



OLIMPIADAS FELINAS. JUEGO PARA EL ENTRENAMIENTO Y GENERALIZACIÓN DE HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO

Autor: M^a. Ángeles de la Cruz Fortún.



Aplicación: Individual o Colectiva

(1 à 4 jugadores; siempre con un terapeuta supervisando el juego)

Tiempo: 30 - 40 Minutos aproximadamente

Edad: De 7 a 11 años

Finalidad: Juego para el entrenamiento y generalización de habilidades de afrontamiento.

El juego Olimpiadas felinas es un juego de mesa muy sencillo para el entrenamiento de distintas habilidades de afrontamiento a partir de los 7 años, aproximadamente. Su objetivo es entrenar y repasar las principales **habilidades de afrontamiento** para conseguir una completa adaptación de los niños y niñas a su entorno social.

Para ello, se ha empleado una metodología lúdica que facilite la implicación y el aprendizaje de dichas habilidades. Las actividades planteadas durante el juego están basadas en las **técnicas cognitivo – conductuales** de modelado, ensayo conductual o role – playing, retroalimentación y refuerzo. Se pretende que los niños y las niñas puedan aprender diferentes estrategias de afrontamiento y las generalicen a diferentes situaciones.



El juego se compone de un tablero dividido en casillas que simula una pista de atletismo y cuatro montones de tarjetas en las que aparecen recogidas las distintas pruebas que los participantes tienen que realizar y que les permitirán acumular puntos a lo largo de la partida. Las distintas tarjetas trabajan técnicas de afrontamiento de problemas y situaciones mediante la identificación de emociones, la relajación, el empleo de auto instrucciones, la parada de pensamiento y distracción cognitiva, el tiempo fuera el seguimiento de pasos para la solución de problemas, así como habilidades sociales diversas (pedir ayuda, disculparse, expresar afecto, responder a provocaciones, formular una queja, actuar asertivamente, etc...) Su formato permite su utilización tanto a nivel individual como en grupos pequeños de hasta cuatro personas.



EL JUEGO COMPLETO INCLUYE:

1 Manual técnico

1 Tablero de juego

1 Tarjetas (136 verdes, 40 moradas, 40 azules y 80 amarillas)

4 Peones

1 Dado