

DOSSIER Nº 2

El 2º dossier contiene los siguientes documentos:

1. **Evaluación inicial sobre las Habilidades Sociales**
2. **Introducción a las Habilidades Sociales.**
3. **Repertorio de Habilidades Sociales.**
4. **La conducta asertiva.**
5. **Entrenamiento en el reconocimiento de la conducta asertiva.**
6. **Situaciones para plantear con los alumnos.**
7. **La enseñanza de habilidades de resolución de problemas.**
8. **El Sociograma.**

No pretende ser un programa de Habilidades Sociales, sino una preparación de su aplicación. Se pretende que sean los propios educadores los primeros que tengan claro en qué consisten.

El grupo de profesores decidirá, previo estudio, el programa que mejor se adapte a sus características. En nuestro caso será el **Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)** de *M^a Inés Monjas Casares* el que adoptaremos como guía de referencia.

Las funciones de este dossier son las siguientes:

Documento nº 1:

Evaluación inicial sobre las Habilidades Sociales.

Se trata de que el grupo de profesores aporte sus conocimientos previos sobre lo que entiende que son las Habilidades Sociales y reconocer de donde se parte a la hora de presentarnos, no sólo como adultos que vamos a enseñar a los alumnos unas habilidades determinadas, sino como modelos válidos ante ellos. Es importante que los profesores sean los primeros en tener claro en qué consisten estas habilidades. Por ello, nada más adecuado que cada uno exteriorice sus conocimientos sobre este tema a los demás miembros del grupo.

Documento nº 2:

Introducción a las Habilidades Sociales.

Explica de manera sencilla en qué consisten estas habilidades y cómo identificarlas mediante ejemplos cotidianos. Es importante subrayar dos aspectos:

- Que el aprendizaje de Habilidades Sociales se adquiere siguiendo el mismo patrón que cualquier otra conducta.
- Que los déficits en Habilidades Sociales pueden ser clasificados en dos grupos: respuestas inadecuadas que se pueden catalogar de agresivas o pasivas, con distinta graduación.

Documento nº 3:

Repertorio de Habilidades Sociales.

Sirve de ayuda al educador para controlar el repertorio habitual de Habilidades Sociales a la hora de realizar observaciones, ya sea mediante registros, cuadros de doble entrada, etc. Es importante seleccionar las habilidades que sean más adecuadas para trabajar con los alumnos según el contexto y el grupo.

Documento nº 4:

La conducta asertiva.

Explica de una forma resumida una de las conductas que más van a utilizarse en la puesta en práctica de Habilidades Sociales y que, como todas, requiere de un aprendizaje y de un reconocimiento de sus características. Es un término que suele aparecer en todos los manuales sobre este tema y que puede producir confusión. La asertividad es una conducta interpersonal que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los demás.

Documento nº 5:

Entrenamiento en el reconocimiento de la conducta asertiva.

Para demostrar que el profesor es capaz de reconocer la conducta asertiva, condición indispensable para mostrarla y enseñarla a sus alumnos, puede realizar este test, adaptado de *Michelson, Larry y otros* (1987), en donde debe reconocer cuál es la respuesta adecuada a cada situación.

Se ofrecen 5 alternativas, de las cuáles sólo una es válida, dos son más o menos agresivas y otras dos son más o menos pasivas. Sería interesante el debate entre maestros sobre el porqué de la elección de cada una de las respuestas, sobre todo cuando haya discrepancias sobre la respuesta adecuada.

También es interesante entrar en otros debates:

- ◆ Cuál sería la respuesta que normalmente ocurriría en el colegio según qué alumnos.
- ◆ Si habría algún alumno que fuera capaz de responder de forma adecuada a las situaciones planteadas.
- ◆ Si podríamos imaginar otras respuestas válidas.
- ◆ Si el propio adulto hubiera actuado de la manera en que se indica.

Documento nº 6:

Situaciones para plantear con los alumnos.

