



PROGRAMA HABILIDADES SOCIAIS

XUSTIFICACIÓN

O desenvolvemento deste programa específico de habilidades sociais xorde como resposta educativa a unha realidade que se vai facendo cada vez máis presente nos nosos centros educativos, e é a presenza dun determinado grupo de alumnos e alumnas con dificultades á hora de enfrontarse ás normas de convivencia e ao funcionamento do centro, así como de resolver situacións de conflito. Adestrar en habilidades sociais supón, polo tanto, previr graves problemas persoais e sociais futuros.

O incumprimento das normas de convivencia do centro educativo leva consigo unha serie de medidas correctoras que dependen do tipo de conduta realizado. Como complemento das devanditas medidas, dende o departamento de orientación deseñouse este programa para levar a cabo co alumnado que incorra reiteradamente en condutas disruptivas.

Este programa elaborouse en estreita relación co plan de acción tutorial e no marco do plan de convivencia do centro. Na programación da hora semanal de tutoría de cada un dos catro cursos da educación secundaria obrigatoria, inclúense actividades relativas á convivencia: dereitos e deberes, normas da aula e do centro, clima de aula e centro, habilidades sociais...

Ademais, preténdese conseguir a colaboración de todo o profesorado implicándoo no emprego das habilidades sociais para abordar situacións problemáticas que xurdan na aula.

Por último, para que o proceso educativo teña éxito non pode depender exclusivamente do traballo desenvolvido dende o centro escolar, por iso, necesitamos da colaboración do principal axente socializador, a familia, aínda a sabendas de que en ocasións resultará moi complexo atopar colaboración e implicación por parte desta.

MARCO LEGAL

A Lei 4/2011, do 30 de xuño, de convivencia e participación da comunidade educativa (DOG venres, 15 de xullo de 2011)

A Orde DO 8 DE SETEMBRO DE 2021 que desenvolve o D 229/2001 de Atención a Diversidade.



MARCO TEÓRICO

O que entendemos por "disrupción" ou por "condutas disruptivas" depende moito da apreciación de cada profesor/a. Disruptivo/a defínese como: "que produce ruptura brusca".

No mundo educativo adquire unha serie de connotacións propias:

- Os comportamentos que agrupamos baixo a denominación de disrupción non son propiamente violentos nin agresivos. Trátase de condutas illadas e ao tempo moi persistentes, que manifestan consistentemente algúns alumnos na aula e que, no seu conxunto, poderían cualificarse de boicot permanente ao traballo do profesorado, ao desenvolvemento da actividade da aula, e ao traballo dos demais alumnos: faltas de puntualidade, murmurios, risas, provocacións constantes ao profesor, comentarios ferintes en voz alta acerca do profesor, dun compañeiro ou da propia tarefa, insultos, pequenas pelexas e roubos, e en definitiva desafíos de todo tipo ás normas de convivencia dentro da aula.
- Atrasa e nalgúns casos impide o proceso de ensino e aprendizaxe.
- Convértese nun problema académico, pois non permite ampliar nin reforzar os coñecementos debidos.
- Interpretase como un problema de disciplina ou, mellor dito, de falta de disciplina na aula.
- A súa repercusión excede os individuos sobre os que se centra a acción (alumno/profesor) porque produce maior fracaso escolar no grupo clase.
- Propicia un clima de aula tenso onde se crean malas relacións interpersoais tanto entre profesores e alumnos como entre os propios alumnos, e en moitos casos entre o profesorado.

Algunhas das condutas disruptivas máis frecuentes son:

Condutas disruptivas na aula	
En canto ás normas	Chegar tarde a clase ou faltar
	Emprego do móvil.
	Pintar nas mesas ou paredes.
	Tirar cousas pola clase.
	Comer ou beber líquidos que non sexan auga
	Desordenar mobiliario.



En canto á tarefa	Non traer os deberes.
	Comentarios vexatorios sobre a tarefa.
	Falta de interese, pasividade e inactividade.
	Non traer material.
	Facer outra tarefa.
En canto ao respecto ao profesorado	Non acatar as ordes do profesor.
	Levantarse sen permiso.
	Falar cando fala o profesor.
	Rirse, insultar ou ameazar ao profesor.
En canto á relación cos compañeiros	Pelexarse cun compañeiro.
	Rirse, insultar ou ameazar a un compañeiro.
	Quitar cousas a un compañeiro

OBXECTIVOS

• CO ALUMNADO:

XERAL: mellorar a integración do alumnado no centro educativo, incrementando a súa competencia social e diminuindo as condutas disruptivas.

