

# PROYECTO DE INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES

**DIRECCIÓN:** M<sup>a</sup> Esther Ruiz Palomo.

**COLABORADORES:** Departamento de Orientación del I.E.S. "Félix Rodríguez de la Fuente" y tutores del Primer Ciclo de Educación Secundaria

## ÍNDICE

1. PROYECTO DE INTERVENCIÓN: Introducción y justificación.....	1
2. ANÁLISIS DE LA REALIDAD.....	2
2.1. Contexto.....	2
2.2. Características del colectivo.....	2
3. PROCESO DE APLICACIÓN.....	4
3.1. Objetivos.....	4
3.2. Contenidos.....	5
3.3. Temporalización y recursos.....	6
3.4. Metodología y técnicas fundamentales.....	6
3.5. Sesiones.....	8
3.5.1. 1º E.S.O.....	8
3.5.2. 2º E.S.O.....	12
4. EVALUACIÓN.....	18
4.1. Del Proyecto.....	18
4.2. De los alumnos.....	19
5. REFLEXIÓN Y CONCLUSIONES.....	22
6. ANEXO: Material para el alumno, cuestionarios y fichas, cuestionarios de evaluación.....	27
7. BIBLIOGRAFÍA.....	47

## **1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN**

En un primer contacto con la Orientadora del Centro y tras estudiar la problemática concreta del centro decidimos llevar adelante el proyecto de “Desarrollo de Habilidades Sociales” ya que, en ese estudio inicial, se vio que el mayor problema al que se enfrentan en las aulas diariamente es al hecho de que los alumnos no saben comportarse de forma asertiva en situaciones de conflicto, sino que las resuelven a gritos o, lo que es peor, de forma violenta.

Las Habilidades Sociales en los alumnos son el conjunto de conductas que manifiestan en su relación con los demás, a través de las cuales expresan sus sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos, pero de un modo adecuado a la situación, y respetando, al mismo tiempo, esas conductas en los demás.

Contribuyen a la reducción de comportamientos problemáticos en el aula y del malestar de los alumnos, pero, además, se suman al repertorio adaptativo y social, contribuyendo a la autoestima, responsabilidad, empatía, resolución de problemas, establecimiento de relaciones positivas, etc.

El Programa se dirige a alumnos de primer ciclo de secundaria que se encuentran en una edad en la que pueden aparecer conductas problemáticas que dificulten las relaciones interpersonales en el aula. Se trata de prevenir la aparición de situaciones preocupantes, como los comportamientos desafiantes y negativos en la relación alumno/alumno, alumno/profesor, la búsqueda de atención, las actuaciones poco reflexivas, interrupciones injustificadas, etc.

El Proyecto de Desarrollo de Habilidades Sociales incluye el tratamiento de las siguientes estrategias:

1. Asertividad: 2 sesiones. 1º de E.S.O.
2. Resolución de conflictos: 1 sesión. 2º de E.S.O.

3. Resistir a la presión del grupo: 1 sesión. 2º de E.S.O.

El manejo de estas estrategias llevará al alumno a un comportamiento más hábil en las diversas situaciones sociales.

## **2. ANÁLISIS DE LA REALIDAD**

### **2.1. Contexto.**

El Proyecto se llevó a cabo en el I.E.S. "Félix Rodríguez de la Fuente", Centro de Educación Secundaria de un entorno urbano, con una capacidad de 762 alumnos

Como se ha indicado anteriormente, el trabajo se dirigió a alumnos de 1º y 2º de E.S.O. El Centro cuenta con siete unidades de 1º de E.S.O. y seis unidades de 2º de E.S.O., con un número de 20- 28 alumnos por unidad.

El Proyecto se aplicó de forma diferenciada, es decir, a los alumnos de 1º dos sesiones sobre *Asertividad* y a los de 2º una sesión sobre *Resolución de Conflictos* y otra sobre *Resistir a la presión del grupo*, pero dentro de esta diferenciación, todas las unidades de 1º y todas las de 2º siguieron las mismas pautas generales y la misma temporalización, aunque estuvimos abiertos a que, en todo momento, el tutor realizara si fuera necesario, las oportunas modificaciones en función de las características y necesidades de cada unidad.

### **2.2. Características del colectivo.**

La edad de los alumnos participantes en el Proyecto es de 12- 14/ 15 años; se encuentran pues en la adolescencia.

Se considera esta etapa como aquella en la que la formación de la personalidad se va haciendo más precisa y va tomando forma de manera determinante. Es un momento crucial del desarrollo que se caracteriza por la búsqueda de una estabilidad definitiva.

Se trata de una etapa de transición en la que ya no se es un niño, pero en la que aún no se pueden considerar adultos. Todavía dependen de los padres y viven con ellos; están realizando la transición de un sistema de apego centrado en gran parte en la familia, a un sistema de apego centrado en el grupo de iguales.

Se sienten miembros de una cultura de edad caracterizada por tener sus propias modas y hábitos, su propio estilo de vida, sus propios valores. Se plantean problemas y preocupaciones que ya no son las de la infancia, pero que todavía no coinciden con las de los adultos.

En este momento es de gran interés la elaboración de un proyecto para sí, capaz de dar significado a todas las conductas y comportamientos personales, y constituido por los valores y actitudes que cada persona hace propios.

Los adolescentes demandan el derecho de la autoproyección, rechazando la dependencia tanto de los valores de la infancia como de los del mundo adulto. Elaboran una imagen de sí mismos destinada a los propios intereses y a las decisiones individualmente seleccionadas.

A pesar de esta pretensión de autonomía, el adolescente está influenciado continuamente por los modelos de comportamiento difundidos en la cultura en la que vive y con la que se identifica. La autoproyección se da, por tanto, en el contexto de una autonomía relacionada y dependiente, fruto de una toma de conciencia entre el individuo y la sociedad a la que pertenece.

Así pues, esta es una etapa crucial para la definición de uno mismo, para consolidar la estructura de la personalidad. Es una etapa importante para la adquisición de valores y actitudes básicas de cara a un comportamiento social aceptable. Dichos valores y actitudes pueden ser asumidos de una forma más o menos duradera e integrada, o bien marginados o eliminados del proyecto vital.

En el desarrollo del Proyecto deberemos tener en cuenta las características específicas de la edad, así como las diferencias individuales, y aprovechar el incremento de la capacidad reflexiva y la regresión del egocentrismo, para conseguir un mejor aprovechamiento de las actividades que puede redundar en una evolución más positiva en las relaciones interpersonales.

### **3. PROCESO DE APLICACIÓN**

#### **3.1. Objetivos generales**

El objetivo fundamental del Proyecto es: ayudar al alumno a reflexionar sobre las propias, conocer otras opciones, identificar situaciones, conocer formas de reaccionar ante determinadas situaciones, etc.

1. Mejorar la capacidad de los alumnos para identificar, percibir y compartir los sentimientos de los otros.
2. Desarrollar su capacidad empática.
3. Desarrollar su habilidad para escuchar a los demás.
4. Mejorar su habilidad de expresión emocional.
5. Proporcionar técnicas para reaccionar de forma asertiva ante las situaciones.
6. Mejorar la capacidad para desarrollar estrategias que puedan emplear en las distintas situaciones en que se encuentren.
7. Adquirir habilidades para afrontar situaciones problema que se presenten.
8. Ayudarles a negociar para evitar conflictos que hagan peligrar las relaciones.
9. Facilitar respuestas ante situaciones de presión grupal.

## 3.2. Contenidos

### a) *Conceptos.*

- Persona asertiva.
- Persona pasiva.
- Persona agresiva.
- Persona hábil socialmente.
- Conflicto.
- Técnica del “uno gana y el otro pierde.
- Negociación.
- Apoyo grupal.
- Presión grupal.