Consiste en un repertorio de situaciones típicas de los centros. No todas tienen por qué desembocar en conflictos pero sí pueden afectar a la autoestima, al resentimiento y a otras emociones negativas que luego inciden en el clima social de la clase y del centro.

El maestro puede, si lo desea, plantear algunas de estas situaciones en su labor de tutoría, mediante la técnica del *Role-Playing*.

Documento nº 7:

La enseñanza de habilidades en la resolución de problemas.

Nos parece muy interesante que el tutor plantee al grupo de qué manera podrían resolver sus propios conflictos sin tener que estar continuamente dependiendo del adulto. Este documento puede ser un complemento del anterior por cuanto los problemas a resolver pueden ser los planteados en el documento nº 6.

Se plantean una serie de pasos para resolver conflictos que no se pretenden rígidos sino orientativos.

Las asambleas son un lugar ideal para trabajar estas habilidades.

Documento nº 8:

El Sociograma.

Pensamos que es una herramienta muy valiosa para detectar alumnos con déficits en Habilidades Sociales. La información que puede deducirse de un sociograma es abundante y es un buen primer paso para ayudar a los alumnos a mejorar sus competencias sociales y mejorar la cohesión del grupo y el clima social que genera.

El propio grupo de profesores estudiará cómo pasar el cuestionario sociométrico, el tipo de preguntas que deberán contestar los alumnos, el tipo y número de elecciones máximas tanto positivas como negativas y la confección de una matriz sociométrica donde recoger los datos aportados por los alumnos.

Con los datos obtenidos pueden analizarse y trabajar las técnicas relativas a las Habilidades Sociales, sobre todo con los alumnos más rechazados, así como poner en práctica otras técnicas tutoriales con el grupo.

Evaluación inicial. Propuesta de revisión personal.

Puntos de reflexión personal.

a) Sobre las Habilidades Sociales.

1. ¿Qué entiendo que son las Habilidades Sociales y para qué sirven?
2. ¿Cómo creo que un niño/a va aprendiendo a utilizar las Habilidades Sociales?
3. Según aquello que entiendo que son y para lo que sirven las Habilidades Sociales, ¿cuáles de ellas son más importantes para el alumnado de mi grupo?
4. ¿cuál sería mi papel en el proceso de enseñanza – aprendizaje de las Habilidades Sociales?

b) Sobre mi Rol Docente.

I. la construcción de Conductas Positivas Individuales y Grupales.

5. ¿Qué estrategias utilizo para enseñar conductas positivas que no se poseen?
6. ¿Qué estrategias utilizo para potenciar (reafirmar) conductas positivas que ya se tienen?
7. ¿Qué otras estrategias conozco pero no utilizo para enseñar y reafirmar conductas positivas?

II. La Desconstrucción de Conductas Negativas Individuales y Grupales.

8. ¿Qué estrategias utilizo para suprimir conductas negativas?
9. ¿Qué estrategias conozco pero no utilizo para suprimir conductas negativas?

III. La Mediación en el Conflicto Individual y de Grupo.

10. ¿Qué estrategias utilizo para detener el conflicto?
11. ¿Qué estrategias utilizo para reconducir el conflicto?
12. ¿Qué estrategias utilizo para dar salida al conflicto?
13. ¿Qué otras estrategias conozco pero no utilizo para solucionar conflictos?

c) Sobre mis Habilidades Personales frente a los padres

14. ¿Qué tipo de reunión con padres me resulta cómoda?
15. ¿Qué tipo de reunión con padres me resulta incómoda?
16. ¿Qué hago para afrontar una reunión con padres que preveo incómoda?
17. ¿Qué habilidades pienso que en mí perciben los padres cuando me reúno con ellos?
18. ¿Qué habilidades tendría que mejorar o añadir a las que ya tengo para que mis reuniones con los padres funcionasen mejor? (sobre todo aquellas que me incomodan)

Introducción a las Habilidades Sociales

El comportamiento interpersonal de un niño juega un papel vital en la adquisición de refuerzos sociales, culturales y económicos.

