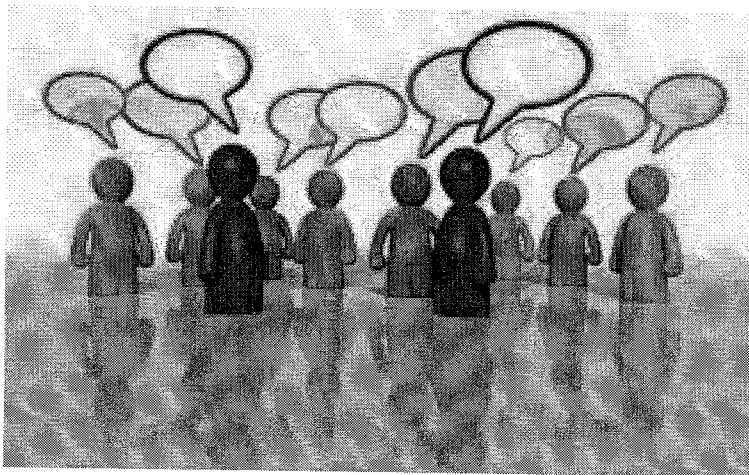


# PROYECTO DE INTERVENCIÓN: TALLER PARA EL MANEJO DE HABILIDADES SOCIALES



Carolina Santamaría Vázquez

Conflict Resolution in Education EDS 546:01

## 1. JUSTIFICACIÓN

Las habilidades sociales son esenciales en el ámbito escolar. Los centros adquieren cada día mayor responsabilidad en la ayuda de su alumnado para poder enfrentarse a problemas en el ámbito social y personal. En la enseñanza deben emplearse técnicas acordes a los objetivos planteados, entre los que pueden destacarse el entrenamiento de las habilidades sociales.

Las habilidades sociales en el ámbito educativo tienen gran importancia, debido a que el comportamiento del alumnado va a permitir la adquisición de capacidades sociales y culturales, que a su vez van a propiciar evitar el rechazo social por motivos de falta de integración.

Su conocimiento va a facilitar su aplicación en el contexto educativo y por tanto en el propio centro con compañeros y a su vez, usarlas como normas sociales fuera del ámbito escolar. La actuación de la enseñanza en relación a este aspecto debe ser directa y sistemática, contemplando su programación, planificación y evaluación.

En resumen la aplicación de habilidades sociales y su puesta en práctica de forma efectiva va a provocar la eliminación de conflictos y por tanto que el centro goce de un clima más propio para poder desarrollar su labor.

Con las siguientes intervenciones se pretende enseñar habilidades sociales asertivas en el aula, evitar los comportamientos pasivos y agresivos del alumnado y detectar posibles carencias del alumno/a para poder ayudarle y prevenir problemas futuros.

En resumen, podemos decir que las habilidades sociales:

- Se adquieren, principalmente, a través del aprendizaje.
- Incluyen comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos.
- Suponen iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas.
- Acrecientan el reforzamiento social.
- Son recíprocas por naturaleza y supone una correspondencia efectiva y apropiada.
- Su práctica está influida por las características del medio. Factores tales como la edad, el sexo y estatus del receptor afectan a la conducta social del sujeto.
- Los déficits y exceso de la conducta social pueden ser especificados y objetivados

Si tenemos unas buenas habilidades sociales probablemente nos llevaremos mejor con los profesores, compañeros de clase y miembros de la familia, que alguien que no las tenga. Es importante aprender estas habilidades porque nos hacen más felices y dan como resultado menos problemas con los demás.

Las habilidades sociales, como cualquier otra competencia humana, pueden mejorarse a través de un aprendizaje adecuado. Con este programa pretendo ayudar a los alumnos a desarrollar habilidades que les permita enfrentarse con un conflicto y solucionarlo de forma adecuada. Este programa no solo va dirigido a alumnos agresivos o tímidos, sino que se trata de habilidades que todo adolescente debe adquirir para poder convivir y dominar una serie de problemas personales e interpersonales.