### b) *Procedimientos.*

- Realización de debates reflexivos.
- Elaboración de cuestionarios.
- Resolución de situaciones modelo tanto en forma de cómics como noveladas.
- Resolución de frases- mural.

### c) *Actitudes.*

- Respeto ante las distintas opiniones e ideas que surjan en clase.
- Reconocimiento y aceptación de la existencia de conflictos interpersonales y grupales.
- Valoración del diálogo como instrumento reflexivo para llegar al consenso y a la toma de decisiones.
- Valoración del enriquecimiento personal que supone la relación con los demás.

### 3.3 Temporalización y Recursos

El Proyecto se llevó a cabo en el segundo trimestre del curso, a la vuelta de vacaciones de Navidad, en las horas de tutoría, es decir con una sesión semanal, con lo que la duración total fue de dos semanas.

Esta temporalización era abierta dejando a criterio del tutor la decisión de aumentar o reducir el número de sesiones según las características concretas de su grupo.

En cuanto a los **recursos** empleados estos fueron:

- *Recursos personales:* el tutor y los propios alumnos.
- *Recursos materiales:* el aula, el encerado y las fichas de trabajo.

### 3.4. Metodología y técnicas fundamentales

Propusimos una **metodología**:

- *Activa:* el centro de atención se sitúa en el grupo. El tutor debe hacer propuestas evitando toda relación autoritaria e impositiva y manteniendo una actitud abierta que permita y fomente la participación del grupo de alumnos.
- *Experiencial:* fundamentada en el desarrollo de vivencias y experiencias personales y partiendo de situaciones “ejemplo” que los alumnos puedan percibir como propias.
- *Crítica:* que ayude a deshacer falsos supuestos y que fomente el análisis y la reflexión, así como la toma de conciencia de nuestras creencias, opiniones, sentimientos y actitudes, contrastándolas con las de los otros.
- *Metodología que desarrolle el análisis.*
- *Metodología que favorezca el diálogo interpersonal,* entre compañeros y a partir de las actividades propuestas.



Las **técnicas** de acción pedagógica empleadas en el desarrollo del Proyecto fueron:

1. *Técnicas de participación activa:*

- Grupo de discusión.
- Estudio de casos.

2. *Técnicas de cooperación:*

- Grupo de investigación y de trabajo.

3. *Técnicas de comunicación persuasiva:*

- Discusión dirigida.
- Frase- Mural.

4. *Técnicas individuales:*

- Cuestionarios.

El uso de las diferentes técnicas debe ser lo suficientemente flexible para permitir la adaptación de las actividades al ritmo de trabajo de los alumnos.

Consideramos estas técnicas adecuadas en cuanto que permiten poner a los alumnos en situación de confrontar e intercambiar opiniones con el fin de aceptar aquello que hay de positivo o válido en las valoraciones de los demás.

Este intercambio será el punto de partida en el proceso de transformación de las propias creencias, de ahí la utilización de técnicas de participación y de técnicas de comunicación persuasiva que favorezcan la modificación de ideas sustentadas por la persona.

En cuanto a las **líneas de actuación** éstas fueron:

- Buscar que los alumnos se sientan motivados en los temas que traten, de tal manera que ellos mismos participen activamente.
- Crear un clima de libre comunicación y libertad de expresión.
- Impulsar la producción de trabajos que conlleven cierta originalidad e imaginen nuevas soluciones, puntos de vista, etc.
- Adoptar una actitud de respeto inicial de todas las aportaciones, aunque posteriormente sea necesario criticarlas y seleccionarlas.
- Buscar diversos enfoques a los problemas para alentar la reflexión.
- Estimular la participación de todos, profundizando en las relaciones interpersonales y los intercambios.

### **3.5. Sesiones**

#### ➤ **1º E.S.O.**

- **ASERTIVIDAD**

#### Objetivos:

- Destacar la importancia de las habilidades interpersonales.
- Conocer qué se entiende por ser socialmente hábil.
- Analizar situaciones en que puede ser útil ser socialmente hábil.
- Comprender las diferencias entre conducta asertiva, agresiva y pasiva.
- Describir los elementos necesarios para ser hábil socialmente.

#### **A) Sesión primera**

#### Conceptos clave:

- Persona asertiva: expresa directamente lo que siente, sus necesidades, derechos y opiniones sin violar los derechos de los demás.

- Persona pasiva: no es capaz de expresar sus pensamientos, opiniones, pensamientos, etc. o le cuesta mucho. Le resulta muy difícil decir NO.
- Persona agresiva: expresa sus sentimientos, opiniones, deseos, etc. de forma inapropiada, violando los derechos de los demás.
- Persona hábil socialmente: aquella que en sus relaciones con los demás dice lo que siente, lo que piensa o quiere hacer, sin herir a los demás, respetando el derecho de los otros a hacer lo mismo.

Distintas formas de reaccionar ante las situaciones:

ASERTIVOS	PASIVOS	AGRESIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresan lo que sienten sin violar los derechos de los demás</li> <li>- Se comunican mejor</li> <li>- Acompañan su expresión con gestos y posturas adecuados</li> <li>- Piensan antes de hablar</li> <li>- Se respetan a sí mismos y les respetan</li> <li>- Se sienten satisfechos</li> <li>- Tienen más confianza</li> <li>- A menudo resuelven problemas</li> <li>- Se gustan a sí mismos y a los demás</li> <li>- Se defienden bien en sus relaciones con los demás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tienen dificultad en expresar sus sentimientos, etc.</li> <li>- Les cuesta mucho decir NO</li> <li>- Se sienten incomprendidos, manipulados</li> <li>- Se sienten mal: enfadados, molestos...</li> <li>- Terminan haciendo cosas que no desean</li> <li>- A veces se sienten inferiores</li> <li>- Se sienten solos</li> <li>- Alguna vez pueden "estallar" de forma desproporcionada</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tienen conflictos con los demás</li> <li>- Ofenden, insultan, humillan y amenazan</li> <li>- Emplean gestos amenazantes, lenguaje ofensivo</li> <li>- Muestran desprecio por los demás y por sus opiniones</li> <li>- Pierden el control de sí mismos</li> <li>- Tienen deseos de poder</li> <li>- Piensan que son superiores</li> <li>- No gustan a los demás, la gente les evita y van perdiendo amigos.</li> <li>- Crean resentimiento en los demás</li> </ul>

### Desarrollo:

- *Ejemplo:* Vamos a ver distintas formas de comportarnos ante las situaciones. (FICHA 1, material del alumno. Ver ANEXO)

A través de preguntas se van deduciendo las cualidades de cada forma de comportamiento: ¿cómo son?, ¿qué hacen?, ¿qué piensan?, ¿cómo tratan a los demás?, etc. Las conclusiones se escriben en la pizarra.

Actividad 2: Se reparten frases (una por alumno) (FICHA 2, material del alumno. Ver ANEXO) que suelen ser empleadas por las personas en cada uno de los comportamientos anteriores.

En la pizarra se hacen tres columnas separando los tres tipos de comportamiento vistos; los alumnos irán saliendo a colocar en la columna que crean la frase que les ha correspondido explicando el porqué.

Actividad 3: colocamos a los alumnos en grupos de 3-4. Se les reparten 3 situaciones diferentes (FICHA 3, material del alumno. Ver ANEXO). En un tiempo aproximado de 10' deben identificar los tres tipos de comportamiento y razonar el porqué. Cada grupo elegirá un portavoz que intervendrá en la puesta en común en gran grupo.

### **B) Sesión segunda**

- Repasar conceptos de la sesión anterior.
- Ronda de opiniones:
  - ¿Qué podemos hacer para que nuestra conducta sea más asertiva?:
    - Pensar qué queremos hacer, decir,... antes de actuar.
    - Pensar en las consecuencias de nuestra conducta.
    - Actuar respetando los derechos de los demás.