Un niño con **Habilidades Sociales** presenta una conducta normalmente asertiva (afirmativa) en el contexto interpersonal de manera que sabe expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos propios de manera directa, firme y sincera y todo eso respetando los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos del otro. Además sabe mostrar empatía que significa comprender con respeto los sentimientos de los demás, saber ponerse en su lugar. Lo cual significa saber captar los mensajes no verbales de los demás.

Los niños que carecen de los comportamientos sociales apropiados experimentan aislamiento social o rechazo, lo que redundará en su menor felicidad.

Las **Habilidades Sociales** se adquieren principalmente a través del aprendizaje: observación, imitación, ensayo e información. Incluyen comportamientos verbales y no verbales que acrecientan el refuerzo social (respuestas positivas del propio medio social).

Hemos de ser conscientes de que el aprendizaje de **Habilidades Sociales** forma parte de un entramado social relacionado con los valores que presenta el grupo en el que se inserta el niño, su familia sobre todo. Nosotros, como educadores que somos, tenemos que tomar conciencia de que somos modelos de identificación para nuestros alumnos. Nuestro comportamiento, el ejemplo que damos cuando actuamos, hacemos frente a los conflictos, interactuamos socialmente, es el mejor recurso con que podemos contar.

Un déficit en este tipo de habilidades afecta directamente a la competencia social en dos direcciones opuestas: retraimiento (huida, pasividad) o agresión (lucha).

RETRAIMIENTO SOCIAL:

El niño con este déficit suele ser aislado, tímido, pasivo y letárgico. Fracasa en la expresión de sus propios sentimientos, necesidades y opiniones. Las respuestas pasivas pueden evocar sentimientos de insuficiencia, depresión e incompetencia, y pueden mantenerse en la vida adulta. Los demás niños pueden llegar a amenazar sus propios sentimientos, deseos y pensamientos personales y convertir las situaciones sociales en situaciones aversivas.

Al evocar menos respuestas sociales positivas no se establece reciprocidad con los otros niños y el resultado es un menor contacto social.

En la escuela se notan sus dificultades en la relación porque nos percatamos que de manera continua sufren o lo pasan mal y no disfrutan de estar con otros niños o profesores: no interactúan con los demás, se inhiben en situaciones de grupo, recurre con demasiada frecuencia al adulto para problemas con sus compañeros, permanece solo, no acepta ninguna crítica,...

AGRESIÓN SOCIAL:

Son niños con excesos conductuales. Se dice que son agresivos, no cooperativos y que manifiestan un comportamiento dirigido al exterior. Su comportamiento resulta desagradable para los demás miembros de un medio social: violencia verbal y física, burlas, provocaciones, peleas, discusiones sobre conflictos ya resueltos y violar o ignorar los derechos de los demás.

Puede utilizar técnicas efectivas para lograr sus propósitos, pero que no son apropiadas y por eso se produce rechazo a su alrededor. Aunque consiga su objetivo, genera odio y frustración, lo cual le pasará factura en su relación social.

Desaprueba a los demás, lo que conduce a la humillación, a la baja autoestima y a una actitud a la defensiva por parte del receptor.

Su proceso de socialización está gravemente dificultado. Su adaptación conductual es inmadura. Sus compañeros suelen excluirlos de las experiencias de aprendizaje positivo con los demás. Su conducta provoca irritabilidad y tensiones que interfieren en el aprendizaje del grupo.

EJEMPLOS DE SITUACIONES DE INTERACCION SOCIAL Y TIPOS DE RESPUESTA:

Una alumna se da cuenta que una compañera le ha cogido su lápiz sin pedírselo antes.

A: Perdona Sara, ¿has cogido mi lápiz? No lo encuentro por ninguna parte.

S: Sí. Es que lo necesitaba para hacer este dibujo.