## **2. IMPORTANCIA DEL TEMA**

En el contexto escolar, la importancia de las habilidades sociales viene dada por los comportamientos contrarios a la propia habilidad de interacción positiva de algunos/as con los iguales y con las personas adultas. El comportamiento disruptivo dificulta el aprendizaje y, si esta disruptividad alcanza niveles de agresión, constituye un importante foco de stress para el/la profesor/a y origina consecuencias negativas para los demás compañeros del alumno, deteriorándose las relaciones interpersonales y el rendimiento escolar. Las relaciones interpersonales son importantes para el desarrollo y el funcionamiento psicológico. Su importancia viene avalada por gran número de investigaciones que demuestran la relación entre el dominio de habilidades sociales en la infancia y la adaptación psicológica, escolar y social en la infancia y etapa adulta.

## **3. OBJETIVOS**

A continuación voy a nombrar los objetivos que persigue mi intervención. Estos objetivos los he dividido en dos grupos principalmente. Por una parte tenemos los objetivos generales y por otra los objetivos específicos. A continuación comenzamos con los objetivos generales.

### **3.1. OBJETIVOS GENERALES**

Adquirir las competencias necesarias para alcanzar un desarrollo personal, académico y social adecuado.

### **3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Desarrollar habilidades para perder la vergüenza en diferentes contextos sociales.
- Eliminar actitudes y estereotipos que promueven la timidez y la no participación.

- Concienciar y sensibilizar a los adolescentes sobre la importancia de sentirse seguros de sí mismos.
- Saber cómo nos ven las demás personas.
- Descubrir, que a veces, cómo se ve cada cual no se parece en nada a cómo te ven los y las demás.
- Descubrir en uno mismo cualidades positivas que antes no valoraba como tales.
- Permitir comunicarnos mejor con los demás.
- Comprender mejor a los demás y a nosotros mismos.
- Fomentar buenas relaciones sociales para obtener una mejor adaptación e integración a la sociedad.
- Desarrollar y fomentar la empatía entre el alumnado.
- Aprender a ponerse en la situación de otras personas.
- Fomentar la comprensión.
- Conocer los comportamientos asertivos en uno mismo y en los demás.
- Valorar los comportamientos asertivos como apropiados en nuestra relación con las otras personas.
- Distinguir entre formas de responder a una acusación que favorecen una regulación no violenta del conflicto y aquellas que aumentan el conflicto.
- Valorar las ventajas de las respuestas del primer tipo.

#### **4. DESTINATARIOS**

Este material está pensado para que se trabaje interactivamente a nivel grupal con alumnos de edades comprendidas entre los 12 y 14 años, estudiantes de Educación Secundaria (High School). Cada sesión tiene duración de 50 minutos de trabajo real para ser desarrollados en horas de clase con el alumnado. Se realizará en dos sesiones.

## **5. METODOLOGÍA**

A continuación voy a presentar la metodología que se debe seguir como directrices a la hora de trabajar los talleres en clase.

- ✓ Establecer una relación afectiva y cercana.
- ✓ Animar a la participación.
- ✓ Estar abierto a propuestas y cambios.
- ✓ Ser creativo y dinamizador.
- ✓ Repartir de forma equitativa las tareas y responsabilidades que supone poner en práctica las tutorías.

## **6. ACTIVIDADES Y SESIONES**

### **1ª SESIÓN**

#### **Actividad 1: “SUELTATE”**

##### **OBJETIVOS**

- Desarrollar habilidades para perder la vergüenza en diferentes contextos sociales.
- Eliminar actitudes y estereotipos que promueven la timidez y la no participación.
- Concienciar y sensibilizar a los adolescentes sobre la importancia de sentirse seguros de sí mismos.

##### **CONCEPTOS A TRATAR**

Timidez: se experimenta de forma frecuente y promueve una alteración de la normalidad del funcionamiento del sujeto y le impide mantener relaciones sociales abiertamente, mostrar todo su potencial, tomar decisiones, decir lo que piensa y otras acciones en un entorno donde estén involucradas muchas personas.

##### **INDICADORES PARA EL PROFESORADO**

- En las actividades, es mejor que el alumnado se presente voluntario, si no lo hace, es mejor empezar por los menos tímidos, pero, finalmente, los tímidos también tendrán que hacerlo.
- Aunque el alumnado tímido lo pase un poco mal con estas tareas, deben de entender que es necesario que pierdan esa vergüenza, que es lo mejor para ellos y que sólo con la práctica lograrán combatirla.

