

Para mi hijo.

Texto & ilustraciones
Mara Riviello López

Qui prefrental
y
yo

Primera edición.
Se terminó de maquetar en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires,
en el mes de agosto de 2025.
Este libro no puede ser reproducido total o parcialmente,
por ningún medio, sin expreso consentimiento de la autora.

por MARA RIVIELLO LÓPEZ

Prólogo

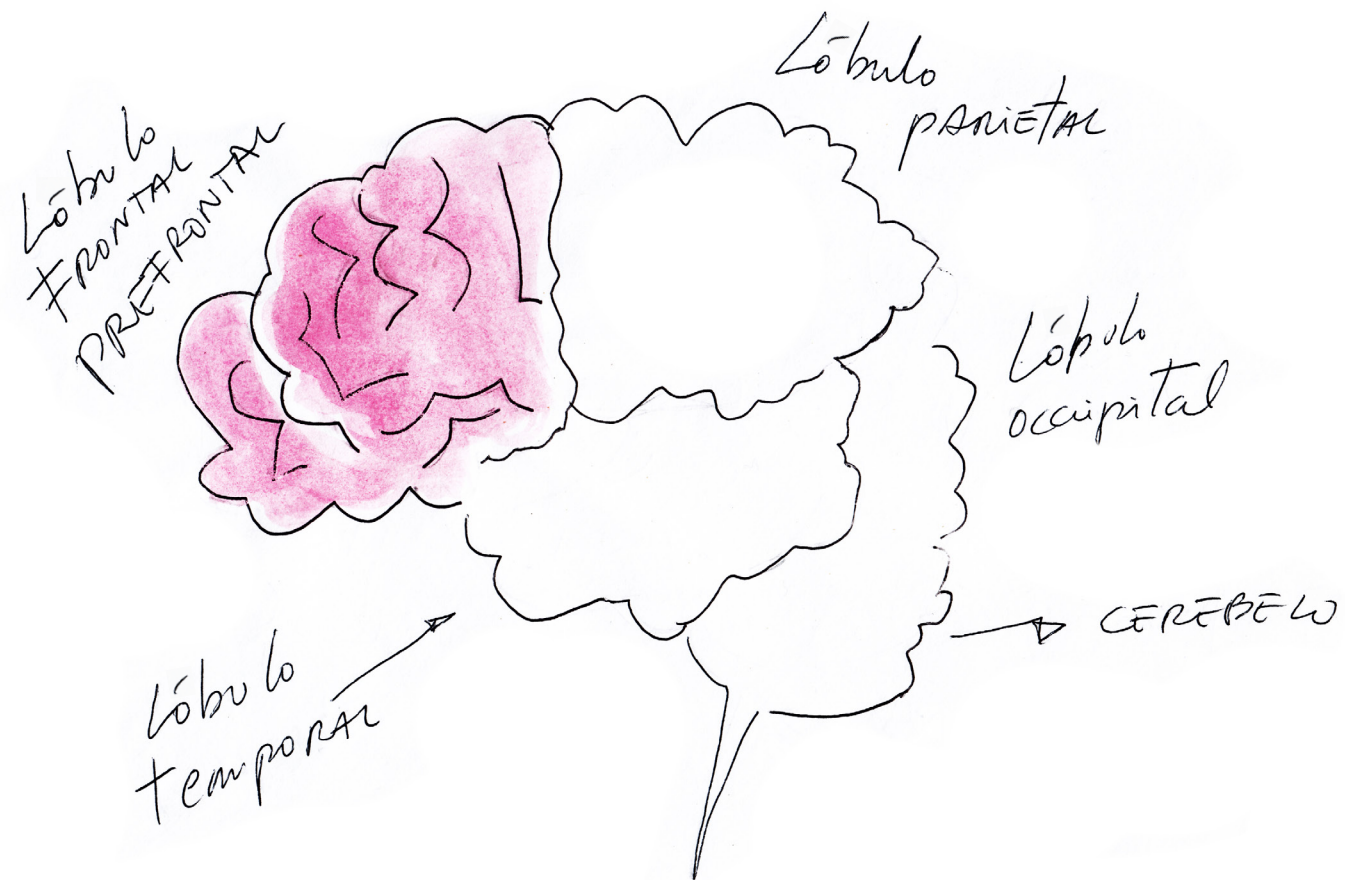
Siempre fue raro. Pero de esas rarezas interesantes, apasionadas, divertidas, de esas que le dan color a la vida. Todo empezó a complicarse cuando se encontró con sus pares. A ellos no les gustaba lo diferente. Prefieren moverse en manada con sus reglas y dejan afuera el que no se adapta.