A: De acuerdo, está bien que me lo cojas prestado, pero, pídemelo antes. Así no creeré que lo he perdido.

S: De acuerdo. Es que tenía prisa.

(Respuesta asertiva) Motivos:

1. Evita que tu amiga se enfade
2. Probablemente le devolverá el lápiz.
3. Ayudará a que no se repita esta acción en un futuro porque su amiga sabe que quiere que le pida el lápiz antes de cogerlo.

A: ¿Dónde está mi lápiz? Espero que nadie me lo haya cogido.

S: Lo he cogido yo. Tranquila.

A: Vaya, pensaba que lo había perdido.

S: No te preocupes, lo tengo yo.

(Respuesta pasiva) Motivos:

1. No ha dicho lo que realmente quería decir
2. Puede que en un futuro su compañera se aproveche otra vez.
3. Puede que no le devuelva el lápiz.

A: ¡Oye! Que el lápiz es mío. "Robona"

S: ¿Ah, sí? Pues ahora te lo doy.

A: Ya lo creo. ¡Gracias por pedírmelo! (Con sarcasmo)

S: Toma. Quédate tu lápiz viejo. Todo para ti.

(Respuesta agresiva) Motivos:

1. No ha dicho lo que realmente quería decir.
2. Puede que su compañera se enfade con ella y que actúe de la misma manera.
3. Puede perder su amistad porque la ha atacado verbalmente y la ha avergonzado.

IDENTIFICACIÓN DEL TIPO DE RESPUESTA DADA A CADA SITUACIÓN:

Un niño entra a la clase y sorprende a otro niño escribiendo en su libreta:

- ¿Qué haces? ¿Por qué rayas en mi libreta?
- ¿Eres imbécil? ¿Deja mi libreta en paz?
- No me gusta que me cojas mis cosas sin permiso.

Un niño ha hecho enfadar a otro con una burla.

- Sabes, Juan, cuando me dices eso me haces enfadar, pienso que no debes hacerlo.
- Búrlate de tu padre.
- (Va a buscar una profesora para decírselo).

Una alumna ve como una amiga suya se burla de uno de los compañeros de clase.

- (Hace como que le hace gracia)
- ¿Eres tonta? ¿A ti te gustaría que se metieran contigo?
- Creo que no deberías burlarte de Antonio. Está empezando a sentarle mal.

SITUACIONES DE EJEMPLO PARA PRACTICAR CON ALUMNOS

Has dicho algo que ha molestado a tu amigo y se ha ido. Otro amigo tuyo te dice:

- Creo que no deberías haberle dicho eso a tu amigo.

Comenta estas respuestas:

- ¿Eh?
- ¿por qué piensas eso?
- ¿Ah, sí? ¿Y a ti qué te importa?

Comenta las tres situaciones de dos amigos que juegan a un juego de mesa.

1ª situación:

- ¡No puedes hacer esto! No creo que puedas mover la ficha de esta manera.
- Sí que puedo. Me he leído las reglas muy bien.
- Pero yo nunca he jugado así.
- Bueno, las reglas dicen que puedo mover de esa manera. Si quieres, te las puedo traer y lo miras tú mismo.

2ª situación:

- ¡No puedes hacer esto! No creo que puedas mover la ficha de esta manera.
- ¿Estas seguro? ¡Caramba! Creía haber leído que se podía hacer.

- ¿Sí? Yo nunca he jugado de esta manera.
- Bueno, podemos jugar a tu manera.

3ª situación.

- ¡No puedes hacer esto! No creo que puedas mover la ficha de esta manera.
- ¿Oh, sí! ¿Qué te apuestas? Pensaba que sabías jugar a este juego.
- ¿Sí? Yo nunca he jugado así.
- ¡Mala suerte! Estás jugando a mi manera, que es la correcta.

Apuntes de enseñanza – aprendizaje de Habilidades Sociales

Repertorio de habilidades para la observación

Habilidades sociales básicas.