##### **RECURSOS**

Clase dispuesta en grupos.

## **DESARROLLO**

Uno por uno, cada alumno/a de cada grupo se levanta, y durante, al menos dos minutos, el alumno que está de pies, le habla al resto de su grupo, se presenta y les comenta sus aficiones, sus gustos, qué hace en su tiempo libre, o curiosidades sobre algo que le interesa mucho, o sobre cualquier cosa que quiera hablar.

### **Actividad 2: “DILO A MIS ESPALDAS”**

#### **OBJETIVOS**

- Saber cómo nos ven las demás personas.
- Descubrir, que a veces, cómo se ve cada cual no se parece en nada a cómo te ven los y las demás.
- Descubrir en uno mismo cualidades positivas que antes no valoraba como tales.

#### **CONCEPTOS A TRATAR**

Autoestima: es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de sí mismo.

#### **INDICADORES PARA EL PROFESORADO**

El vocabulario del alumnado no suele ser demasiado amplio. Por esta razón puede ser necesario, antes de empezar la dinámica, hacer una lista de cualidades en la pizarra utilizando términos que no usen habitualmente y explicando su significado.

#### **RECURSOS**

- Bolígrafos o lápices.
- Hojas de papel grueso o cartulina.
- Imperdibles para prender las hojas a la ropa sin estropearla.

## **DESARROLLO**

1. Cada una de las personas participantes se cuelga en la espalda una hoja o cartulina con un imperdible.
2. Todo el mundo debe escribir en las espaldas de los demás adjetivos que los definan o cualidades positivas. La mejor forma de organizarlo es sentar al alumnado en círculo, con sus cartulinas a la espalda, y numerarlos. Después se pide a los impares que pasen a la parte interna del círculo y vayan rotando, de forma que todos sus compañeros y compañeras

escriban algo. Cuando hayan acabado los impares, se hará lo mismo con los pares. De esta forma, aunque sólo reciben aportaciones de la mitad, se evitan situaciones de desorden o confusión.

3. Al final todos y todas tendrán en sus manos una serie de cualidades para comprender lo que piensan de ellos o cómo les ven los demás.

4. En voz alta, cada quien analiza cómo se siente al conocer las valoraciones de sus compañeros y compañeras. Algunos puntos posibles para exponer son los siguientes:

- ¿Te identificas o no con las definiciones que dan de ti tus compañeras y compañeros?
- ¿Te ha sorprendido cómo te ven?
- ¿Coincide la visión que tus compañeros tienen de ti con la que tienes tú mismo/a, la que reflejaste en tu chapa en la dinámica anterior?

### **Actividad 3: “¿QUÉ ESTOY HACIENDO?”**

#### **OBJETIVOS**

- Permitir comunicarnos mejor con los demás.
- Comprender mejor a los demás y a nosotros mismos.
- Fomentar buenas relaciones sociales para obtener una mejor adaptación e integración a la sociedad.

#### **CONCEPTOS A TRATAR**

Introversión/Extraversión: Nadie es completamente introvertido, ni absolutamente extravertido. Sin embargo, cada individuo trata de favorecer una u otra actitud.

La introversión es una actitud típica que se caracteriza por la concentración del interés en los procesos internos del sujeto. Los introvertidos se interesan principalmente por sus pensamientos y sentimientos, por su mundo interior. Tienden a ser profundamente introspectivos.

La extraversión, por el contrario, es una actitud típica que se caracteriza por la concentración del interés en un objeto externo. Los extravertidos se interesan por el mundo exterior de la gente y de las cosas, tratan de ser más sociables y de estar más al tanto de lo que pasa en su entorno.

#### **INDICADORES PARA EL PROFESORADO**

- En las actividades, es mejor que el alumnado se presente voluntario, si no lo hace, es mejor empezar por los menos tímidos, pero, finalmente, los tímidos también tendrán que hacerlo.

- Aunque el alumnado tímido lo pase un poco mal con estas tareas, deben de entender que es necesario que pierdan esa vergüenza, que es lo mejor para ellos y que sólo con la práctica lograrán combatirla

## **RECURSOS**

- Fichas individuales donde se describa la acción a imitar.