- Comprender y escuchar a los demás.
- Ponernos en el lugar del otro para reconocer puede sentirse.
- ¿Cómo?: defendiendo tu postura sin ofender ni fastidiar a los demás.
- ¿Para qué?: para resolver los problemas con habilidad y sin enfadarte.

Actividad 1: los alumnos se colocan en grupos de 3-4 miembros. Entre los distintos grupos se distribuyen, una por grupo, distintas situaciones (*FICHA 4, material del alumno. Ver ANEXO*). En un tiempo máximo de 10´deberán pensar formas de comportamiento asertivo para las mismas. A continuación, y tras elegir un portavoz de cada grupo, se realiza la puesta en común.

Actividad 2: se reparte el cuestionario (*FICHA 5, material del alumno. Ver ANEXO*) que los alumnos deberán responder de forma anónima e individual. El cuestionario se autocorrige en clase con las indicaciones del profesor:

- 0- 10; tu conducta se puede considerar pasiva. Debes “espabilar” y manejarte bien con los demás. Tú tienes tus derechos y eres muy válido/a. Eres importante.
- 10- 20; funciones asertivamente; expresas directamente lo que sientes, necesitas y opinas. Sigue perfeccionando tus habilidades.
- Más de 20; este no es el camino para llegar a ser socialmente hábil. No se trata de avasallar, imponer y salirte siempre con la tuya. Reflexiona y piensa que lo que sienten y opinan los demás también existe.

➤ **2º E.S.O.**

• **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

Objetivos:

- Reconocer que los conflictos forman parte de las relaciones.
- Analizar las consecuencias del: “uno gana y el otro pierde”.
- Comprender y analizar la negociación.
- Desarrollar los pasos para la resolución de conflictos.
- Poner en práctica la estrategia de resolución de conflictos.

Conceptos clave:

- Conflicto: situación en la cual las metas o intereses se encuentran bloqueados por los de los demás.
- Técnica del “uno gana y el otro pierde”: situaciones que se resuelven satisfaciendo las metas de uno de los implicados, a expensas de los de los otros.
- Negociación: búsqueda de una alternativa de solución que resulte aceptable para ambas partes, teniendo en cuenta los sentimientos, motivaciones e intereses de todos los implicados.

Desarrollo:

Comenzamos con un debate en gran grupo:

- ¿Creéis que las discusiones forman parte de todas las relaciones?
- ¿Qué entendéis por conflicto?
- ¿Por qué son frecuentes las discusiones entre amigos? (Porque todos tenemos distintos gustos, opiniones, sentimientos, etc.).

- ¿Por qué cosas soléis discutir vosotros más a menudo?
- ¿Cuáles son las consecuencias de las discusiones?
- Si resolvemos el asunto con la técnica del “uno gana y el otro pierde”: ¿cómo se sentirá el que pierde?, ¿y el que gana?
- ¿Creéis que hay alguna otra forma de resolver los conflictos? ¿Cuál?
- ¿Habéis oído hablar de la “negociación”? ¿Qué es? (nos comunicamos con el otro para encontrar una solución aceptable para ambos; se respetan las necesidades de ambos; los dos desean encontrar una solución).

Las preguntas se pueden repartir entre los grupos de clase, que tendrán 5´ para pensar la respuesta.

- *Ejemplo (FICHA 1, material del alumno. Ver ANEXO)* (Para realizar en gran grupo, dirigido por el tutor)

Dentro de dos días tenéis examen de matemáticas. Santi, un compañero de clase, te pidió ayer los apuntes para fotocopiarlos y te dijo que te los devolvería hoy, pero no lo ha hecho. Cuando le has preguntado porqué te ha contestado que estuvo muy ocupado y no pudo hacer las fotocopias, así que te los devolverá mañana, sin embargo, tú habías decidido empezar a estudiar hoy.

- ¿Qué puedes hacer para mantener la calma?

Una vez calmado puedes escuchar y analizar mejor la situación.

### Pasos:

1. ¿Cuál es el problema? Definir el problema: describirlo.

- Situación: ¿Qué ocurre?
- Sentimientos: ¿Qué sentimientos están en juego?, ¿cómo me siento yo?, ¿cómo se siente el otro?

- Necesidades: ¿Qué nos gustaría que ocurriese: a mí; al otro?
2. Pensar en varias soluciones. Haz una lista de las alternativas.
  3. Adivinar las consecuencias. Estudia las consecuencias y selecciona la mejor alternativa:
    - ¿Conseguiré mi objetivo?, ¿funcionará?
    - ¿Cómo me sentiré?, ¿cómo se sentirá el otro?
    - ¿Qué puede suceder?
  4. Tomar una decisión. Ponla en práctica: ¿Cuándo?, ¿dónde?, ¿cómo?
- Explica la situación de forma específica y concreta.
  - Ten en cuenta las necesidades de ambos; refleja y expón los sentimientos de ambos.
  - “Deseo encontrar una solución adecuada”.
  - Da tu opinión y escucha la del otro.

Actividad 2: (FICHA 2, material del alumno. Ver ANEXO). Los alumnos se colocan en grupos de 3-4. Se reparte entre los mismos una situación problemática. Siguiendo los pasos anteriormente indicados, y en un tiempo máximo de 15', deberán proponer una solución “negociada” para dicha situación. A continuación, y tras haber elegido cada grupo un portavoz, se realizará una puesta en común.

Actividad 3: (FICHA 3, material del alumno. Ver ANEXO). Los alumnos responderán de forma anónima e individual al cuestionario. Éste se autocorregirá en clase con las instrucciones del tutor:

- 0- 6; debes animarte a solucionar problemas. No te desanimas y toma decisiones aunque sea con la ayuda de alguien.
- 7- 12; vas por buen camino; tienes buena mano para solucionar problemas.



- 13- 18; eres demasiado arrollador. Reflexiona y date cuenta de que, aunque tú no veas problemas, estos sí existen.

- **PRESIÓN DEL GRUPO.**

Objetivos:

- Aprender a dar respuestas negativas asertivas en situaciones de presión.
- Comprender las diferencias entre apoyo grupal y presión grupal.
- Identificar situaciones de presión.
- Aprender los pasos del proceso para reaccionar ante situaciones de presión.

Conceptos clave:

- Apoyo grupal: relaciones con los compañeros a través de las cuales el grupo proporciona a los miembros ayuda de forma que se sientan todos a gusto en él.
- Presión grupal: insistencia de algunos de los miembros para que todos se conformen en la forma de vestir, de ser, de actuar, etc.

Desarrollo:

Comenzamos con un debate en gran grupo:

Todos necesitamos formar parte de un grupo, tener nuestro grupo de amigos, de compañeros de clase, etc.:

- ¿Cuáles son las ventajas de pertenecer a un grupo?
- ¿Cuáles son los inconvenientes de pertenecer a un grupo?
- ¿Sabéis lo que es la presión del grupo?
- ¿Alguna vez os habéis sentido obligados a hacer algo que no queríais?

- ¿Por qué creéis que podría ser importante resistir la presión del grupo?

Las preguntas se pueden repartir entre los grupos de clase, que tendrán 5' para pensar la respuesta.

- *Ejemplo: (FICHA 1, material del alumno. Ver ANEXO). Un grupo de compañeros te “invita” a ir con ellos, durante el recreo, a la parte trasera del edificio. Sabes que van a fumar y tú no quieres.*

- ¿Cuál es el problema? ¿Qué es lo que quiere que hagas y por qué?
- ¿Cómo te sientes?
- ¿Qué te gustaría que ocurriera?
- ¿Cómo podrías reaccionar?
- ¿Cuál es la mejor opción que tienes?, ¿por qué?, ¿qué consecuencias tiene esa opción?, ¿qué otra cosa podrías hacer?
- ¿Cómo puedes comunicárselo al otro?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿cómo?
- ¿Cuál puede ser la respuesta del otro?
- ¿Qué podría hacer?
- Si no funciona, ¿qué puedes hacer?