(Son las que comportan unas relaciones interpersonales básicas). Se aprenden.

Conducta relacionada: **aserción**.

- Saluda y se despide de manera adecuada.
- Responde adecuadamente cuando otros alumnos/as se dirigen a él de manera amable y correcta.
- Sonríe a los demás en situaciones adecuadas.
- Pide favores cuando lo necesita.
- Hace favores a los demás en diferentes ocasiones.
- Pide las cosas sin exigencias.
- Da las gracias.
- Pide disculpas.
- Hace elogios y cumplidos.
- Comparte sus cosas.
- Respeta las cosas de los demás.
- Responde adecuadamente cuando otros le hacen cumplidos y elogios.
- Mira a la cara de la persona con quien habla.

Habilidades de conversación:

- Responde adecuadamente cuando alguien quiere entrar en la conversación que mantiene con otro compañero.
- Cuando habla con otra persona escucha lo que se le dice y responde a las preguntas.
- Cuando se relaciona con los adultos es respetuosos y amable.
- Cuando habla expresa lo que piensa y siente.
- Inicia conversaciones con otros niños y niñas.
- Cuando mantiene una conversación en grupo interviene cuando es oportuno y lo hace de manera correcta.
- Se adhiere a conversaciones que han iniciado otros niños y niñas.
- Responde adecuadamente cuando otro quiere iniciar una conversación con él /ella.
- Mira a los ojos de la persona con la que habla (60% del tiempo)

Habilidades emocionales:

(Son las que controlan las emociones y facilitan el buen funcionamiento de las capacidades para aprender). Se aprenden.

Conducta relacionada: **empatía, autocontrol.**

- Responde adecuadamente a las emociones y sentimientos agradables y positivos de los demás (felicitaciones, alegría,...)
- Defiende sus derechos.
- Expresa y defiende adecuadamente sus opiniones.
- Es positivo con él mismo.
- Expresa adecuadamente a los demás sus emociones y sus sentimientos agradables y positivos.
- Expresa adecuadamente a los demás sus emociones y sentimientos desagradables y negativos.
- Expresa adecuadamente a las emociones y sentimientos desagradables de los demás (críticas, enojo, tristeza,...)
- Expresa cosas positivas de él mismo ante otras personas.
- Responde adecuadamente cuando otras personas defienden sus derechos.
- Expresa desacuerdo y disiente.

Habilidades cognitivas:

(Son las que se relacionan con los procesos mentales que se siguen en la resolución de conflictos: analizar causas, buscar soluciones, comprender normas de conducta, prever consecuencias). Se aprenden.

- Sabe buscar soluciones efectivas y justas para todos los implicados ante problemas con compañeros.
- Cuando tiene problemas con algún compañero sabe ponerse en el lugar del otro y trata de buscar soluciones.
- Cuando tiene problemas con otros compañeros anticipa las consecuencias probables de sus propios actos.
- Cuando tiene problemas con otros compañeros anticipa las consecuencias probables de los actos de los demás.
- Ante un problema busca y genera distintas soluciones.
- Ante un problema con otro compañero identifica las causas que lo han generado.

Todas estas habilidades están interrelacionadas.

Aprender a detectar H.S.

1. Identificar alumnos/as socialmente incompetentes.
2. Identificar comportamientos específicos que pueden ser tratados.

Técnicas de detección:

Observación natural: en el trabajo escolar, en el juego, en los desplazamientos dentro y fuera del centro. Todo se va registrando en una hoja.

Role-Playing

Sociogramas: se busca información que se pueda recoger sobre: popularidad, correspondencias, cambios (cuando se repite más adelante el Sociograma), situación de un alumno dentro del grupo.

Información de los padres.

La conducta asertiva

Está tan relacionada la conducta asertiva con las Habilidades Sociales que hay autores que identifican ambos conceptos. Sin embargo, por regla general, el concepto de Habilidades Sociales es mucho más amplio que el de la aserción o conducta afirmativa.