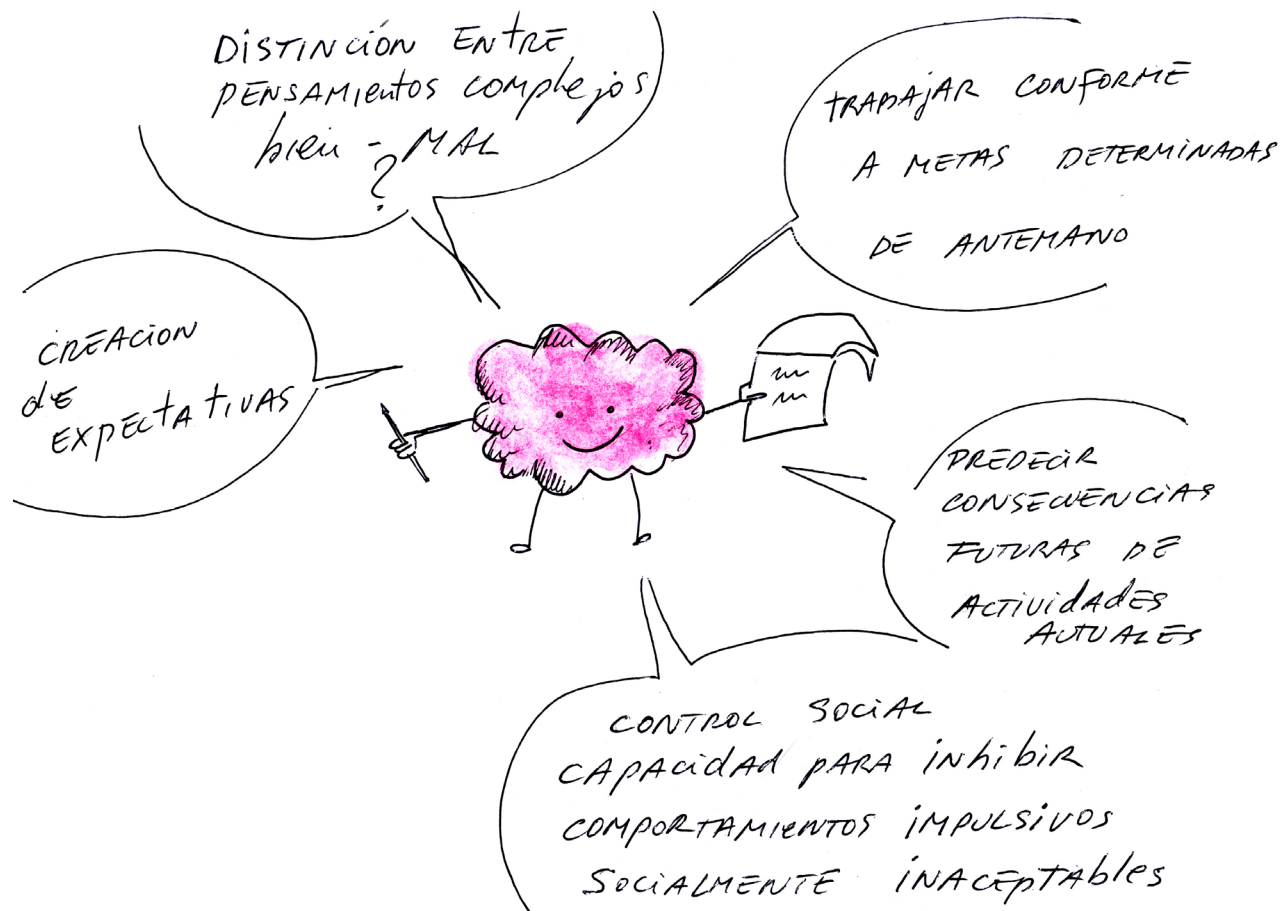
Ahí le escribí *Sociabilizar en 10 pasos*, una guía básica para moverse entre los suyos y poder camuflarse. Pero con el tiempo las preguntas se volvieron más profundas: ¿Por qué soy así? ¿Estoy loco? ¿Qué me pasa?