## **DESARROLLO**

Se propondrá un juego de mímica en el que todo el alumnado de la clase tendrá que participar y todos/as, por lo menos una vez, tendrán que salir a hacer la mímica de una de las fichas que elija aleatoriamente y sin mirar, de un montón de ellas que tenga el tutor o la tutora. Se dividirá al alumnado en tres grupos, estos irán saliendo a realizar las representaciones uno por uno de cada grupo y el resto de compañeros de su grupo tendrán que adivinar lo que está representando, pudiendo ganar un punto por acierto.

## **2ª SESIÓN**

### **Actividad 1: “PONTE EN MI LUGAR”**

#### **OBJETIVOS**

- Desarrollar y fomentar la empatía entre el alumnado.
- Aprender a ponerse en la situación de otras personas.
- Fomentar la comprensión.

#### **CONCEPTOS A TRATAR**

Empatía: capacidad para ponerse en el lugar de otro, de entender sus emociones y su forma de actuar.

Antes de empezar la actividad hay que dejar claro que:

- Las frases que empiezan con “tu” ponen a la gente a la defensiva.
- Palabras como “siempre” y “nunca” son exageraciones que no siempre son exactas, agravando en algunos casos la situación.
- En una situación conflictiva nos debemos centrar en el problema y no en las personas involucradas.
- Cuando queremos solucionar un problema debemos utilizar frases del tipo: “Cómo podemos...” y “Qué podemos hacer para...” (de esta manera captaremos la atención de quien nos escucha y trabajaremos sobre el problema en vez de pelearnos con el que habla).
- Role- playing: técnica en la que 2 ó más personas simulan una situación de la vida real determinada, representando el papel que les han asignado a cada uno.



## **INDICADORES PARA EL PROFESORADO**

- Si el tutor observa que nadie quiere comenzar con el role-playing, escogerá a los más extrovertidos.
- Asimismo, el tutor deberá enfatizar que se trata de una representación.
- Si el alumno tiene dificultades con una escena, está ansioso o molesto se debe parar la situación para discutirlo, no manteniendo una conducta no funcional o inapropiada.
- Si el alumno presenta una leve vacilación o se está acercando a la conducta deseada, se le puede apuntar dándole apoyo y ánimo. El apuntar puede consistir en cualquier clase de instrucción directa, indicio o señal que se da al sujeto durante el ensayo de una escena, ya sea de forma verbal o no verbal.

## **RECURSOS**

Fichas con las diferentes situaciones planteadas y el número de personajes necesarios en cada una de ellas.

## **DESARROLLO**

Se divide la clase en tres grupos de unas cinco personas. A cada grupo se le entrega dos fichas. Los participantes deben buscar respuestas positivas y asertivas a la situación planteada y representarlo mediante role-playing. En primer lugar se le pide al actor principal, el/a alumno/a, que describa brevemente la situación-problema real. Las preguntas qué, cuándo y dónde son útiles para enmarcar la escena, así como para determinar la manera específica en que el sujeto quiere actuar.

### **Actividad 2: “DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS”**

#### **OBJETIVOS**

- Conocer los comportamientos asertivos en uno mismo y en los demás.
- Valorar los comportamientos asertivos como apropiados en nuestra relación con las otras personas.

#### **CONCEPTOS A TRATAR**

**Asertividad:** La asertividad es una habilidad social que significa expresar los propios sentimientos, deseos, derechos legítimos y opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de otras personas. La persona asertiva se caracteriza por ser honesta en relación a sus sentimientos, y es capaz de expresar oposición frente a algo o alguien que no está de acuerdo. Entre las ventajas de ser asertivo están: reducir la tensión que puede generar una situación problema y aprender a decir “no” con seguridad sin sentirse culpable.

En ocasiones no se es capaz de ser asertivo, y entonces se es pasivo y/o agresivo ante la forma de expresar los derechos.

Pasividad: Significa no ser capaz de expresar sentimientos, pensamientos y opiniones o al expresarlos de una manera autoderrotista, con disculpas, con falta de confianza.

Agresividad: Consiste en defender nuestros derechos e intereses personales (desprecio y agresión a las demás personas) a cerca de algún tema o situación específica, sin respetar a las personas con las que interactuamos.