(Los pasos son los mismos que los que se aprendieron para la sesión de *Resolución de conflictos*).

Una técnica que se puede emplear:

- Dejar hablar a la persona hasta que acabe. No interrumpirla.
- Decir NO sin dar justificaciones, de forma breve y directa, sin excusas.
- Utilizar la primera persona, YO: YO prefiero...
- Repetir nuestro mensaje de forma clara y persistente, como un “disco rayado”.
- Si la situación es difícil:

- ponerse en el lugar del otro: “te comprendo, pero...”
  - repetir nuestro mensaje. Repetir el NO.
  - evitar los chantajes emocionales: “no me presiones...”
- 
- Si continúa insistiendo, obligarle a cerrar la conversación: “no te esfuerces porque ya he decidido que NO...”
  - Si aún así continúa insistiendo:
    - retirar la mirada,
    - dejar de responder,
    - marcharnos.
  - No alterar nuestros gestos.

Actividad 2: (*FICHA 2, material del alumno. Ver ANEXO*). Los alumnos reciben una situación y, de forma individual, deberán pensar la mejor forma de resolverla siguiendo los pasos aprendidos y utilizando la técnica expuesta en clase. Se hace una puesta en común en la que se discuten los pasos del proceso que cada uno ha dado, etc.

Actividad 3: (*FICHA 3, material del alumno. Ver ANEXO*). Los alumnos se distribuyen en grupos de 3-4. Se reparten entre los grupos las fichas para que, en un tiempo de 10', completen las viñetas del cómic. Se puede realizar una puesta en común, o se pueden recoger las hojas para su posterior revisión (anónimas o firmadas, es indistinto).

## **4. EVALUACIÓN**

### **4.1. Del Proyecto**

Evaluamos el proyecto a través de un cuestionario dirigido a los tutores (ANEXO) y de la observación realizada en el aula, del interés que el mismo despertó en los alumnos y de su respuesta a las distintas actividades desarrolladas en el aula.

#### **4.1.1. Resultados obtenidos.**

Tras el análisis de las respuestas al cuestionario de evaluación pudimos ver que la totalidad de los tutores considera que la experiencia ha sido adecuada al nivel en el que se ha aplicado y que el tema de la misma es relevante.

Señalan que las ventajas de dicha experiencia son: es dinámica, interesante y participativa, potencia la actitud crítica y la reflexión, permite a los alumnos conocer distintos tipos de personalidades dentro de los cuales pueden reconocerse a ellos mismos y mejorar su carácter. Así mismo les permite ver las consecuencias de los problemas de convivencia, adquirir comportamientos adecuados, expresarse y compartir sus problemas con los demás y valorar y clasificar distintas actitudes.

Entre los inconvenientes que han encontrado están: cierta alteración del orden en el trabajo en grupos, falta de tiempo para realizar todas las actividades (en algunos casos estas se consideran excesivas), algún curso ha tenido dificultades para imaginar los problemas si ellos no los tienen por lo que sería conveniente dejar un tiempo dedicado a los problemas personales. En otro curso ha habido problemas para que los alumnos se expresasen más allá del “sí” o del “no”.

Los tutores han considerado que lo más importante de la experiencia ha sido: facilitar a los alumnos que expresen sus ideas, profundizar con ellos en un tema y

las aportaciones realizadas por los alumnos. Se indica también, en un caso, que ha sido importante el ofrecer una visión general y de actuación ante situaciones semejantes.

En cuanto a cómo se han sentido los tutores al realizar la experiencia encontramos que, en general, todos han estado bastante o muy seguros, satisfechos, cómodos y dominando la situación. Sólo en un caso vemos que el tutor no ha dominado del todo la situación y en otro no se ha encontrado cómodo con el desarrollo de la experiencia.

La media de sesiones empleadas en la aplicación del proyecto ha sido de tres; encontramos dos casos que han empleado dos sesiones, y que señalan que necesitarían una más, otro caso en que se han empleado cuatro y un último caso que ha empleado seis. Consideran que el número de sesiones es adecuado y que el proyecto es lo suficientemente flexible para poder adaptarlo a las necesidades concretas del grupo.

En cuanto al material creen que es suficientemente motivador y sugerente, adecuado y bien secuenciado, aunque apuntan que las “frases- mural” deben ser más concretas para no inducir tanto a la ambigüedad.

Algunos tutores sugieren más brevedad, fichas más sencillas de explicar a los alumnos, trabajar con los problemas que los alumnos sugieran y, por último, realizar un catálogo de situaciones con las aportaciones de los alumnos para trabajos posteriores.

#### **4.2. Del alumnado.**

En este caso no nos interesó una evaluación cuantitativa, sino cualitativa del alumnado, dado que es un proyecto a desarrollar en las horas de tutoría y, como tal, lo interesante es el proceso.

Esta evaluación se realizó mediante la observación sistemática a lo largo de las distintas sesiones, mediante el análisis de los trabajos realizados en el aula y a través del cuestionario de evaluación realizado por los tutores. Esta evaluación fue, así mismo, útil para la evaluación del proyecto y la autoevaluación.

En la observación se tuvieron especialmente en cuenta:

- Grado de participación en las distintas actividades.
- La creatividad y espontaneidad a la hora de ofrecer soluciones.
- Las actitudes.

#### **4.1.2. Resultados obtenidos.**

Como se pudo comprobar, tanto a través de la observación realizada, como gracias a los resultados del cuestionario de evaluación cumplimentado por los tutores, el grado de participación, interés y motivación de los alumnos fue bueno, e incluso podríamos decir que muy bueno, con una excepción en un grupo de 2º E.S.O., en el que el tutor comenta que el interés fue medio pues, habitualmente, emplean las tutorías para hablar de sus problemas, y otros dos grupos, también en 2º E.S.O., en los que el interés y la atención han decayeron en las sucesivas sesiones.

A la hora de realizar actividades en grupo, se ha dado un caso, en un grupo de 2º de E.S.O., de escasa comunicación entre los componentes. Salvo esta particularidad, el ambiente en las clases ha sido de diálogo y comunicación.

Del análisis de las fichas realizadas en clase (ANEXO) podemos decir que, tanto en 1º E.S.O. como en 2º E.S.O., los alumnos han seguido correctamente los pasos señalados para la resolución de las distintas situaciones.

En el caso concreto de la cumplimentación de las viñetas (2º E.S.O.) los alumnos han sido muy creativos; además, la inmensa mayoría (18) ha resuelto la situación sin ceder a la presión y de forma asertiva, aunque encontramos unos pocos casos de resolución pasiva (5) y otros pocos, 4, de resolución agresiva de los cuales dos no ceden pero de forma agresiva y otros dos toman parte activa en la situación.

En el curso de 2º F, la tutora les propuso redactar una situación personal real pensando cómo actuaron y si ahora reaccionarían de igual manera. En algunos casos se lee que ahora actuarían de otra manera y sólo dos dicen que volverían a reaccionar igual.

Pasemos ahora a los resultados de los cuestionarios realizados.

### **1º E.S.O.**

Pudimos apreciar que la mayor parte de los alumnos se encuentran en la banda de la asertividad (puntuación 10-20). No encontramos ningún caso de comportamiento pasivo (puntuación 0-10), y aunque hay un caso que se acerca al comportamiento asertivo-pasivo el resto se comporta de una forma bastante o completamente asertiva.

En cuanto a la banda de la agresividad (puntuación 20-30), vimos que en ella se situaba un pequeño grupo de alumnos, pero que el resto, excepto un caso de comportamiento altamente agresivo (puntuación de 27) se acerca más al comportamiento asertivo-agresivo.