Entonces tuve que buscar más, leer y observar para dar respuestas. Este libro es una recopilación de esas búsquedas, de mis propias observaciones como madre. No tiene estudios científicos ni certezas absolutas. Quería de forma simple ayudarle a entender y aceptar lo que le pasaba, para que se diera tiempo, sea amable consigo mismo y se quiera. Porque los niños pueden ser crueles. Y quien diga lo contrario, seguramente fue parte de la manada.

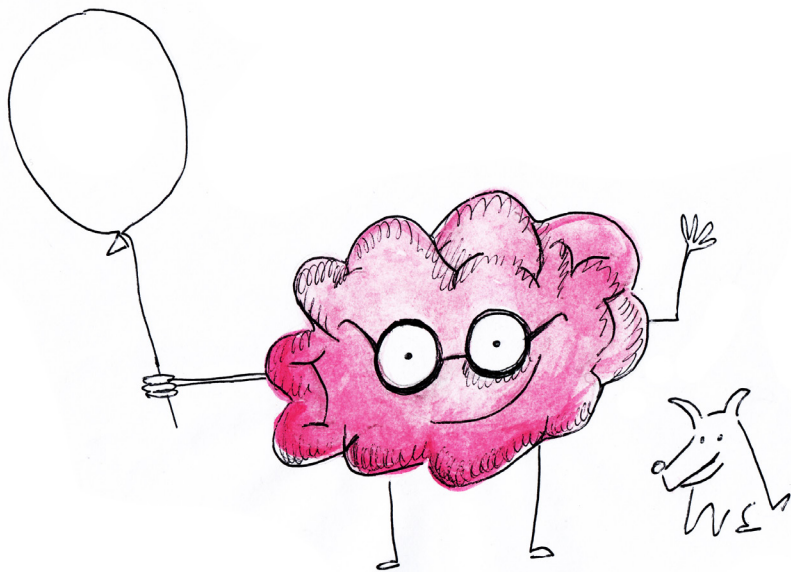
Mara Riviello López

Buenos Aires, agosto de 2025.





MI PREFRONTAL SE DESARROLLA
A OTRO RITMO...

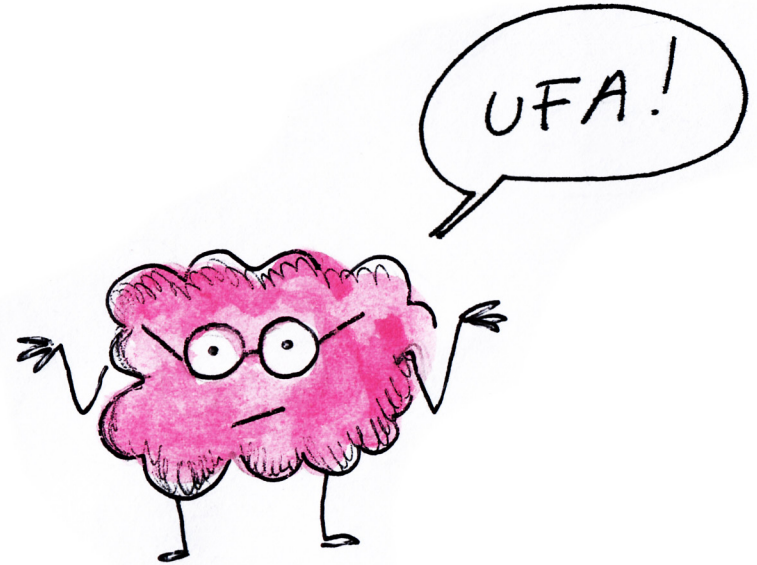


PERO
FINALMENTE
MADURA RA'!!!

