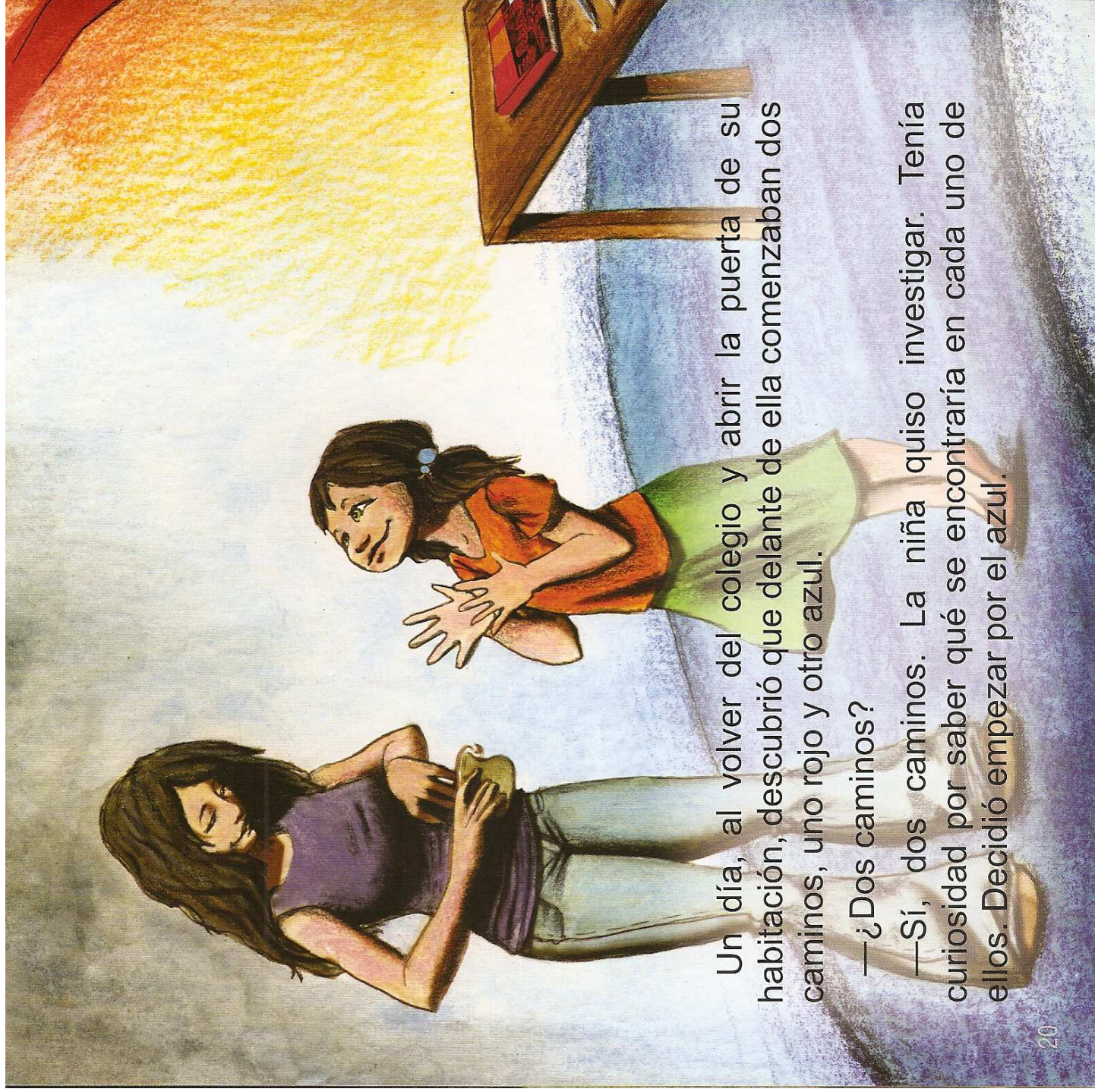




—Voy a contarte un cuento, ¿quieres? Érase una niña a la que le gustaban los cromos de princesas —comenzó mamá a contar.

—¡No, mamá! Ésa soy yo. Si vas a contarme un cuento, que sea de verdad.

—Calla y escucha. Érase una vez una niña a la que le gustaban los cromos de princesas.



Un día, al volver del colegio y abrir la puerta de su habitación, descubrió que delante de ella comenzaban dos caminos, uno rojo y otro azul.

—¿Dos caminos?

—Sí, dos caminos. La niña quiso investigar. Tenía curiosidad por saber qué se encontraría en cada uno de ellos. Decidió empezar por el azul.

Avanzó un poco y se vio a sí misma haciendo su tarea del colegio y pidiéndole ayuda a su mamá. Las dos estaban tranquilas y sonrientes. Las caras de las dos aparecían contentas.

Siguió andando por el camino azul, y vio cómo le pedía la paga anticipada a su mamá para comprar unos cromos. ¿Y sabes?, su mamá se la dio, porque estaba muy contenta por lo mucho y bien que había trabajado Elena.

El camino azul continuaba aún más, y la niña pudo verse comprando unos cromos con su amiga. Tuvo mala suerte porque no le tocaron los que ella quería, pero, en el camino azul, lo que ocurría es que las dos jugaban juntas y la niña esperaba que la próxima vez le tocara a ella las princesas que le faltaban.