Hemos de tener en cuenta que un comportamiento raras veces es 100% pasivo o asertivo o agresivo y que, aunque lo deseable es un comportamiento totalmente asertivo, en determinadas circunstancias puede haber pequeñas desviaciones hacia una relativa pasividad o agresividad. Sí que resulta preocupante el caso del

alumno que muestra un comportamiento altamente agresivo, pero su seguimiento es un cometido que excede al objeto de este proyecto.

## **2º E.S.O.**

Al analizar los resultados pudimos comprobar que los alumnos poseen bastante capacidad para resolver los conflictos y que se relacionan bastante bien con los demás. Encontramos a la mayor parte de los alumnos dentro de la banda de lo que es una forma deseable de relación y resolución de conflictos (puntuación 6-12) y un pequeño grupo (6) que, a pesar de tener puntuaciones dentro de la franja de la relación por imposición (puntuación 12-18), no se encuentran cerca de la agresividad y, analizando las respuestas al cuestionario, vimos que la mayoría de las veces resuelven las situaciones sin agresividad y no tienen problemas serios de relación.

Es grato comprobar que no hay alumnos que, en su relación con los demás, se dejen manipular y no hagan valer sus derechos con el diálogo (puntuación 0- 6).

## **5. REFLEXIÓN Y CONCLUSIONES**

A la hora de la elaboración de un proyecto es imprescindible tener en cuenta, como factor fundamental, las diferencias individuales en términos de desarrollo conductual, cognitivo, biológico y emocional. Aunque los alumnos tengan la misma edad cronológica, su nivel de madurez puede variar, así como la maduración de las distintas áreas de su desarrollo.

Es importante señalar que, a la hora de llevarlo a cabo de forma adecuada, influyen otro tipo de factores que es necesario tener en cuenta, como el sexo, el entorno en que viven y se desarrollan, la clase social a la que pertenecen, etc., y no perder de vista que, además de las diferencias individuales de los alumnos, cada grupo presenta unas características determinadas. Ésta ha sido una de las



dificultades con las que nos hemos encontrado en el desarrollo del proyecto: los distintos ritmos y características de los grupos.

Para vencer, o tratar de vencer este problema, procuramos que el proyecto fuese lo suficientemente flexible para que cada tutor pudiera adaptarlo a las circunstancias concretas de su grupo clase. A tenor de los resultados del cuestionario de evaluación este objetivo se ha cumplido.

Otro problema al que nos enfrentamos fue el del cálculo de tiempo. No tuvimos en cuenta tres factores fundamentales: la duración de las sesiones (50'), el tiempo inicial de cada sesión que se dedica a la disciplina, y el tiempo que se "pierde" al organizar a los alumnos en grupos de trabajo. Estos aspectos influyeron en la temporalización del proyecto de tal manera que, lo que supusimos que se podría realizar en dos sesiones hubo que llevarlo a cabo en tres o más, según casos.

En principio propusimos a los tutores que, para no dilatarnos excesivamente en el tiempo, seleccionasen, de todas las actividades, aquellas que considerasen más adecuadas o interesantes, pero, con una excepción, el resto no llevó a cabo esta selección bien porque no fue necesaria, bien porque, al no estar familiarizados con el material no estaban seguros de su relevancia.

Este es otro aspecto que no se tuvo en cuenta, que el profesorado no es "especialista" en temas relacionados con las Habilidades Sociales, lo que conlleva una tarea previa de "educación de los tutores" en estos temas, su importancia, la conceptualización de los mismos, y, en definitiva, hacer que asimilen el material.

Por este motivo, el paso previo fue una reunión con los tutores y posteriormente la elaboración de un material para el alumno, que fuese claro, que incidiese directamente en los aspectos que se querían trabajar, que dejase bien sentados los objetivos que se perseguían así como los conceptos fundamentales y que

resultase atractivo y motivador. A la vez debería permitir la posterior adaptación, si las circunstancias de cada grupo así lo requerían.

En el desarrollo de un proyecto de Habilidades Sociales tiene gran importancia la concepción (ideas preconcebidas) que el tutor tenga acerca del tema. A la hora de presentar el proyecto a los tutores encontramos también algunas dificultades dado que alguno de ellos sentía un cierto escepticismo, lo percibían como algo extraño y dudaban de la eficacia del proyecto e, incluso, de que la participación de los alumnos fuese a ser abierta y sincera. Incluso apreciamos cierta falta de interés por el proyecto.

No obstante estos problemas iniciales hemos de decir que, finalmente, el proyecto se llevó a cabo de forma bastante satisfactoria para todos y que, además, se apreció un cambio de actitud hacia el mismo en varios de los tutores.

Su desarrollo siguió un ritmo diferente en los distintos grupos debido al tratamiento paralelo de otros proyectos, incluidos en el Plan de Acción Tutorial, tales como: Taller de Consumo, Taller de Publicidad y Programa de Cruz Roja “Educación para la Paz”, programados con anterioridad y que se han ido realizando de forma alterna en los distintos grupos.

Ello originó desfases en el proyecto de Habilidades Sociales en cuanto a la continuidad de las actividades dado que, mientras unos grupos estaban en la tercera sesión otros no habían comenzado o, en otros casos, se realizaba la primera sesión, a la semana siguiente se trabajaba en otro proyecto y a la siguiente se retomaba el de Habilidades.

Desconocemos hasta qué punto esto habrá afectado a la efectividad del programa. Es posible que se haya producido una cierta dispersión en cuanto al contenido del mismo. Puede haber influido en que, en algún grupo, haya mermado el interés de los alumnos. Lo que sí ha modificado ha sido la finalización del

proyecto ya que, mientras unos grupos ya habían terminado otros se encontraban aún en pleno desarrollo. La única incidencia “tangible” de este hecho ha sido que los tutores afectados no realizaron el cuestionario de evaluación.

Todos estos aspectos señalados pueden dar una idea de la dificultad que supone programar un mismo proyecto para grupos tan diferentes y, por añadidura, dentro del Plan de Acción Tutorial que debe cubrir un amplio abanico de actividades y satisfacer múltiples intereses.

Encontramos que, del diseño “mental”, primero, que teníamos del proyecto, a lo que luego resultó, hay una gran diferencia. La elaboración de un “material de aula”, con la búsqueda de situaciones para las diferentes actividades, las ilustraciones que deberían acompañarlas para hacerlas más atractivas, el imaginar los diálogos y elaborar los cuestionarios supusieron un trabajo importante.

Nos sentimos muy complacidos al ver que los tutores, con una amplísima experiencia en el aula, consideraron ese material didáctico motivador, adecuado al nivel y al contenido y bien secuenciado.

En relación con dicho material, consideramos muy importante la sugerencia hecha por alguno de los tutores acerca de trabajar con los problemas que los alumnos sugieran y de dedicar más tiempo a opiniones y problemas personales, aunque, en un proyecto de este tipo, es fundamental trabajar primero con una o varias situaciones “modelo” y, a partir de ahí extrapolarlo a situaciones particulares.

Teniendo en cuenta las opiniones de los tutores, la observación directa que he realizada y el análisis de los trabajos de los alumnos, podemos decir que el proyecto ha cumplido los objetivos para los cuales se diseñó.

Cualquier proyecto de Habilidades Sociales es un proceso largo cuyos resultados no se observan a corto plazo, ya que exige además una maduración progresiva de

la personalidad del alumno, y ésta no se da en un momento determinado. Por eso con este proyecto, más que crear actitudes, se pretendía, tal y como vimos en los objetivos, ayudar al alumno a reflexionar sobre las propias, conocer otras opciones, identificar situaciones, conocer formas de reaccionar ante determinadas situaciones, etc. y es en este sentido que consideramos cumplidas las metas inicialmente propuestas.