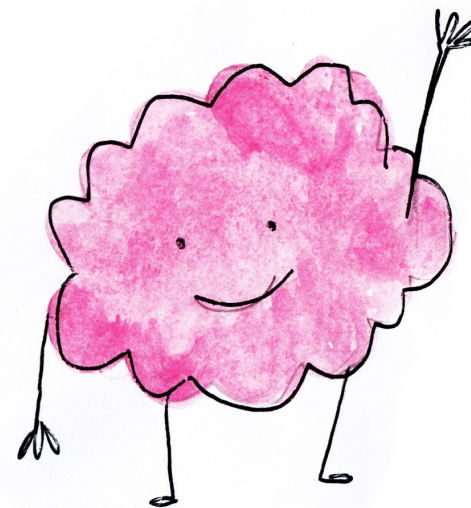
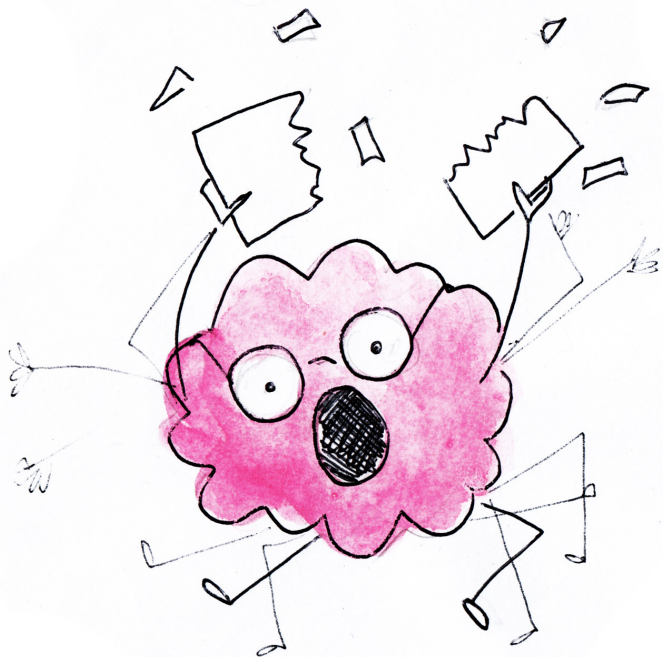
ENTONCES TEMPORALMENTE

TIENE 5 HABILIDADES

FALTANTES



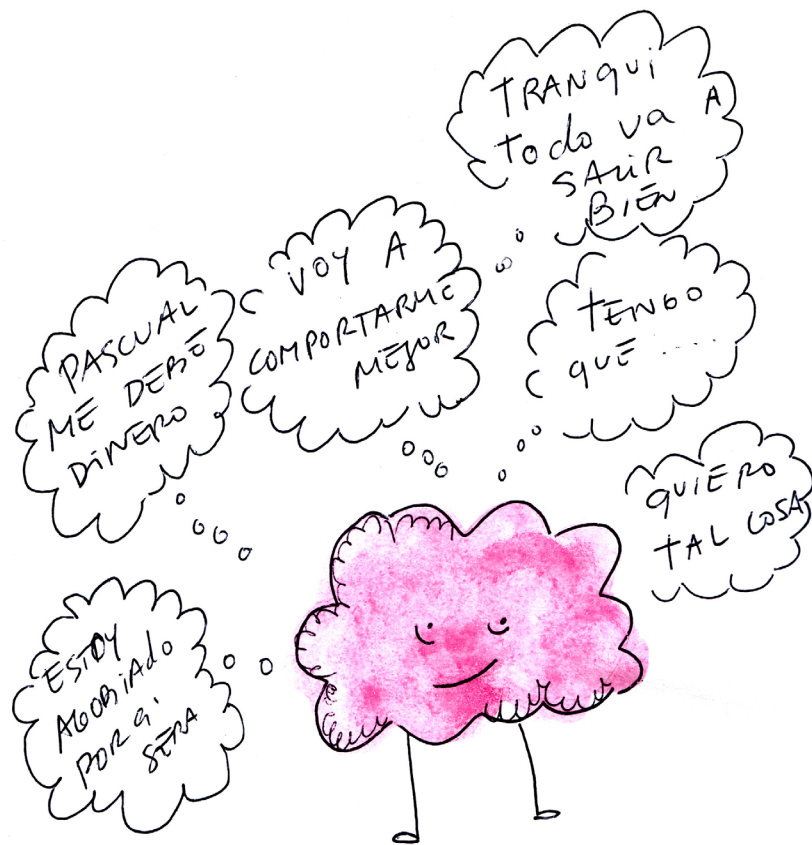
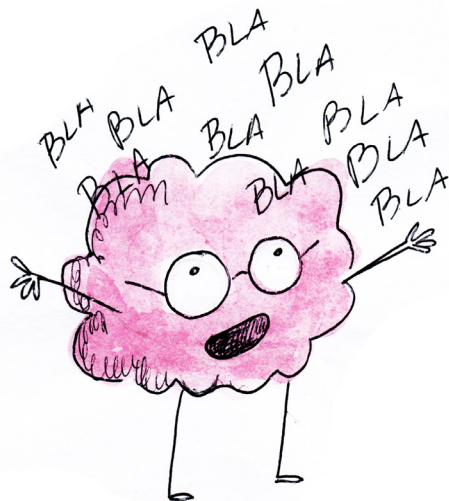
① HABILIDAD PARA DETENERSE.