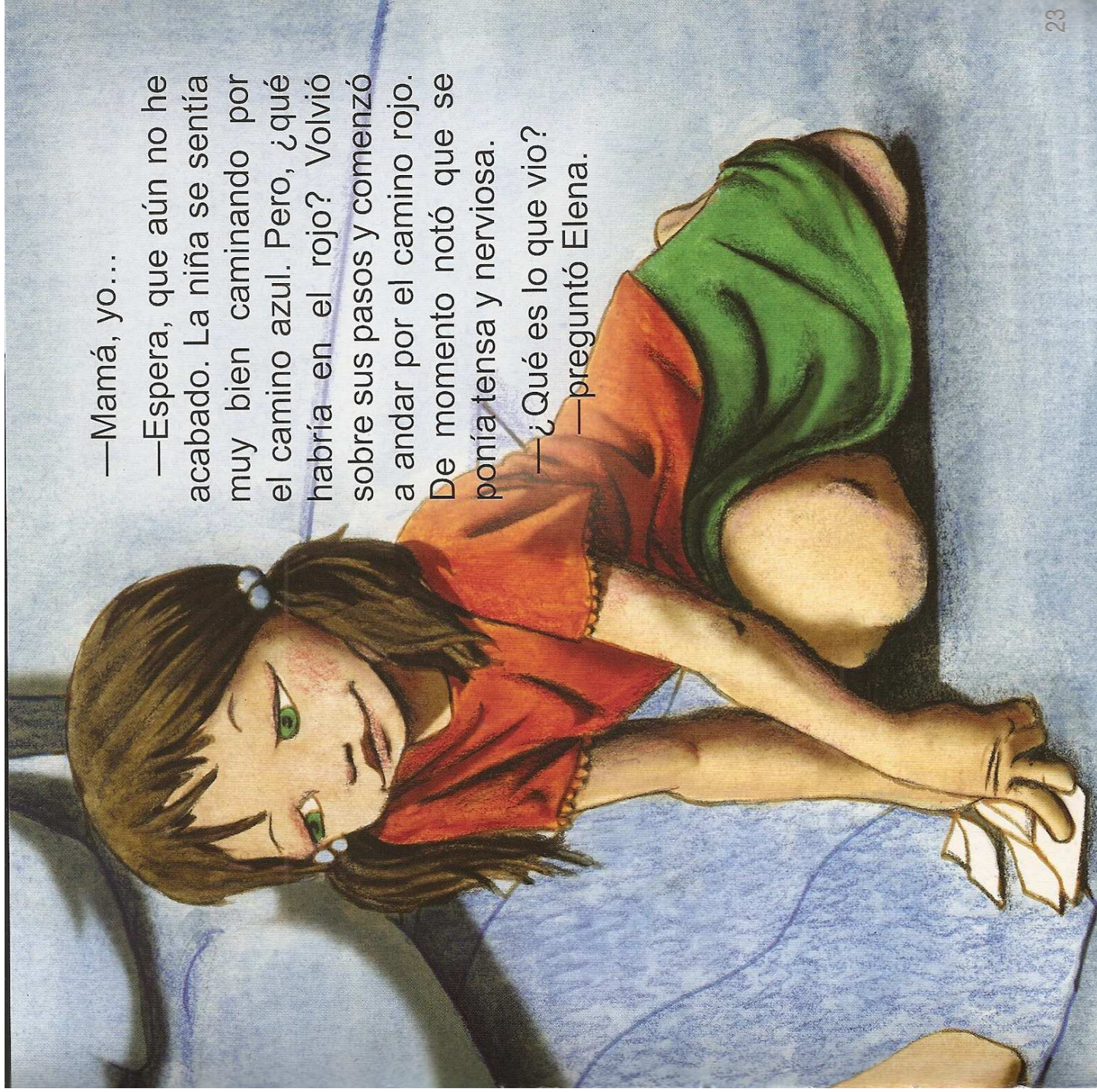


—Mamá, yo...