La participación de los alumnos y el interés que han demostrado ha sido también un aspecto positivo. Éstos han hecho aportaciones muy interesantes a lo largo de las diferentes sesiones, lo cual es indicio de reflexión por su parte.

En cuanto a la implicación de los tutores en el proyecto tenemos que decir que también ha sido muy satisfactoria. A pesar de una cierta reticencia inicial, por otro lado no muy generalizada, han llevado a cabo el trabajo con gran interés y se han sentido seguros y cómodos en la puesta en práctica.

En resumen podemos decir que estamos satisfechos de los resultados del proyecto y de la colaboración de todas las personas que han posibilitado su puesta en práctica.

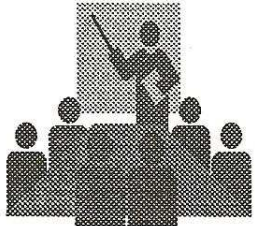

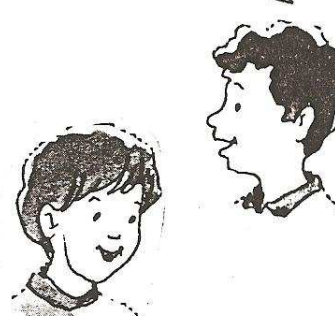
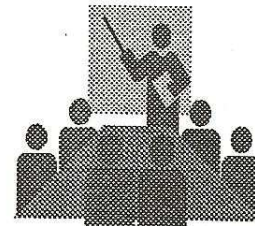


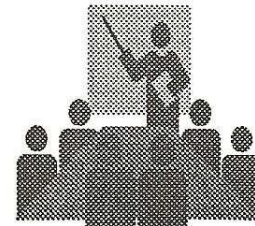


# ANEXOS

# Material para el alumno

# 1º de E.S.O.

# ASERTIVIDAD

FICHA 1:

<p>Juán es un compañero de clase que nunca toma apuntes pero siempre acaba pidiéndoselos a los demás. Hoy se los pide a Alberto, pero a éste no le gusta que se los copien.</p> 	<p>Eh, tío, ¿me dejas los apuntes de lengua de hoy?</p> 	<p>Lo siento, pero no te los dejo. Debías haberte preocupado de estar atento en clase.</p> 
<p>Juán es un compañero de clase que nunca toma apuntes pero siempre acaba pidiéndoselos a los demás. Hoy se los pide a Alberto, pero a éste no le gusta que se los copien.</p> 	<p>Eh, tío, ¿me dejas los apuntes de lengua de hoy?</p> 	<p>Vale, tómalos.</p> <p>Jo, los necesito, pero ¿como le digo que no?</p> 
<p>Juán es un compañero de clase que nunca toma apuntes pero siempre acaba pidiéndoselos a los demás. Hoy se los pide a Alberto, pero a éste no le gusta que se los copien.</p> 	<p>Eh, tío, ¿me dejas los apuntes de lengua de hoy?</p> 	<p>¿Tú estas tonto?, ¿qué te has creído, que soy tu criado?, janda y olvídamelo!</p> 



FICHA 2:

“PIENSO QUE...”.
“QUIERO...”.
“¿CÓMO PODEMOS RESOLVER ESTO?”.
“¿QUÉ TE PARECE?”.
“SIENTO...”.
“HAGAMOS...”.
“¿QUÉ PIENSAS?”.
“QUIZÁ TENGAS RAZÓN...”.
“SUPONGO QUE SERÁ ASÍ...”.
“ME PREGUNTO SI PODRÍAMOS...”.
“TE IMPORTARÍA...”.
“NO CREES QUE...”.
“BUENO, NO ES IMPORTANTE”.
“DA IGUAL, NO TE MOLESTES”.
“NO SEAS ESTÚPIDO, ES COMO DIGO YO”.

“ESTO ES LO QUE YO QUIERO”.
“NO ME IMPORTA LO QUE PIENSAS”.
“HARÍAS MEJOR EN ...”.
“ÁNDATE CON CUIDADO ...”
“TÚ ESTÁS BROMEANDO...”.
“SI NO LO HACES...”.
“¡DÉJAME EN PAZ...”.
“A MÍ QUE ME IMPORTA...”.
“¿PERO A TÍ QUÉ TE HE DICHO?”.
“ NO SÉ, ME DA IGUAL”.
“RISITAS” NERVIOSAS.
“BUENO, SI TÚ LO DICES...”
“EH! TÚ, TRAE AQUÍ”.
“DIME TÚ LO QUE OPINAS”.
“PODEMOS LLEGAR A UN ACUERDO”.
“¿ESTÁS DE ACUERDO CON...?”.

FICHA 3:

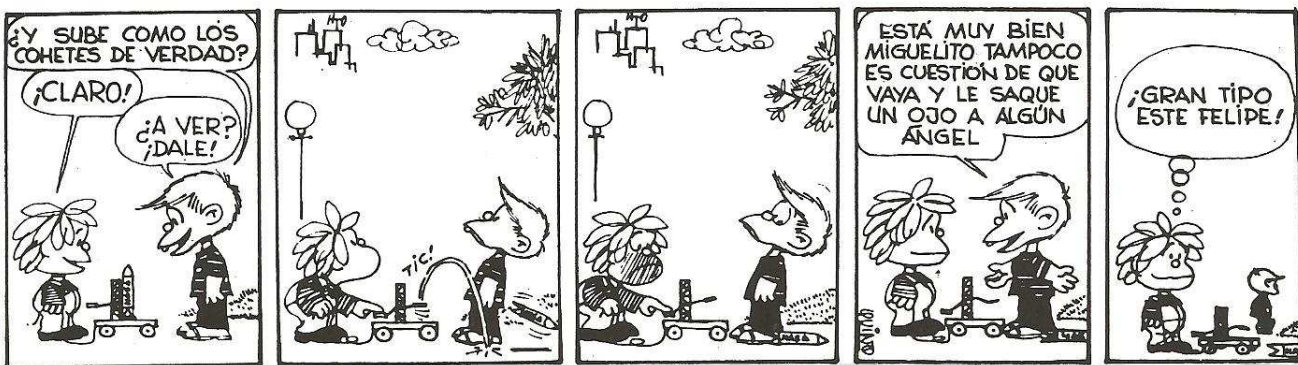
Observa y responde:



- ¿Qué tipo de comportamiento adopta Manolito?.- ¿Cómo debería haberse comportado?.- ¿Qué hubieras hecho tú?.



- ¿Cómo se comporta Felipe?.- ¿Y Mafalda?.
- Piensa otra forma de actuar en ambos casos.



- ¿Crees que el comportamiento de Felipe es asertivo?.- ¿Por qué?.

#### FICHA 4:

- Situación 1ª:

Dentro de dos días hay examen de inglés. Tu compañero de clase te pide prestado el libro de inglés porque ha perdido el suyo y no quiere pedir dinero en casa para comprar otro. Ves que lo necesita, y, aunque ya tienes preparado el examen, quieres repasar. Quieres seguir siendo su amigo pero no quieres prestarle el libro.

---

- Situación 2ª:

Hace un tiempo le dejaste a tu amigo un C.D. y aún no te lo ha devuelto. Alguna vez se lo has pedido y siempre te responde que “mañana”. Antes no te había importado que lo tuviese tanto, pero ahora lo necesitas para prestárselo a tu primo. No quieres enfadarte con él, sin embargo quieres que te devuelva el disco “ya mismo”.

FICHA 5: Respuesta a): 1 punto. Respuesta b): 2 puntos. Respuesta c): 3 puntos.

