



ser un
ollaollao



ser un
lladollao

R.402171694


Ayuntamiento de Madrid

Todos somos un poco como un Uaollao.
Un yogurt helado y ácido de base
al que nuestra manera de ser le
supone ir añadiendo toppings.



Al principio de terapia era incapaz de mencionar y reconocer un solo topping en mi Uaollao. Me sentía chiquita, vacía y agria.



Con tiempo y ayuda me voy dando cuenta de lo mucho que me gustan mis toppings. 

→ en todos los sentidos
"Amabilidad" como topping



Galleta Lotus

Soy amable con el resto
y creo que empiezo a serlo
conmigo misma!

"dulzura" como topping



No soy empalagosa.
Soy dulce y ya

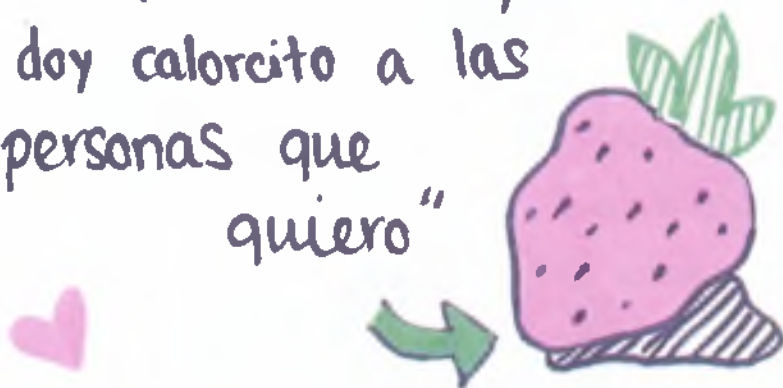
Filipines blancos
(chocolate)

Tengo un "humor" guay
y me recuerda al
muesli sin azúcares porque
no es edulcorado.



para que luego
piensen que los
autistas no somos
sarcásticos / ácidos

Soy "comodita" y
doy calorcito a las
personas que
quiero"



Eso me parece fresquito
y rico! Como una fresa!!!



Soy "creativa" y
"colorida" como los
Lacacitos.



me gusta pensar que
soy variada y cambiante
además de suponer
cambio en sí.

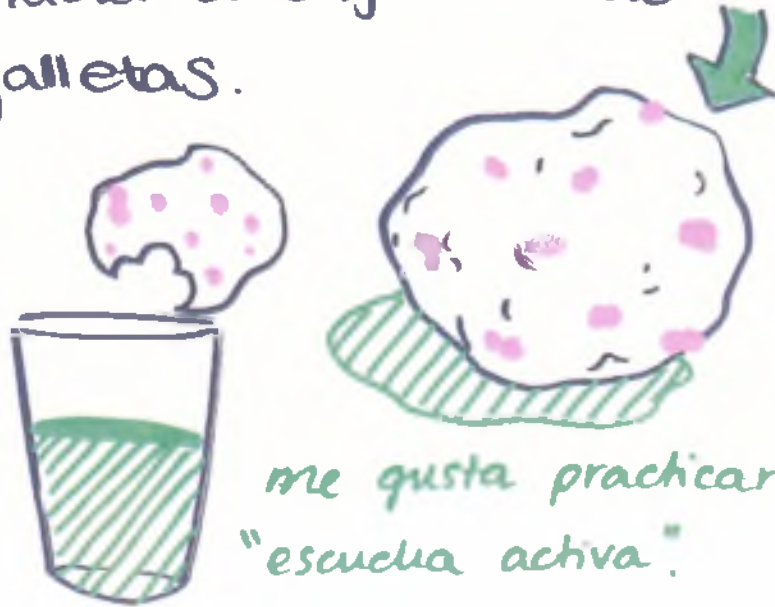
Soy "intensa" como
el sirope de frutos
del bosque.



Y me gusta sentirlo
todo con intensidad
porque es como soy
(y no molesta para
nada!)



"Escucho" tan bien que oigo hasta el crujir de las galletas.



me gusta practicar la "escucha activa".

Pienso en mi cerebro (que es "meticuloso", "planificador", "metódico" y "lógico") como una nuez.



Mi cerebro es "fuertote".

Pero no siempre he sentido
que me perteneciesen mis
toppings. A veces me
hago chiquita y soy
más parecida a un
"petitlao" con la esperanza
de ser más fácil de
"digerir".



"RESPIRO"



siempre puedo
tomarme un "break" y
"hablar en mi idioma".

Es como un Kitkat porque me
da un respiro de
la vida

También se me da bien hacer
concretas cosas abstractas, es
como traducir al plano de lo
concreto los conceptos más
difusos.

Al final con metáforas
lo entiendo todo mejor

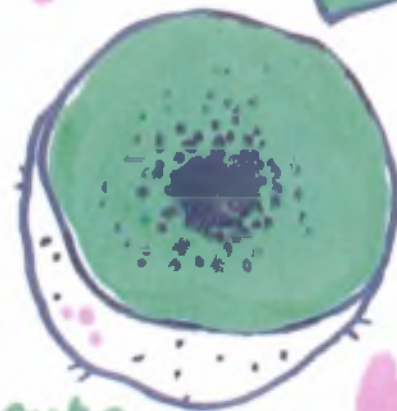
Soy "inteligente emocionalmente" y "responsable afectivamente". Eso es un topping fresco como el melón.



Fresquito

Soy crítica y asertiva como personita y al comunicar y eso me hace bien.

como un kiwi
Decir no es
igual de válido
y un límite



Aunque haya gente que piense que soy ácida y seca.

Se me da bien adaptar mi discurso para ser entendida además de que soy buena como educadora.

Es un poco como la granada que me preparaba mi abu de peque para merendar antes de pasar la tarde leyendo cuentos.



Me gusta que mi gente sea sensible y me deje ser sensible también.

En definitiva, aunque a veces no me sienta demasiado bien, estoy orgullosa de ser este Uaollao. Me gusta, me gusta (algo más que antes).



♥
Gracias, Paula
por acompañarme en
este proceso de buscar
toppings ♥♥

4

AYUNTAMIENTO DE MADRID



1402171694



Regaliz Negro



@_regalيزnegro_



@_regalيزnegro_