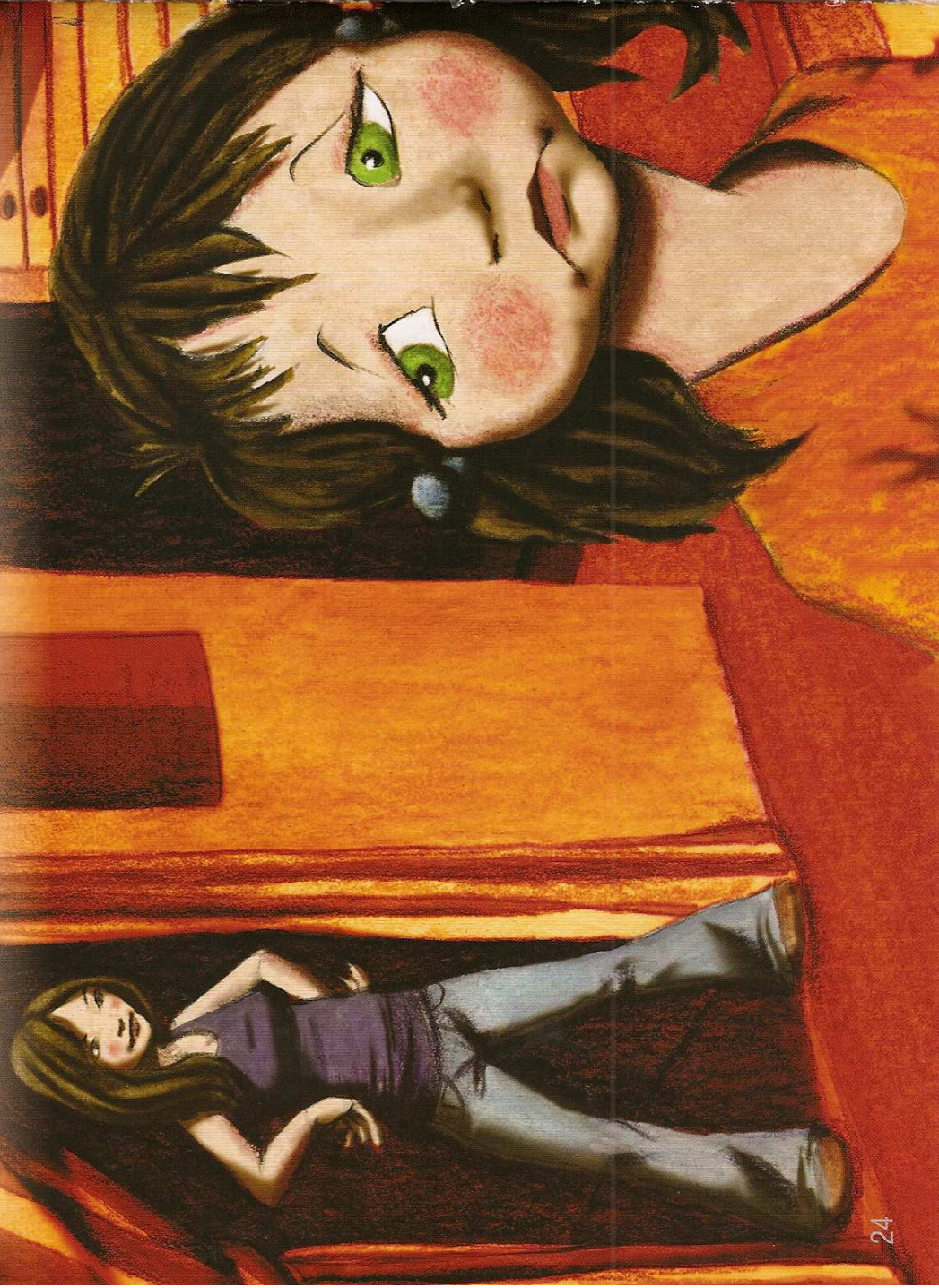
—Espera, que aún no he acabado. La niña se sentía muy bien caminando por el camino azul. Pero, ¿qué habría en el rojo? Volvió sobre sus pasos y comenzó a andar por el camino rojo. De momento notó que se ponía tensa y nerviosa.

—¿Qué es lo que vio?

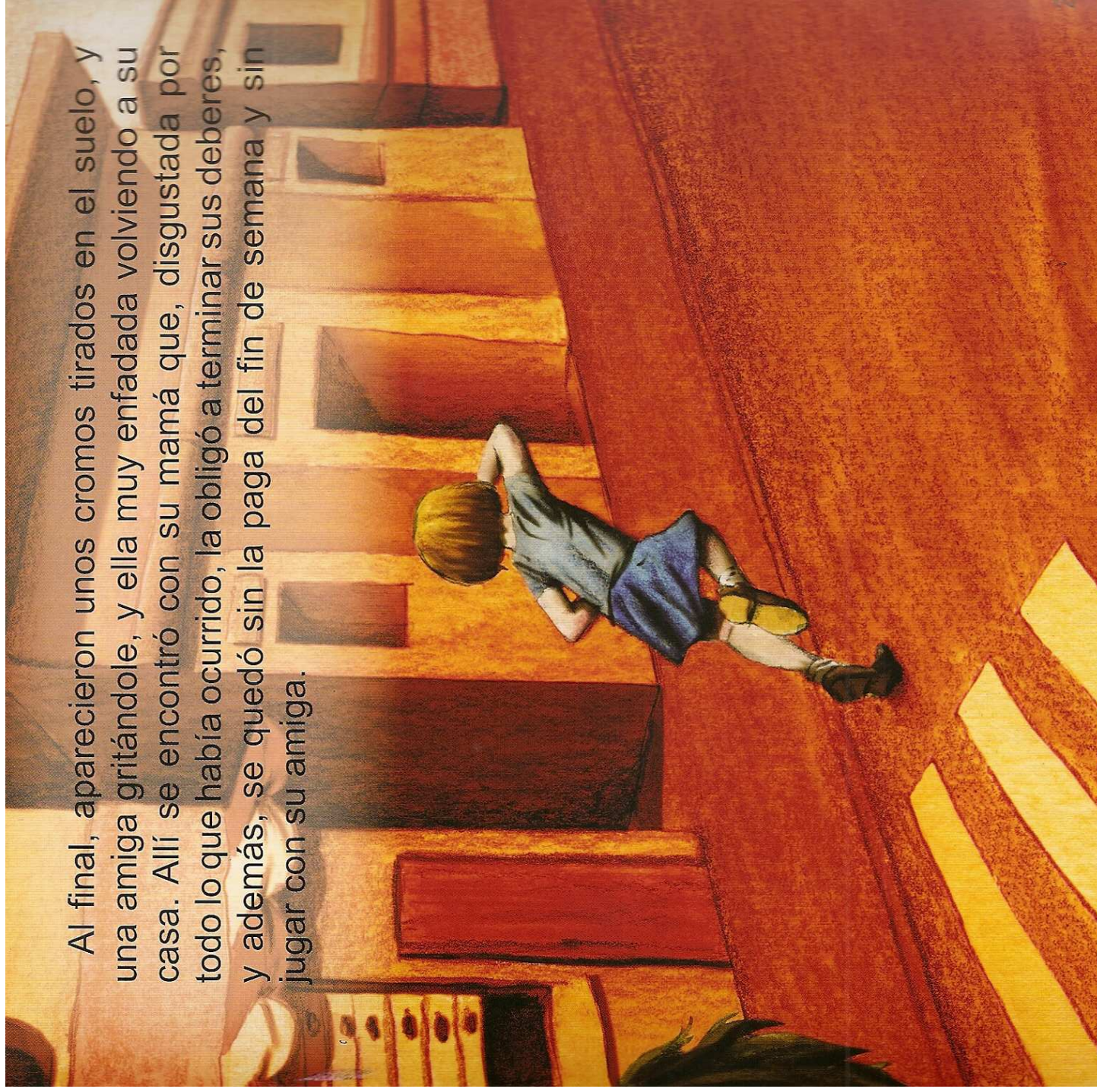
—preguntó Elena.