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| 1. En conversaciones con tus amigos:                                       |                          |
| a) Les cuento muy pocas cosas.   | <input type="checkbox"/> |
| b) Soy muy comunicativo, expreso lo que siento.                            | <input type="checkbox"/> |
| c) Impongo casi siempre mi punto de vista.                                 | <input type="checkbox"/> |
| 2. Si alguien me critica, yo:  |                          |
| a) Pienso que siempre tienen razón, soy yo el que falla.                   | <input type="checkbox"/> |
| b) Escucho la crítica; luego la aceptaré o la rechazaré, según.            | <input type="checkbox"/> |
| c) ¡Que se atrevan a criticarme!   | <input type="checkbox"/> |
| 3. En las relaciones con los demás suelen existir problemas.               |                          |
| Yo lo que hago es:   |                          |
| a) No suelo hacer mucho, ya lo resolverán los demás, y, si no, me aguanto. | <input type="checkbox"/> |
| b) Sí que suelo aceptar ideas.   | <input type="checkbox"/> |
| c) Lo resuelvo rápidamente...  | <input type="checkbox"/> |
| 4. Yo pienso de mí:  |                          |
| a) Psss, fallo en muchas cosas, soy un desastre.                           | <input type="checkbox"/> |
| b) Me veo bien; me relaciono bien con los demás.                           | <input type="checkbox"/> |
| c) Soy un fenómeno, no tengo fallos, soy superior.                         | <input type="checkbox"/> |
| 5. ¿Cómo funciona tu "coco"?:  |                          |
| a) Pienso cosas que me bajan la moral.                                     | <input type="checkbox"/> |
| b) Me defiendo bien.   | <input type="checkbox"/> |
| c) Yo no pienso.   | <input type="checkbox"/> |
| 6. ¿Qué tal te va con las personas del otro sexo?.                         |                          |
| a) Me da mucho corte.  | <input type="checkbox"/> |
| b) Normal, no lo hago mal.   | <input type="checkbox"/> |
| c) Sin problemas, consigo lo que quiero.                                   | <input type="checkbox"/> |
| 7. Cuando hablas con los demás, ¿empleas gestos adecuados?:                |                          |
| a) A veces suelo mirar a los ojos de quien me habla.                       | <input type="checkbox"/> |
| b) Sí.   | <input type="checkbox"/> |
| c) Y otros que yo me sé .....  | <input type="checkbox"/> |
| 8. En mi equipo o mi grupo yo...   |                          |
| a) Participo poco.   | <input type="checkbox"/> |
| b) Creo que coopero bastante.  | <input type="checkbox"/> |
| c) Sin mí no funcionaría.  | <input type="checkbox"/> |
| 9. Si te gusta la ropa o el pelo de un compañero tu:                       |                          |
| a) No digo nada.   | <input type="checkbox"/> |
| b) Le digo algo agradable.   | <input type="checkbox"/> |
| c) Le digo que está horrible; ¡qué pinta!                                  | <input type="checkbox"/> |
| 10. Cuando alguien viola mis derechos yo...                                |                          |
| a) Me aguanto.   | <input type="checkbox"/> |
| b) Le expreso mis quejas directamente pero con educación.                  | <input type="checkbox"/> |
| c) Pobre de él.  | <input type="checkbox"/> |
| TOTAL  | <input type="checkbox"/> |

2º de E.S.O.

# RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

## FICHA 1:

Dentro de dos días tenéis examen de matemáticas. Santi, un compañero de clase, te pidió ayer los apuntes para fotocopiarlos y te dijo que te los devolvería hoy, pero no lo ha hecho. Cuando le has preguntado porqué te ha contestado que estuvo muy ocupado y no pudo hacer las fotocopias, así que te los devolverá mañana, sin embargo, tú habías decidido empezar a estudiar hoy.



- ¿Qué puedes hacer para mantener la calma?  
Una vez calmado puedes escuchar y analizar mejor la situación.

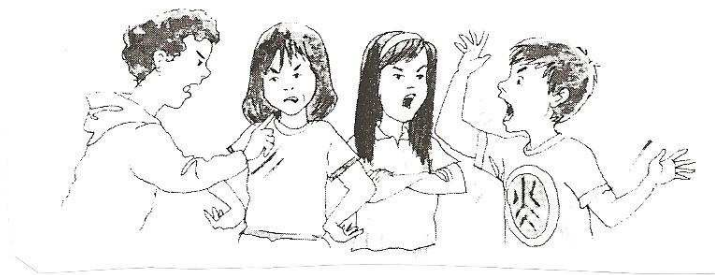
### Pasos:

1. ¿Cuál es el problema?. Definir el problema: Describirlo.
  - Situación: ¿Qué ocurre?
  - Sentimientos: ¿Qué sentimientos están en juego?, ¿cómo me siento yo?, ¿cómo se siente el otro?
  - Necesidades: ¿Qué nos gustaría que ocurriese: a mí; al otro?
2. Pensar en varias soluciones. Haz una lista de las alternativas.
3. Adivinar las consecuencias. Estudia las consecuencias y selecciona la mejor alternativa:
  - ¿Conseguiré mi objetivo?, ¿funcionará?
  - ¿Cómo me sentiré?, ¿cómo se sentirá el otro?
  - ¿Qué puede suceder?
4. Tomar una decisión. Ponla en práctica: ¿Cuándo?, ¿dónde?, ¿cómo?.
  - Explica la situación de forma específica y concreta.
  - Ten en cuenta las necesidades de ambos; refleja y expón los sentimientos de ambos.
  - "Deseo encontrar una solución adecuada".
  - Da tu opinión y escucha la del otro.

FICHA 2:

Trata de resolver la siguiente situación siguiendo los pasos que has aprendido:

Un profesor os ha propuesto que hagáis un trabajo en grupo para su asignatura, pero os ha dicho que el tema lo podéis elegir vosotros. El grupo ya lo tenéis formado pero, a la hora de decidir sobre que los vais a hacer no os ponéis de acuerdo; cada uno tiene una opinión diferente.





FICHA 3:

1. Alguien se mete contigo y tú:
- a) Se lo permito, él me puede.
  - b) Me defiendo pero hablando.
  - c) Soy capaz de llegar a las manos.
2. Un compañero te insiste para que le acompañes a comprar. A ti no te apetece y lo que haces es:
- a) Bueno, voy.
  - b) Le diré educadamente que no tengo ganas, que tengo otros planes.
  - c) Si digo que no es que no.
3. Tu hermano te ha echado la culpa de algo que no has hecho. Quizás tus padres te riñan.
- a) Me aguantaré, es el pequeño.
  - b) Dejaré clara la situación hablando con mis padres.
  - c) Cuando le pille se entera.
4. Tu grupo de amigos discute siempre sobre cualquier tema, todos quieren tener razón.
- a) Que lo solucionen ellos.
  - b) Podría hacer yo de negociador del lío.
  - c) Se hace lo que yo digo.
5. Después de haberle gastado una broma pesada a tu amigo:
- a) Yo no he sido.
  - b) Lo mejor es que le pida perdón.
  - c) Esperaré a la próxima para disculparme, si me acuerdo...
6. En resumen, cuando tienes que resolver una situación problemática:
- a) Me cuesta un montón y al final no soluciono nada.
  - b) A veces me cuesta, pero intento arreglarlo.
  - c) Yo no tengo problemas, lo tengo claro.
- TOTAL:

Respuesta a): 1 punto.  
Respuesta b): 2 puntos.  
Respuesta c): 3 puntos.

# 2º de E.S.O.

# PRESIÓN DEL GRUPO

FICHA 1:

Un grupo de compañeros te "invita" a ir con ellos, durante el recreo, a la parte trasera del edificio. Sabes que van a fumar y tú no quieres.



- ¿Cuál es el problema? ¿Qué es lo que quieren que hagas y por qué?
- ¿Cómo te sientes?
- ¿Qué te gustaría que ocurriera?
- ¿Cómo podrías reaccionar?
- ¿Cuál es la mejor opción que tienes?, ¿por qué?, ¿qué consecuencias tiene esa opción?, ¿qué otra cosa podrías hacer?
- ¿Cómo puedes comunicárselo a los otros?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿cómo?
- ¿Cuál puede ser la respuesta de los otros?
- ¿Qué podrían hacer?
- Si no funciona, ¿qué puedes hacer?