### **INDICADORES PARA EL PROFESORADO**

- Si el tutor observa que nadie quiere comenzar con el role-playing, escogerá a los más extrovertidos.
- Asimismo, el tutor deberá enfatizar que se trata de una representación.
- Si el alumno tiene dificultades con una escena, está ansioso o molesto se debe parar la situación para discutirlo, no manteniendo una conducta no funcional o inapropiada.

### **RECURSOS**

Ficha para el alumnado.

### **DESARROLLO**

Se explican los tres estilos de conducta (pasivo, agresivo y asertivo) y sus respectivas ventajas y desventajas, luego se divide la clase en grupos de 3 ó 4 participantes. A cada uno de los grupos se le asigna un tipo de estilo de comportamiento: asertivo, pasivo, agresivo. A cada uno de ellos le corresponde encontrar con las fichas que tienen otros grupos, las características de su conducta. Así mismo tendrán que encontrar la situación a representar que corresponda también con su conducta y posteriormente llevarla a cabo.

Tres de estos equipos pasarán por turnos a realizar su presentación, al final de las representaciones se realizará una puesta en común en torno a los siguientes puntos:

- ¿Cómo fue la representación de cada persona?
- ¿Cómo se sintió cada actor con su papel?, ¿se identificó con el estilo de comportamiento representado?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas del estilo de conducta representado en cada situación?

### **Actividad 3: “RESPONDER A UNA ACUSACIÓN”**

#### **OBJETIVOS**

- Distinguir entre formas de responder a una acusación que favorecen una regulación no violenta del conflicto y aquellas que aumentan el conflicto.
- Valorar las ventajas de las respuestas del primer tipo.

#### **CONCEPTOS A TRATAR**

Como ya se ha visto en la actividad “Defender los propios derechos”, podemos expresar nuestros pensamientos, sentimientos y opiniones de distintas maneras: asertivamente, pasivamente o agresivamente. Estas opciones también son válidas cuando debemos responder a una acusación. Algunas sugerencias para responder asertivamente a una acusación son: aceptar la responsabilidad o disculparse del hecho, si ése fuera el caso; transmitir a la persona que acusa que se le está escuchando y que se entiende lo que siente, aunque no se le dé la razón; demostrar que uno puede ver las cosas desde la perspectiva de la persona acusadora y que puede ser válida, aunque no se esté de acuerdo. Por otra parte, para reducir el nivel de tensión en el conflicto no resultan de utilidad las contrarrespuestas defensivas como negar la responsabilidad, criticar y dar excusas (Goleman, 1996 y 1999).

#### **RECURSOS**

- Bolígrafos.
- Papel.
- Disponer los alumnos en grupos.

#### **DESARROLLO**

Se lee en voz alta a la clase este comienzo de cuento:

“Va Peter muy contento por el parque, cuando de repente ve a Ralph viniendo a su encuentro. Ralph tiene una mirada muy rara. Peter se pregunta qué le estará pasando. Se acercan y se saludan, pero inmediatamente Ralph comienza a gritar. Dice que Peter le ha hecho quedar muy mal con los otros chicos del barrio, que es mal amigo, que tiene la culpa de todo lo que le pasa. Entonces Peter...”

Cada grupo en la clase tendrá que pensar y escribir cómo actuaría si fuera Peter. Las respuestas no deben ser ni censuradas ni autocensuradas, valen todas, ya que se pretende que sean reacciones espontáneas.

Se hace una puesta en común de las respuestas, intentando que todos presenten sus ideas. Se guía el debate clasificando las respuestas en dos grupos: las que disminuyen la tensión y

permiten una vía pacífica de resolución y las que provocan mayor conflicto. Se termina tratando de deducir por qué las del primer grupo son mejores.

## **7. RECURSOS**

### **Recursos humanos**

Para ser más efectivo, debería trabajarse con el tutor o profesor responsable del aula y el Orientador educativo, con el fin de poder evaluar las sesiones de cara a futuras intervenciones.