—Vio a una niña escondiendo sus deberes y a su mamá enfadada al descubrirlo. Más adelante, vio cómo le quitaba dinero a su hermana y cómo su hermana lloraba contándose a mamá. Al contrario que en el camino azul, las caras de todos estaban muy tristes.



Al final, aparecieron unos cromos tirados en el suelo, y una amiga gritándole, y ella muy enfadada volviendo a su casa. Allí se encontró con su mamá que, disgustada por todo lo que había ocurrido, la obligó a terminar sus deberes, y además, se quedó sin la paga del fin de semana y sin jugar con su amiga.



A soft, painterly illustration of a mother with long brown hair and a purple tank top hugging her daughter from behind. The daughter has brown hair in pigtails with blue bows and is wearing a red dress. They are both smiling and looking down together. The background is a warm, textured wash of orange and yellow.

—Lo siento mucho, mamá, yo no quería... —y Elena se echó a llorar.

Su mamá la abrazó.

—Mira, Elena, vamos a hacer un trato. ¿Qué camino te hubiese gustado tomar?

—El azul.

—Y, sin embargo, esta tarde tú has ido por el camino rojo, ¿verdad?

—Sí, pero yo no quería —volvió a decir Elena.

—Ya lo sé. Apartir de ahora, vamos a intentar tomar el camino azul cada vez que tengamos que hacer algo.

Para ayudarte, yo sólo te preguntaré “Elena, ¿en qué camino estás?”, y así tú podrás pararte a pensar, y a darte cuenta de que las consecuencias del camino azul siempre son mejores que las del camino rojo.

Fijarte en las caras te ayudará. Por el camino rojo sólo encontrarás caras tristes y enfadadas. Si vas por camino azul, tu cara y la de los demás aparecerán felices, aunque caminar por él te cueste un poco más de trabajo.