ESPECÍFICOS:

- Reflexionar sobre a súa conduta contraria ás normas de convivencia, o seu comportamento en determinados conflitos e sobre como afecta todo iso ao desenvolvemento das clases.
- Adquirir as habilidades necesarias para convivir cos compañeiros e compañeiras e demais membros da comunidade educativa respectando o dereito de todos/as.
- Contribuír a desenvolver actitudes cooperativas, solidarias e de respecto.
- Favorecer a súa autoestima e autocontrol.
- Aprender a resolver os conflitos de xeito pacífico dende o diálogo e a reflexión.
- Educar para a vida, potenciando as relacións interpersoais de cada alumno ou alumna, é dicir, para a súa integración satisfactoria na comunidade.

• CO PROFESORADO:

- Proporcionarlle estratexias para o control e xestión da aula (previr a disrupción e intervir unha vez que se produce).
- Dotalo de coñecementos básicos sobre habilidades sociais.
- Implicalo no emprego na aula das habilidades sociais para abordar diferentes situacións que xurdan na aula.



• **COAS FAMILIAS:**

- Sensibilizalas sobre a importancia das habilidades sociais como mecanismo para garantir unha convivencia pacífica e do seu papel na aprendizaxe das mesmas por parte dos seus fillos e fillas.
- Corresponsabilizalas do proceso de modificación das actitudes e comportamentos inadecuados do seu fillo/a.
- Xeneralizar as aprendizaxes ao ámbito familiar, para garantir a continuidade e coherencia do proceso.
- Conciencialas da importancia de unificar criterios de actuación entre o centro educativo e as familias.
- Facilitarlles estratexias para mellorar a comunicación dentro do núcleo familiar.

• **CON OUTRAS INSTITUCIÓNS:** se se considera necesaria a súa intervención,

SERVIZOS SOCIO-SANITARIOS:

- Colaborar na posta en marcha do programa, no ámbito familiar.
- Facer un seguimento das actuacións levadas a cabo.

CONTIDOS E ACTUACIÓNS

PROFESORADO:

- 1 Habilidades sociais.
- 2 Estratexias para o control e xestión da aula.

FAMILIAS:

- 1 Entrevistas coa persoa orientadora.
- 2 Lecturas recomendadas para casa sobre habilidades sociais e problemas de conduta na adolescencia.

OUTRAS INSTITUCIÓNS:

- 1 Reunións coa persoa orientadora e co profesorado tutor.
- 2 Entrevistas coas familias e co alumnado privado do dereito de asistencia ao centro.
- 3 Programa de educación familiar dos servizos sociais do concello.
- 4 Intervención da unidade de saúde mental infanto-xuvenil.

ALUMNADO:

- 1 Cuestionarios para a avaliación inicial e final.
- 2 Habilidades:



HABILIDADE	OBXECTIVOS
Estilos de comportamento	– Aprender a diferenza entre comportamento pasivo, agresivo e asertivo.
Autocontrol	– Aprender a regular as propias emocións, pensamentos e condutas. – Xeralizar a situacións da vida real.
Resolver conflitos interpersoais	– Adquirir un coñecemento xeral do que son os conflitos e recoñecer a importancia que ten resolvelos de forma correcta. – Aprender a resolver os conflitos pacificamente. – Xeralizar a situacións da vida real.
Defender os propios dereitos	– Adquirir un coñecemento xeral do que significa defender os propios dereitos e recoñecer a importancia que saber defendelos de forma correcta. – Aprender a defender os propios dereitos da maneira axeitada. – Xeralizar a situacións da vida real.
Expresar e recibir queixas	– Adquirir un coñecemento xeral do que son as queixas e recoñecer a importancia que ten expresalas e recibilas de forma correcta. – Distinguir forma correcta e incorrecta de expresar e recibir queixas. – Xeralizar a situacións da vida real.
Responder ás críticas	– Adquirir un coñecemento xeral do que son as críticas e recoñecer a importancia que ten responder a elas de forma correcta. – Aprender a responder ás críticas da maneira axeitada. – Xeralizar a situacións da vida real.
Rexeitar peticións (Dicir "NON")	– Adquirir un coñecemento xeral do que significa rexeitar unha petición e recoñecer a importancia de facelo de forma axeitada. – Aprender a dicir "non" de maneira correcta. – Xeralizar a situacións da vida real.
Facer peticións	– Adquirir un coñecemento xeral do que significa facer peticións e recoñecer a importancia que ten aprender a facer e recibir favores. – Aprender a forma correcta de pedir e facer favores. – Xeralizar a situacións da vida real.
Autoestima	– Lograr unha imaxe positiva e realista de un mesmo. – Controlar a imaxe negativa de un mesmo.