② Habilidad para controlar el sentido del tiempo



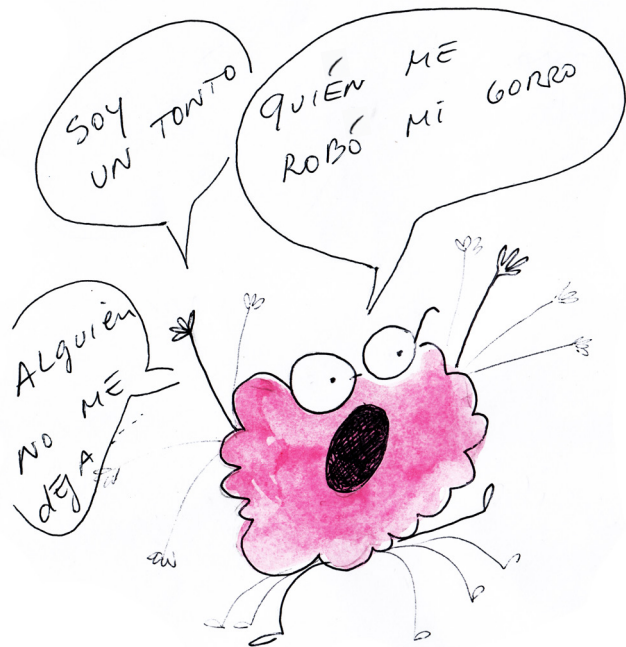
(3) PROBLEMAS PARA INTERVALIZAR EL HABLA



4

CORAZÓN MENTAL :

REGULAR EMOCIONES



⑤ HABILIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS



¿qué podemos hacer
mientras tanto?