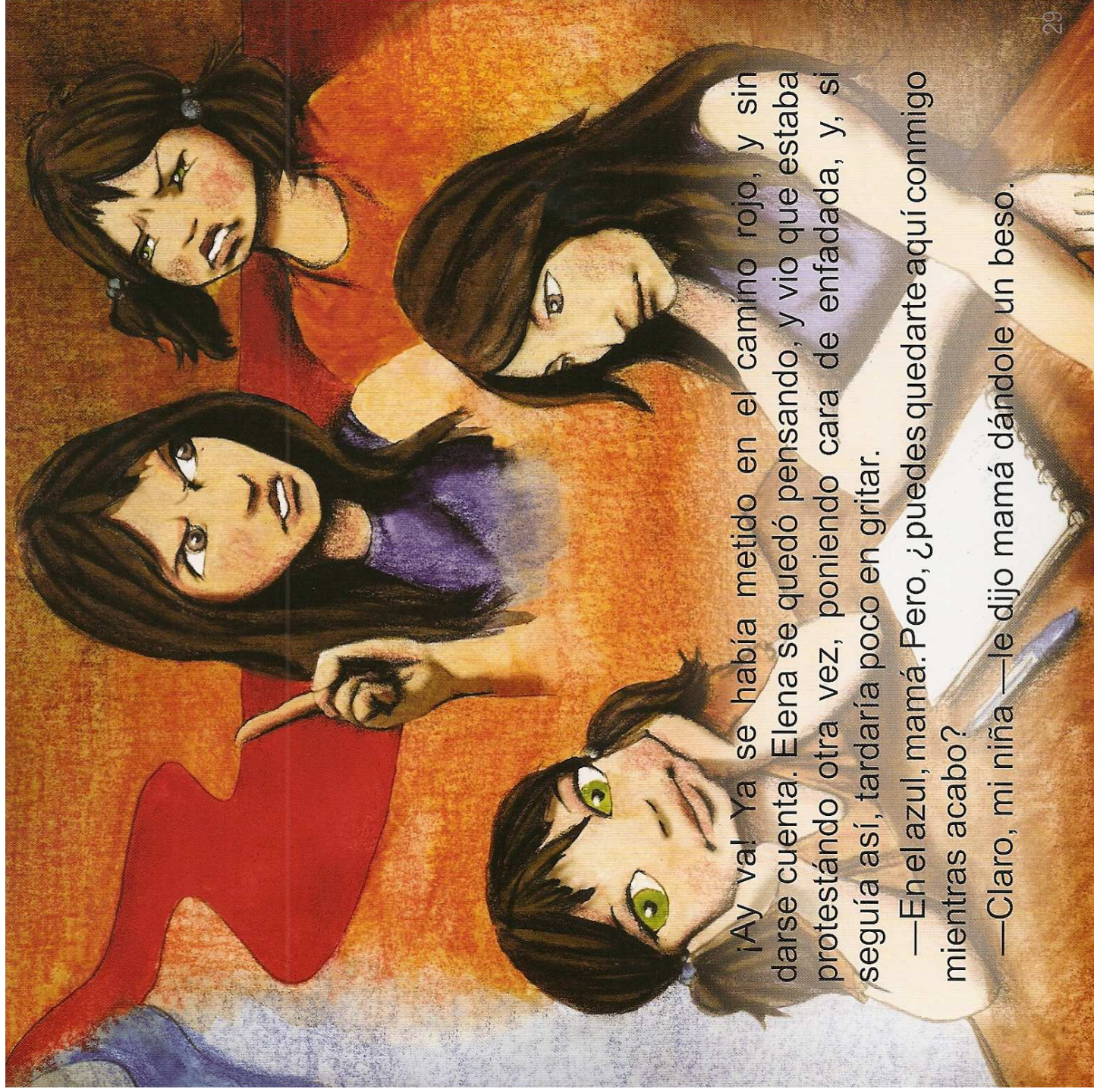


—¿De verdad que me
ayudarás, mamá?
—preguntó Elena.

—Por supuesto que sí. Ya verás cómo lo consigues.
Ahora vas a terminar los deberes. Te he vuelto a copiar en
el cuaderno los que escondiste debajo de la almohada.

—Pero ya es muy tarde. ¡No quiero ponerme a trabajar
ahora! —protestó.

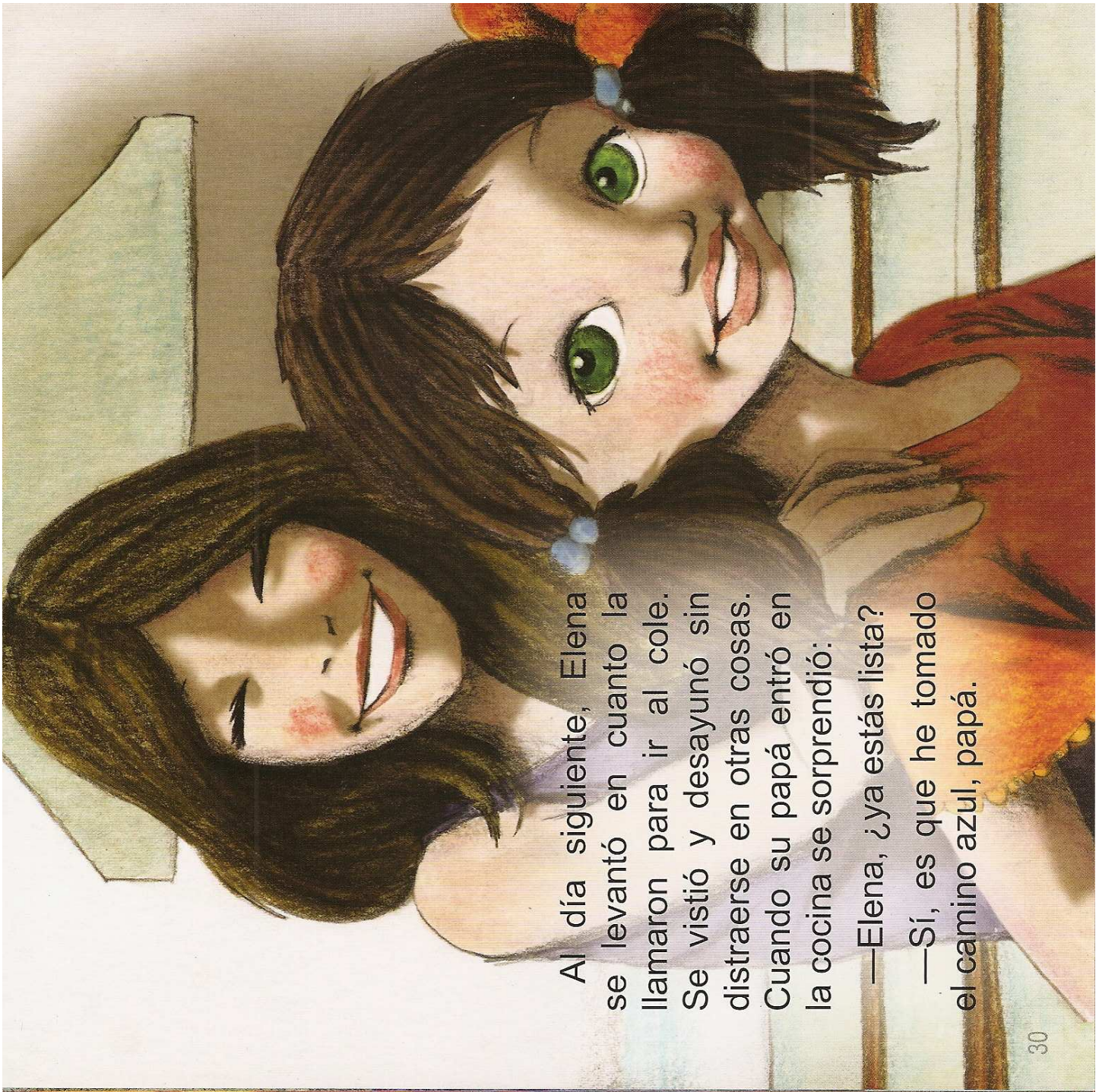
—Elena, ¿en qué camino estás?



¡Ay val! Ya se había metido en el camino rojo, y sin darse cuenta. Elena se quedó pensando, y vio que estaba protestando otra vez, poniendo cara de enfadada, y, si seguía así, tardaría poco en gritar.

—En el azul, mamá. Pero, ¿puedes quedarte aquí conmigo mientras acabo?

—Claro, mi niña —le dijo mamá dándole un beso.