Empatía	– Aprender a poñerse no lugar do outro. – Mostrar proximidade, aprecio e estima. – Aprender a ver o positivo dos demais. – Xeralizar a situacións da vida real.
---------	--

METODOLOXÍA

1 Estrutura do programa:

A continuación, preséntase un programa de habilidades sociais para 1º, 2º, 3º e 4º da ESO, con tres sesións de 50 minutos por curso. As actividades propostas baséanse en materiais dispoñibles e recomendados para o desenvolvemento destas competencias.

1º ESO

Sesión 1: Introducción ás Habilidades Sociais

- **Obxectivo:** Comprender que son as habilidades sociais e a súa importancia nas relacións interpersoais.
- **Actividades:**
 - Definición e discusión sobre as habilidades sociais.
 - Visualización do vídeo "Habilidades sociais básicas" (dispoñible en recursos educativos en liña).
 - Debate en grupo sobre situacións cotiás que requiren habilidades sociais.

Sesión 2: Estilos de Comunicación

- **Obxectivo:** Identificar os diferentes estilos de comunicación e recoñecer a comunicación asertiva como a máis efectiva.
- **Actividades:**
 - Explicación dos estilos de comunicación: pasivo, agresivo e asertivo.
 - Role-playing: en grupos de tres, representar cada estilo de comunicación nunha situación proposta.
 - Reflexión en grupo sobre as vantaxes da comunicación asertiva.

Sesión 3: Comunicación Non Verbal

- **Obxectivo:** Coñecer a importancia da comunicación non verbal e como inflúe nas interaccións sociais.
- **Actividades:**
 - Presentación sobre os elementos da comunicación non verbal: xestos, posturas, expresións faciais.
 - Xogo de mímica: adiviñar emocións ou situacións a través de xestos.



- Análise de fragmentos de películas sen son para identificar a comunicación non verbal.

2º ESO

Sesión 1: Escucha Activa

- **Obxectivo:** Desenvolver a capacidade de escoitar activamente aos demais.
- **Actividades:**
 - Explicación dos principios da escoita activa.
 - Exercicio en parellas: un fala durante 2 minutos sobre un tema e o outro debe resumir o que escoitou.
 - Debate sobre as dificultades e beneficios de escoitar activamente.

Sesión 2: Iniciar e Manter Conversacións

- **Obxectivo:** Practicar técnicas para iniciar e manter conversacións de maneira efectiva.
- **Actividades:**
 - Brainstorming de temas de conversación adecuados en diferentes contextos.
 - Role-playing: en grupos de tres, practicar iniciar, manter e pechar unha conversación.
 - Visualización do vídeo "Como iniciar unha conversación" (dispoñible en recursos educativos en liña).

Sesión 3: Saber Recompensar

- **Obxectivo:** Aprender a ofrecer reforzos positivos nas interaccións sociais.
- **Actividades:**
 - Discusión sobre a importancia do reforzo positivo nas relacións interpersoais.
 - Exercicio en grupo: identificar frases de eloxio e apoio en diferentes situacións.
 - Práctica en parellas de ofrecer e recibir reforzos positivos.

3º ESO

Sesión 1: Resolución de Conflictos

- **Obxectivo:** Desenvolver habilidades para resolver conflitos de maneira efectiva.
- **Actividades:**
 - Presentación dos pasos para a resolución de conflitos.
 - Role-playing: en grupos de catro, representar un conflito e buscar unha solución consensuada.
 - Debate sobre a importancia da empatía na resolución de conflitos.



Sesión 2: Asertividade

- **Obxectivo:** Practicar a comunicación asertiva en situacións difíciles.
- **Actividades:**
 - Explicación das características da comunicación asertiva.
 - Role-playing: en parellas, practicar respostas asertivas ante críticas ou peticións inxustas.
 - Visualización do vídeo "Asertividade: como dicir non" (dispoñible en recursos educativos en liña).

Sesión 3: Empatía e Comprensión dos Demais

- **Obxectivo:** Fomentar a capacidade de poñerse no lugar dos demais.
- **Actividades:**
 - Exercicio de reflexión: escribir sobre unha situación na que se sentiron incomprendidos.
 - Debate en grupo sobre a importancia da empatía nas relacións sociais.
 - Xogo de roles: representar situacións onde a empatía é clave para a comprensión mutua.

4º ESO

Sesión 1: Toma de Decisións

- **Obxectivo:** Aprender a tomar decisións responsables en situacións sociais.
- **Actividades:**
 - Presentación dos pasos para a toma de decisións efectivas.
 - Análise de dilemas morais en grupo e discusión das posibles solucións.
 - Visualización do vídeo "Tomando decisións: guía para adolescentes" (dispoñible en recursos educativos en liña).