SE ME OCURREN

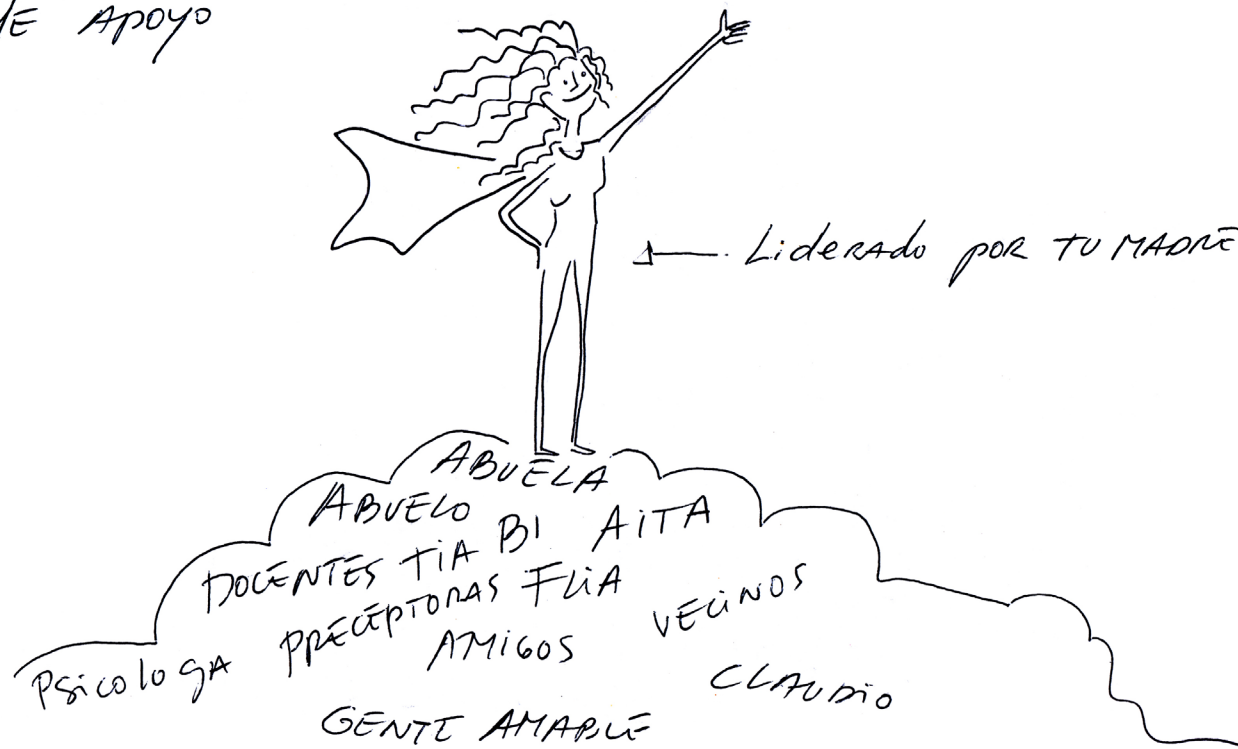
ALGUNAS IDEAS:

7 HACERSE CARGO DE NUESTRAS ACCIONES

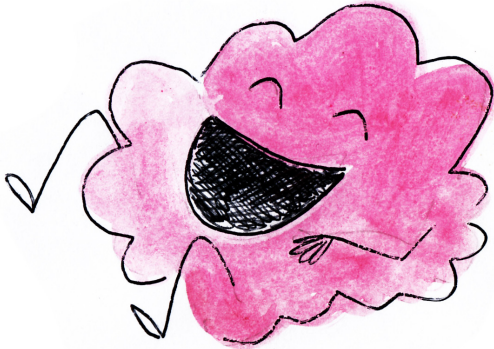


②

Grupo de Apoyo



③

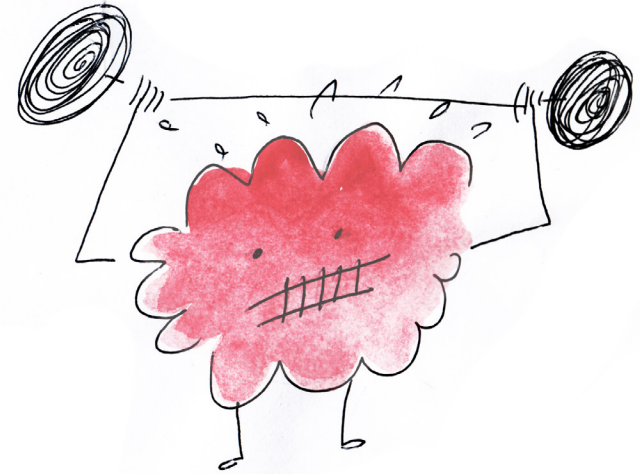
HUMOR

CONOCERTE, ACEPTARTE Y
PODER REIRTE DE TI MISMO.

④ EJERCITARIO → POSPONIENDO
LA GRATIFICACIÓN

¿CÓMO?

- LEER
- ESCUCHAR ATENTAMENTE
- PRESTAR ATENCIÓN
- ABURRIRTE



Y
TRANQUILO, RESPIRÁ...



LA CAPACIDAD DE AUTOCONTROL
NO SE APRENDE

ES UN DESORDEN NEUROLÓGICO
QUE SE REGULA SOLO
CON EL TIEMPO.

Realizado por una madre.