Al día siguiente, Elena se levantó en cuanto la llamaron para ir al cole. Se vistió y desayunó sin distraerse en otras cosas. Cuando su papá entró en la cocina se sorprendió:

—Elena, ¿ya estás lista?

—Sí, es que he tomado el camino azul, papá.



—¿El qué?

—El camino azul —dijo mamá abriendo la puerta.

—No entiendo nada —contestó papá.

Elena y su mamá se miraron y se echaron a reír.

—Ya te lo explicaremos en otro momento —dijo mamá. Y acercándose a Elena le dijo muy suave al oído:

—Acuérdate, sigue por el camino azul, el de las caras contentas, y si te equivocas, recuerda que siempre te puedes cambiar al camino azul.

Elena sonrió y afirmó.

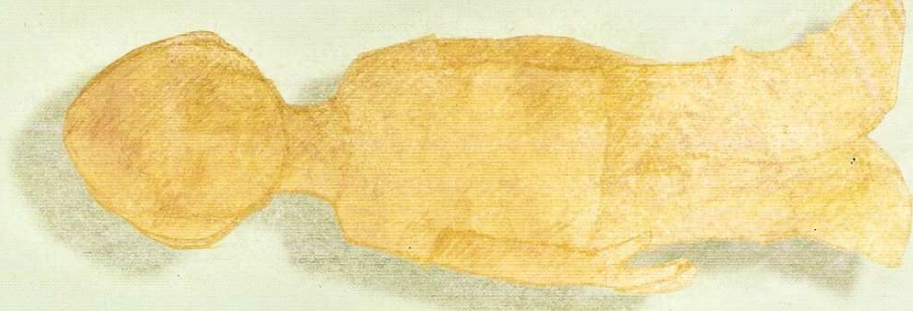
—¡Por el azul!



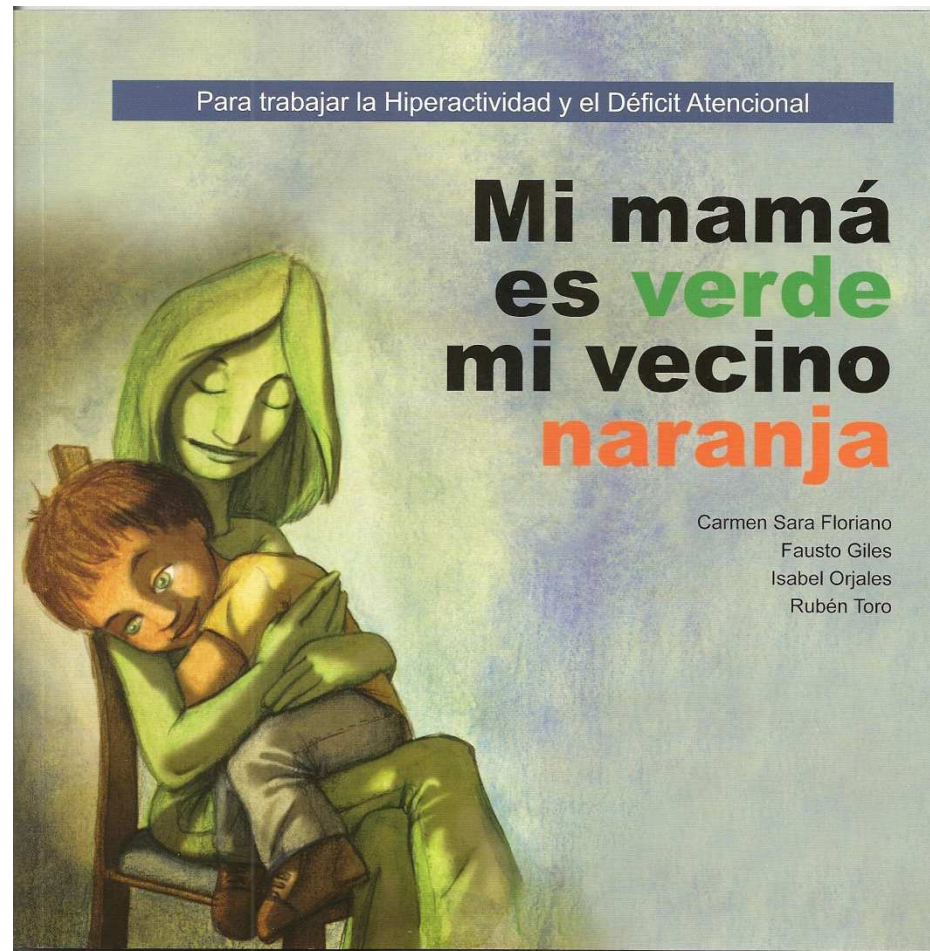
Elena y su mamá, hicieron juntas un esquema como éste, para recordar por dónde querían andar. Si quieres, tú también puedes hacerlo.

- Éste eres tú, y estos el camino **rojo** y el **azul**.
- Piensa una situación de partida (la que elijas con papá y mamá), y escribe qué pasaría si siguieras por el camino **rojo** y qué pasaría si siguieras por el camino **azul**.
- No te olvides dibujar el interior de las caras.