### **Recursos materiales**

A continuación voy a ilustrar una lista con diversos recursos materiales de los que voy a disponer:

- ✓ Aulas
- ✓ Folios
- ✓ Cartulinas
- ✓ Bolígrafos
- ✓ Pegatinas
- ✓ Pizarra

## **8. EVALUACIÓN**

La evaluación es una forma de retroalimentación que estimula la participación del estudiante de manera muy original. Se debe hacer al final de las sesiones del taller, algunas veces durante la sesión, o tan a menudo como sea razonable. Es esencial tomar en cuenta las sugerencias, tan rápidamente como sea posible. La evaluación es muy útil para plantear las sesiones posteriores, ya que ayuda a prepararse para satisfacer las necesidades de los/as participantes de manera más directa. (Prutzman, 1994)

¿Qué se va a evaluar?

La valoración del efecto de este programa sobre los destinatarios del mismo está definida por los siguientes criterios:

1. Respuesta recibida (modo, participación....)
2. Trabajo en grupo (participación, usos de los materiales...)
3. Actitud positiva, respeto a los otros y capacidad de escucha.

En referencia a la evaluación de programa los criterios serán los siguientes:

1. Cumplimiento de los objetivos.
2. Utilidad de la información.

### 3. Dinámica de trabajo.

¿Con qué se va a evaluar?

Para evaluar mi proyecto de intervención voy a utilizar los siguientes instrumentos de recogida de información:

1. Cuestionario abierto para recoger las opiniones de los alumnos.
2. La observación para recoger datos sobre las reacciones de los participantes en mi intervención.

## **9. BIBLIOGRAFÍA**

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Ortiz Montoya, A. (2007). Inteligencia Emocional, habilidades sociales, y resolución de conflictos en el aula. Número 12.
- Prutzman, P. a. (1994). Respuesta Creativa al Conflicto. La práctica de paz en el aula, la familia y la Comunidad. Costa Rica: Alma Mater.

### **RECURSOS ELECTRÓNICOS**

- <http://www.psicologia-online.com/autoayuda/hhss/HHSS4.htm>
- <http://www.aulafacil.com/habilidadessociales/curso/Temario.htm>
- [http://www.csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_16/ANGEL%20MANUEL\\_RUBIO\\_2.pdf](http://www.csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_16/ANGEL%20MANUEL_RUBIO_2.pdf)
- <http://idd00f0b.eresmas.net/Docus/Asertividad.PDF>
- <http://www.gitanos.org/publicaciones/guiapromocionmujeres/pdf/05.pdf>
- <http://www.inteligencia-emocional.org/>

## 9. ANEXOS

### Actividad 3 (1ª sesión)

#### Ficha del alumnado:

- |   |   |
|---|---|
| 1. Tocar el violín.                       | 18. Enfadarse con alguien.                          |
| 2. Jugar a los bolos.                     | 19. Abrir un regalo.                                |
| 3. Ratón comiendo queso.                  | 20. Colgar un cuadro.                               |
| 4. Hacer la cama.                         | 21. Poner la lavadora.                              |
| 5. Abrir una puerta con la llave.         | 22. Ayudar a una anciana a cruzar un paso de cebra. |
| 6. Hacer un examen.                       | 23. Comprar en el supermercado.                     |
| 7. Abrir un paraguas.                     | 24. Ganar un premio.                                |
| 8. Llamar por teléfono.                   | 25. Ir al cine.                                     |
| 9. Conducir un avión.                     | 26. Ayudar a un amigo con los deberes.              |
| 10. Hacer la comida.                      | 27. Ser cantante de rock.                           |
| 11. Tomar el sol en la playa.             | 28. León rugiendo.                                  |
| 12. Soplar las velas de una tarta.        | 29. Jugar a las cartas.                             |
| 13. Fregar los platos.                    | 30. Ponerse el pijama.                              |
| 14. Cambiar una bombilla.                 | 31. Colocar la ropa en el armario.                  |
| 15. Lavarse los dientes.                  | 32. Estudiar en la biblioteca.                      |
| 16. Jirafa comiendo hojas de los árboles. | 33. Jugar en la nieve.                              |
| 17. Sacar a pasear al perro.              |   |