Sesión 2: Afrontamento da Presión de Grupo

- **Obxectivo:** Desenvolver habilidades para resistir a á presión de grupo e tomar decisións autónomas.
- **Actividades:**
 - **Introdución:** Presentación breve sobre os efectos da presión de grupo nas decisións persoais.
 - **Visualización:** Vídeo "Como dicir non á presión de grupo" (dispoñible en plataformas educativas como YouTube ou recursos de educación emocional).
 - **Role-playing:** En grupos de tres, representar unha situación na que un membro enfronte presión de grupo (por exemplo, participar nun comportamento de risco) e practicar formas de resistir.



- **Debate:** Reflexión en grupo sobre as sensacións que xorden ante a presión social e as estratexias máis efectivas para xestionala.

Sesión 3: Resolución de Problemas en Equipo

- **Obxectivo:** Fomentar a cooperación e a toma de decisións conxunta para resolver problemas sociais.
- **Actividades:**
 - **Introdución:** Explicación dos beneficios da resolución de problemas en equipo, destacando o respecto pola diversidade de ideas.
 - **Exercicio práctico:** Resolver un caso práctico en equipo, como planificar unha actividade social para un grupo con diferentes intereses. Cada membro debe propoñer solucións e xustificar as súas opcións.
 - **Debate:** Discusión sobre os retos do traballo en equipo e como superalos mediante habilidades sociais como a empatía e a asertividade.
 - **Conclusión:** Crear un resumo colectivo das boas prácticas para o traballo colaborativo e destacar os logros do grupo durante a sesión.
 -

Este programa é unha ferramenta práctica para desenvolver as habilidades sociais ao longo da etapa secundaria, axudando ao alumnado a mellorar as súas relacións interpersoais e a súa capacidade para xestionar situacións sociais complexas.

2 Técnicas e estratexias metodolóxicas:

Entre as estratexias metodolóxicas que se van utilizar atópanse: modelado, reflexión, dramatizacións, adestramento en solución de problemas interpersoais, discusións en grupo (se se aplica con varios alumnos), tarefas para casa, adestramento en asertividade que permita desenvolver o propio autoconceito e o dos demais, descubrindo e valorando as potencialidades que teña o alumno.

3 Temporalización:

O programa poderá desenvolverse en distintos momentos:

- a Na hora de titoría.
- b Noutras horas da xornada lectiva que se acorde.

4 Recursos:

- a Persoais:



Alumnado.
Profesorado.
Profesorado titor.
Persoa orientadora.
Equipo directivo.
Familias.
Persoal dos servizos sociais, centro saúde...

- b Materiais:
Cuestionarios.
Entrevistas.
Bibliografía.
Películas.
Folletos informativos.

COLABORACIÓN DO PROFESORADO

A titoría ofrece outro espazo para tratar a fondo e de forma sistemática as habilidades sociais. O profesorado titor levará a cabo na hora semanal de titoría un programa de adestramento en habilidades sociais, deseñado polo departamento de orientación.

O resto do profesorado poderá aproveitar os coñecementos adquiridos polo alumnado no devandito adestramento para abordar as situacións problemáticas que xurdan na aula; reducindo, deste xeito os conflitos interpersoais e logrando unha maior satisfacción de todos os integrantes da aula.

A xefa do departamento de orientación entregará ao profesorado un folleto con estratexias para previr a indisciplina e para actuar cando existan condutas disruptivas na aula.

AVALIACIÓN

A avaliación é un proceso continuo que se levará a cabo antes da intervención, durante a intervención e unha vez rematada.

O obxectivo principal da avaliación inicial é facer unha análise da situación de partida para concretar as necesidades existentes e determinar as habilidades nas que se vai incidir e os recursos que se van empregar, entre outros aspectos.

Durante a implementación do programa realizarase unha avaliación continua que permitirá ir recollendo información sobre o proceso de ensinanza-aprendizaxe co fin de modificar e reorientar a intervención, se fose necesario. Cómpre ir avaliando se os obxectivos específicos que se programaron estanse a conseguir ou non.



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA DE CULTURA,
EDUCACIÓN, FORMACIÓN
PROFESIONAL E UNIVERSIDADES



886 111 003

ies.guia@edu.xunta.gal

<http://www.edu.xunta.gal/centros/iesguia/>

Avda. Dona Fermina, nº 1 - 36207 Vigo



A avaliación final pretende determinar a efectividade da intervención e o grao de consecución dos obxectivos propostos. Avaliarase ademais, a adecuación das actividades, dos recursos empregados, dos tempos e espazos...

Os instrumentos de avaliación que se empregarán serán os cuestionarios, a observación directa en situación naturais, as entrevistas, os autoinformes e as follas de rexistro, entre outros.