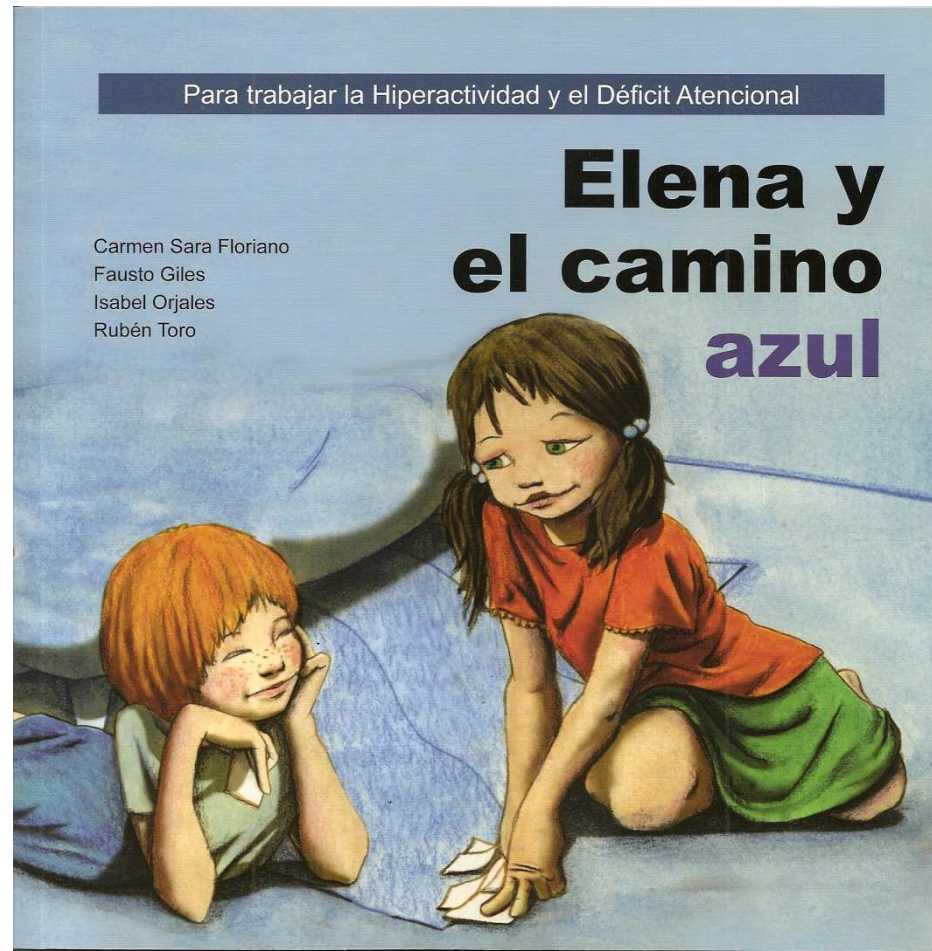
Luego, cada vez que te enfrentes con un problema, acuérdate de este dibujo. **Te ayudará a saber en qué camino estás y por cuál quieres seguir.**



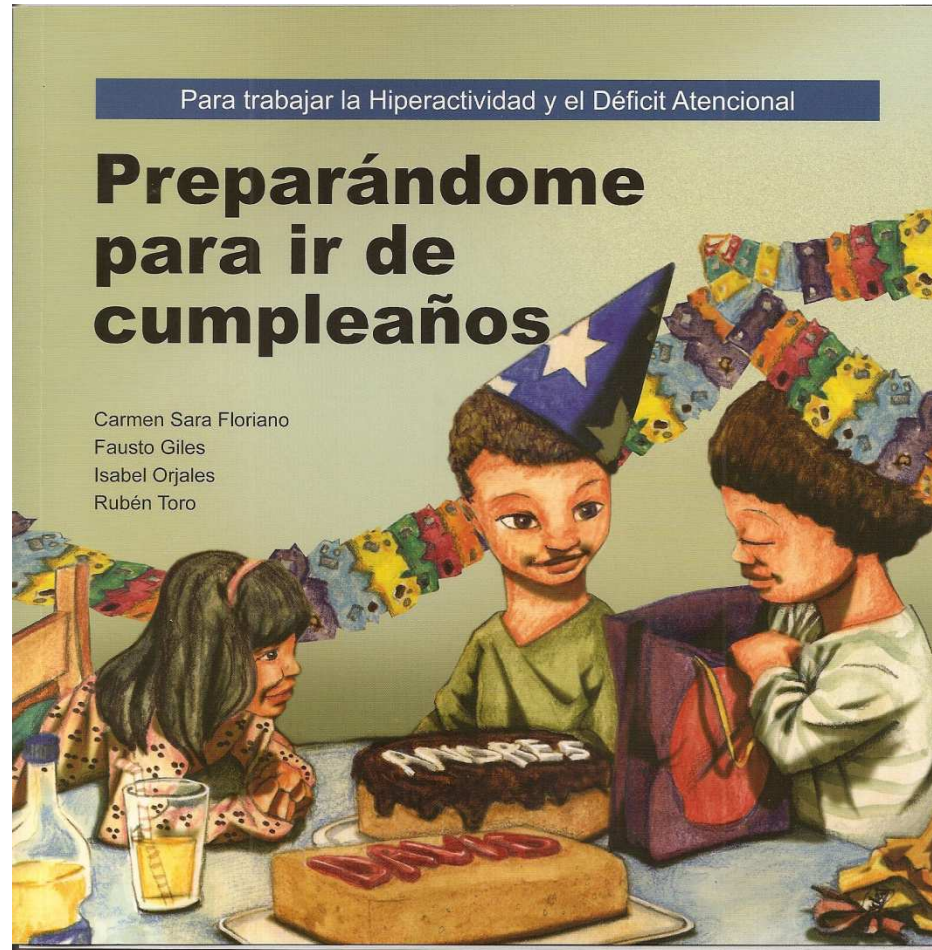
Enseña a los niños el modo en que deben relacionarse y tratar con las personas en función de la confianza y familiaridad que tienen con ellas.