### Actividad 1 (2º sesión)

#### Ficha del alumnado:

1. En clase, tu compañero/a te pide constantemente cosas cuando el profesor/a está explicando un aspecto que a ti te interesa en especial. ¿Qué le dirías?
2. El trabajo de Ciencias sociales se ha de hacer en grupos de tres personas, no obstante nosotros/as somos cinco personas y no podemos hacer un grupo de trabajo tan grande. ¿Qué dirías a tus compañeros/as?
3. Mery parece no jugar limpio, cambia de planes sin tener en cuenta a los/as otros/as ante cuestiones que se han de consensuar con el grupo. ¿Qué le dirías para poder aclarar la situación?
4. Hay gente dentro del grupo que constantemente interviene para molestar a los/as otros/as, ¿Qué les dirías?
5. Tu amiga Angela ha tenido un curso académico bastante desastroso, ha de mejorar mucho para aprobar el curso, no obstante, ¿Qué le dirías para motivarla a trabajar más?
6. Hemos de decidir entre el grupo de clase qué le diremos a la profesora de Ciencias sociales en relación a un examen que nos ha parecido muy difícil, no obstante la gente está nerviosa y con ganas de acabar la clase, nadie escucha y los/as

alumnos/as no le dicen a la profesora tranquilamente y con precisión cómo podríamos resolver esta situación. ¿qué dirías a tus compañeros/as?

7. El/la delegado/a distribuye tareas a hacer dentro del grupo de clase, no obstante él/ella no ha considerado a todos/as por igual, dando más trabajo a unos/as que a otros/as. ¿Qué le dirías?
8. Tu pareja de trabajo no hace la parte que le toca del trabajo. ¿Qué le dirías?

## **Actividad 2: (2ª sesión)**

### **Ficha del alumnado:**

- I. Debes acercarte a las dos personas que están delante de ti en un evento público (cine, teatro, etc.) para decirles que no puedes escuchar. Estas personas llevan un buen tiempo hablando. (Estilo asertivo)
- II. Tu grupo de compañeros/as se reúne en los recreos y esta ocasión deciden ofrecerte para que fumes. Pero a ti no te interesa. (Estilo pasivo)
- III. Uno/a de tus profesores/as acostumbra llegar tarde a clase, para reponer este tiempo toma 10 min. del recreo. Tu grupo de amigos/as esta incómodo/a con esta situación y deciden hablar con el/la profesor/a. (Estilo asertivo)
- IV. Tu compañero/a habitúa invadir con sus cosas tu mesa, dejándote poco espacio para trabajar. (Estilo agresivo)

### **Estilo agresivo:**

- Elevación de la voz.
- Insultos.
- "Ya no aguanto más".
- "A ver si se cree que soy idiota".
- "Pues tú tampoco eres manco/a, ¿eh?"

### **Estilo pasivo:**

- "Quedarse paralizado/a".
- "La mente en blanco".
- "Dios mío, ¿y ahora qué hago?".
- "Si le digo mi opinión, se va a enfadar".
- "Tengo que sonreírle".

### **Estilo asertivo:**

- Seguridad
- Relajación corporal.
- Expresión de sentimientos tanto positivos como negativos.

- Decir "no".
- Saber aceptar errores.

## ANEXOS EVALUACIÓN

### PULGARES ARRIBA. PULGARES ABAJO. MANOS AFUERA

Se les preguntará a los alumnos/as si les han gustado las actividades que se han realizado en las sesiones. Ellos/as han de:







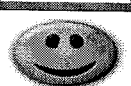








- Si a los participantes les gustó la actividad deben poner sus pulgares hacia arriba.
- Si desean repetir la actividad o les gustó mucho, extienden las palmas hacia afuera.
- Si no les gustó, bajan el pulgar. (Prutzman, 1994)

### EVALUACIÓN VERBAL

La retroalimentación verbal es la forma más valiosa de evaluación porque se puede traducir más fácilmente en actividades nuevas y mejoradas. (Prutzman, 1994)

- ¿Qué os gustó de la sesión de hoy?
- ¿Qué os gustaría cambiar?
- ¿Qué es lo que nos gustó?
- ¿Qué otras actividades os gustaría realizar en otras sesiones?

### HOJA DE EVALUACIÓN. (Prutzman, 1994)

ACTIVIDAD	Realmente me gustó la actividad	No me gustó la actividad del todo	No me gustó nada la actividad
"SUELTA TE"			
"DILO A MIS ESPALDAS"			
"¿QUÉ ESTOY HACIENDO?"			
"PONTE EN MI LUGAR"			
"DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS"			
"RESPONDER A UNA ACUSACIÓN"	