NOTA DE PRENSA

Octaedro Editorial



Colección: Con vivencias - Serie Salud Mental

Temas: Educación, Psicología, Sociedad, Familias, Salud Mental

Género: No ficción

ISBN: 9788410791183

PVP: 16,00 €

Ref. 06076-0

Formato: 14,5 x 20 cm

Páginas: 116

Encuardenación: Rústica con solapas

SOBRE EL LIBRO

Para más información

93 246 40 02

octaedro@octaedro.com

www.octaedro.com

Coreografías sociales

Vivir entendiendo este mundo

Teresa Familiar Soriano

Epílogos a cargo de Constan Sotoca y Lula Gómez

NOVEDAD 2025 OCTUBRE

¿Qué pasaría si las normas sociales fueran una coreografía que todos bailan... pero nadie enseña?

Desde una mirada lúcida, irónica y profundamente humana, *Coreografías sociales* propone una exploración de las reglas no escritas que guían la vida en sociedad. Teresa Familiar, mujer autista, artista multidisciplinar y docente, ofrece una reflexión personal y crítica sobre las emociones, los vínculos y las convenciones sociales que regulan la convivencia cotidiana.

A lo largo del libro, se entrelazan herramientas prácticas con una profunda mirada sobre lo que implica vivir siendo «diferente» en un mundo que premia la normalidad. Lejos de ser un manual de adaptación, *Coreografías sociales* es una invitación a cuestionar por qué hacemos lo que hacemos, qué papel representan las máscaras sociales en nuestra vida y cómo sería relacionarnos desde la autenticidad.

Con humor, ternura y lucidez, Teresa nos lleva por un recorrido donde la neurodivergencia no es un obstáculo, sino una forma valiosa de ver el mundo. Su voz se alza para quienes se han sentido fuera de paso, proponiendo nuevas formas de moverse —y conmoverse— en ese gran escenario social que habitamos.

Tanto si eres neurodivergente y buscas claves para orientarte, como si eres neurotípico y deseas comprender mejor las dinámicas sociales que das por hechas, este libro es una brújula inesperada.

Coreografías sociales no enseña a encajar: enseña a bailar a tu ritmo.

AUTORÍA



Teresa Familiar Soriano (Sevilla, 1989) es artista multidisciplinar, escritora, docente y activista autista. Formada en Farmacia, orientó su trayectoria hacia la pedagogía activa, el arte y la divulgación sobre neurodivergencia. Es autora de cuentos, ensayos y obras ilustradas que promueven la inclusión, la sensibilidad y la autenticidad. Su trabajo educativo replantea modelos tradicionales y crea espacios de aprendizaje más humanos y respetuosos. En su obra artística, íntima y simbólica, explora la identidad, el cuerpo y la diferencia desde la vivencia autista. Ha creado y conducido podcasts como *La Teoría de la Amistad* (Radio 3 Extra), donde reflexiona sobre las reglas sociales, la amistad y el derecho a ser uno mismo. Su labor ha sido reconocida por su impacto pedagógico, artístico y social.

ÍNDICE

Prólogo para autistas: recordatorio importante

Prólogo para neurotípicos: una invitación a reflexionar

Carta al neurotípico valiente

Introducción: ¿Qué es el mundo neurotípico?

1. El poder del contacto visual: ¿por qué los neurotípicos miran a los ojos?
2. Las emociones y su lenguaje secreto (no tan secreto para los neurotípicos)
3. Mas emociones complejas. La culpa, la decepción y ansiedad: cómo detectarlas y acompañarlas
4. Las emociones mixtas: entre la confusión y la riqueza emocional
5. Emociones románticas vs. fraternales: ¿amistad o algo más?
6. La trampa de la ironía y el sarcasmo (y cómo detectarlo)
7. La «coreografía» del saludo
8. Las «reglas secretas» de la conversación
9. El intrincado mundo de los dobles sentidos en los neurotípicos
10. La importancia de las frases de cortesía y cómo usarlas
11. Estrategias para interpretar el contexto y evitar malentendidos
12. Técnica de sándwich vs. ser directo: las dificultades para contar cosas
13. La literalidad como superpoder (y cómo usarla con humor)
14. Abrirte poco a poco: los círculos de seguridad y las capas de ropa
15. Consejos de supervivencia social (y por qué está bien ser diferente)

Epílogo I. Carta de un lector neurotípico

Epílogo II