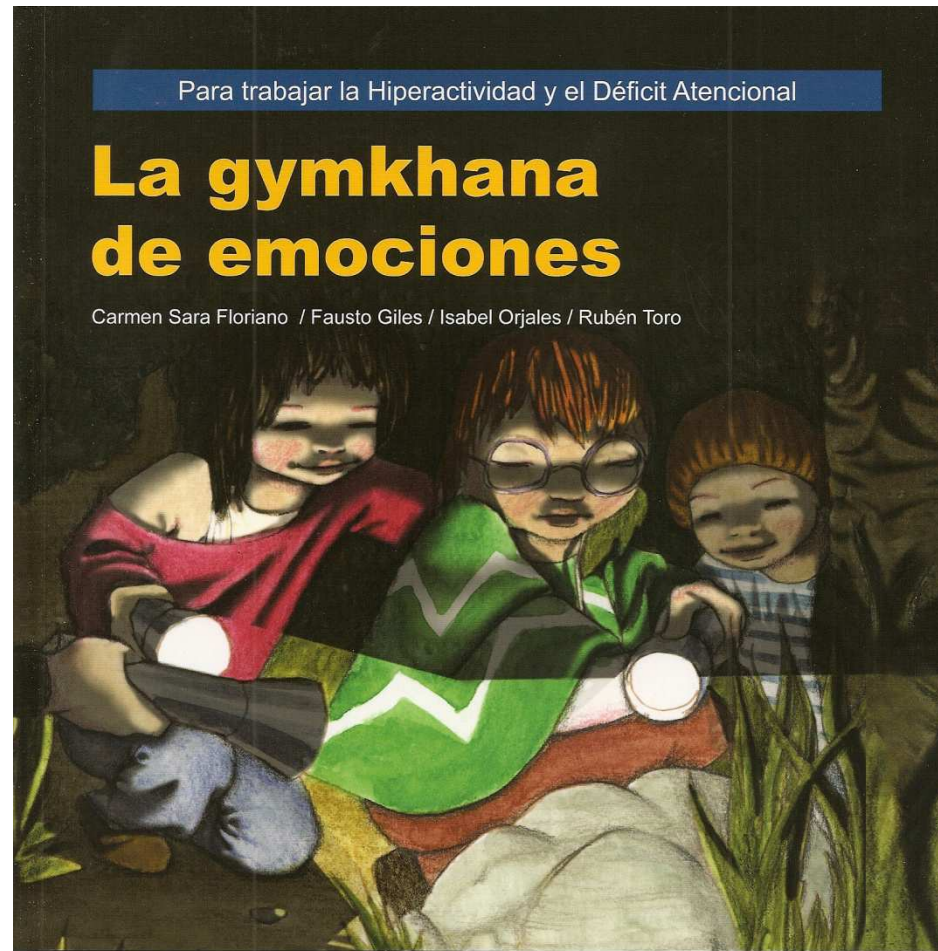
Ayuda a los niños a tomar conciencia de cómo una mala decisión, en un momento determinado, nos puede conducir a un camino de errores, mientras que una buena decisión nos puede conducir a un camino de acierto. Propone una estrategia para cambiar a tiempo de actitud.



Ayuda a los niños más impulsivos a manejarse mejor en los cumpleaños, evitando los conflictos que les llevarían al rechazo por parte de sus compañeros.



Ayuda a los niños a ponerse en el lugar de los demás y aprender alternativas para solucionar pequeños conflictos con los amigos.



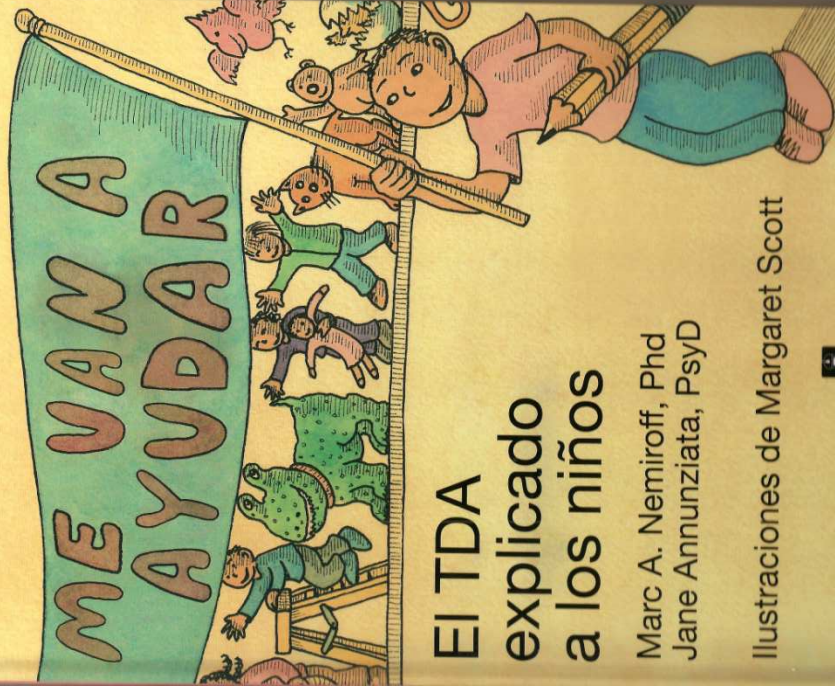
LÍDIA ARROYO – SÍLVIA PLA

HIPERACTIVIDAD

¡ÁLEX, BASTA YA!



SALVATELLA
editorial



El TDA explicado a los niños

Marc A. Nemiroff, Phd
Jane Annunziata, PsyD

Ilustraciones de Margaret Scott