FICHA 2:

Piensa cómo actuarías ante la siguiente situación. Resuélvela siguiendo los pasos aprendidos en clase y, si lo crees oportuno, utilizando la técnica que hemos explicado:

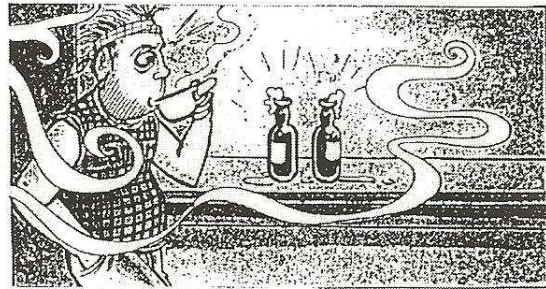
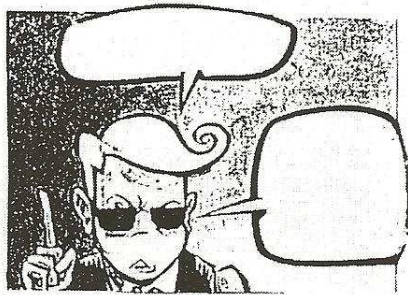
Tu amigo y compañero de clase te pide que te pires con él la clase para ir a jugar unas máquinas. Tú no quieres.



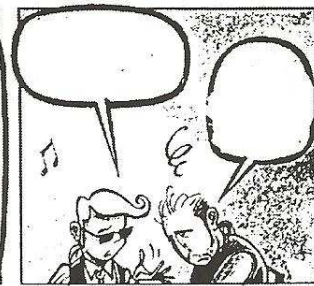
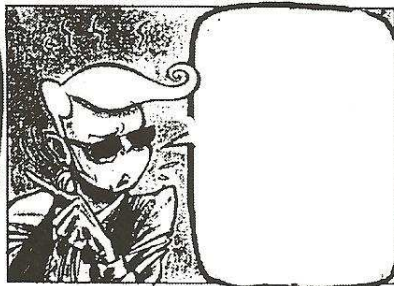
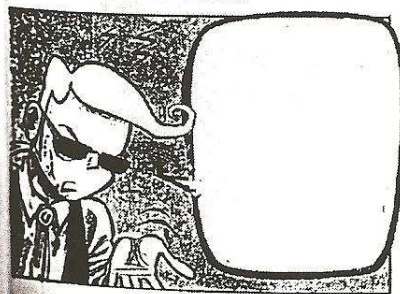
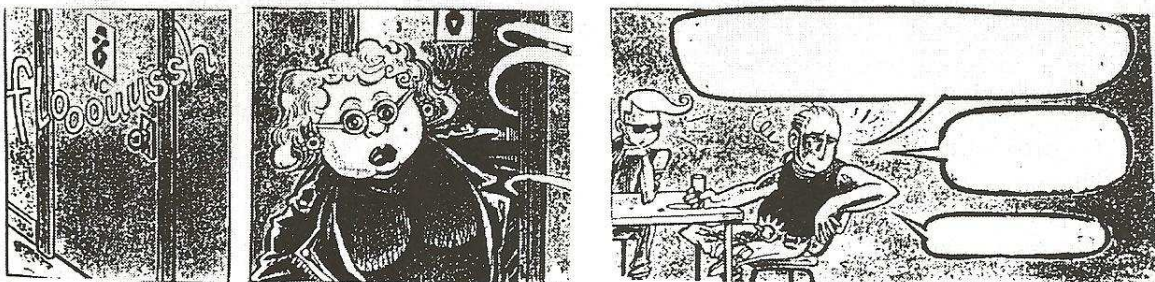
FICHA 3:

En las siguientes viñetas aparecen situaciones en las que el grupo trata de convencer a uno de ellos a hacer algo que no quiere. No tienen textos. Complétalos de la forma que consideres más adecuada.

A.



B.



# Cuestionario para la evaluación del Proyecto

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DEL PROYECTO DE HABILIDADES SOCIALES

Nombre de la experiencia realizada:

Número de alumnos a los que se aplica la experiencia:

Edad:

Curso:

1. La experiencia realizada, ¿es adecuada al nivel aplicado?

2. ¿Considera que el tema de la experiencia es relevante?

3. Indique ventajas e inconvenientes:

- Ventajas:

- Inconvenientes:

4. ¿Qué interés ha suscitado la experiencia en los alumnos? Describa el ambiente de clase, grado de atención, cooperación y comunicación de los alumnos, etc.

5. Señale rasgos positivos y negativos que considere oportuno destacar.

6. Lo más importante de la experiencia ha sido:

- Salir de la rutina.
- Facilitar a los alumnos que expresen sus ideas.
- Profundizar con ellos en un tema.
- Las aportaciones de los alumnos.
- Otros (indicar qué aspectos).

7. En la aplicación de la experiencia me he sentido:

Inseguro	1,2,3,4,5	Seguro
Insatisfecho	1,2,3,4,5	Satisfecho
Incómodo	1,2,3,4,5	Cómodo
No dominando la situación	1,2,3,4,5	Dominándola

- Señale cualquier otro aspecto que considere oportuno:

8. ¿Cuánto tiempo han empleado en la realización de la experiencia?

- ¿Cree que serían necesarias más sesiones?
- ¿Es lo suficientemente flexible para poder adecuarlo al ritmo particular de cada grupo o, por el contrario es demasiado rígida?

9. Considera el material didáctico empleado:

No es motivador	1,2,3,4,5	Motivador, sugerente
No adecuado	1,2,3,4,5	Adecuado
No está bien secuenciado	1,2,3,4,5	Bien secuenciado

- Señale cualquier otro aspecto que considere oportuno:

10. Sugerencias para mejorar la técnica empleada.

11. Otras observaciones.



## **BIBLIOGRAFÍA.**

- ÁLVAREZ, M. Y BISQUERRA, R. (Coord.), (1996): *Manual de Orientación y Tutoría*. Praxis. Barcelona.
- ARNAIZ, P.; ISUS, S. (1995): *La tutoría, organización y tareas*. Biblioteca de aula. Graó. Barcelona.
- CABALLO, V.E. (1999): *Manual de Evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*. S.XXI. Madrid.
- CASTANYER, O. (1999): *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. Desclée de Brouwer. Bilbao.
- FÁBREGAS, J.J.; GARCÍA, E. (1988): *Técnicas de autocontrol*. Alhambra. Madrid.
- GIL, F.; LEÓN, J.M. (edi.) (1998): *Habilidades sociales. Teoría, investigación e intervención*. Síntesis. Madrid.
- GOLDSTEIN, A.P.; SPRAFKIN, R.P. y otros (1989): *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*. Martínez Roca. Barcelona.
- JIMÉNEZ, F. (1991): *La comunicación interpersonal: ejercicios educativos*. ICCE. Madrid.
- JUDSON, S. (1986): *Aprendiendo a resolver conflictos*. Lerna. Barcelona.
- MARTÍNEZ, A.; MARROQUÍN, M. (1997): *Desarrollo de habilidades sociales. Programa Deusto 14-16*. Mensajero. Bilbao.
- VALLÉS, A.; VALLÉS, C. (1996): *Las habilidades sociales en la escuela. Una propuesta curricular*. EOS. Madrid.
- VERDUGO, M.A. (1997): P.H.S. *Programa de habilidades sociales. Programas conductuales alternativos*. Armarú ediciones. Salamanca.
- KELLY, J. (1987): *Entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Grafo. Bilbao.