La conducta asertiva se define como aquel conjunto de conductas, emitidas por una persona en un contexto interpersonal, que expresan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de esa persona de una forma directa, firme y sincera, pero al mismo tiempo, respetan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de la otra(s) persona(s). Esta conducta puede incluir la manifestación de emociones tales como cólera, miedo, preocupación, esperanza, alegría, desesperación, indignación, vergüenza que, en cualquier caso, se expresan de forma que no viole los derechos de los demás. En el comportamiento agresivo no se respetan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de los demás.

En resumen, la asertividad es una conducta interpersonal que implica la expresión directa de los propios sentimientos y la defensa de los propios derechos personales, sin negar los derechos de los demás.

En cualquier caso, la conducta asertiva presenta las siguientes características:

1. **Propósito:** no se tiene propósito de herir a nadie.
2. **Conducta:** un observador objetivo, al ver la conducta asertiva la clasificaría como sincera, directa, expresiva y no destructiva respecto a los demás.
3. **Efectos:** el receptor, considerado como persona razonable, no se considera herida.

Una de las condiciones principales para emprender el aprendizaje de la conducta asertiva es diferenciar adecuadamente entre asertividad y agresividad, así como aconsejar sobre la responsabilidad y la prudencia éticas apropiadas. Por ejemplo, alertar o preparar ante la posibilidad de que se produzca ansiedad u otras reacciones negativas en los demás, aunque no sea nuestro propósito.

También es importante hacer conscientes las propias limitaciones. Es normal que, al principio, no reaccionemos como desearíamos y no por eso sentimos dolidos. Es prudente hacerles ver que pueden recurrir al educador que los entrena cuando lo vean necesario.

Es importante que el alumno tenga libertad de elegir entre participar o no en el aprendizaje de estas técnicas. De otro modo, no se conseguiría dicho aprendizaje.

En cierta literatura psicológica americana, llamada de "autoayuda" suele aparecer la conducta asertiva con connotaciones agresivas, incluso avasalladoras, aliadas con un concepto mercantilista de éxito económico o de poder, alejado totalmente del respeto al otro y a uno mismo.

Creemos que queda delimitado este término. La conducta asertiva será un área muy importante que se incluirá dentro del concepto más amplio de la conducta interpersonal.

Entrenamiento en el reconocimiento de la respuesta asertiva o adecuada en las diferentes situaciones de interacción social.

Este test es una adaptación del ofrecido por *Michelson, Larry; y otros* (1987). Estos autores proporcionan diversas situaciones a las cuales ofrecen cinco respuestas posibles. De ellas sólo una es válida en el ámbito de las Habilidades Sociales. Las otras cuatro se reparten en dos respuestas pasivas y dos respuestas agresivas, con distinto grado.

Es un excelente ejercicio de análisis para el tutor, que debe tener claro cuál es la respuesta adecuada a cada situación y por qué. De lo contrario, la interacción con los alumnos durante la enseñanza de Habilidades Sociales, sea sistemática o no, podría caer en contradicciones no deseables.

El siguiente test también puede servir para ser aplicado en el aula con los niños, para anotar las elecciones de sus respuestas y percatarse del nivel de la clase en Habilidades Sociales.

SITUACIÓN: Aceptar cumplidos. Recibir enunciados positivos.

1	Alguien te dice: "Creo que eres muy simpático/a" ¿Qué harías o dirías?
A	Decir: "No, no soy tan simpático"
B	Decir: "Sí, creo que soy el mejor"
C	Decir: "Gracias"
D	No decir nada y sonrojarme
E	Decir: "Gracias, es cierto que soy muy simpático"

SITUACIÓN: Hacer cumplidos. Expresar enunciados positivos

2	Alguien ha hecho algo que crees que está muy bien. ¿Qué harías o dirías?
A	Comportarme como si no estuviera tan bien y decirle: "No está mal"
B	Decir: "está bien, pero he visto mejores que éste".
C	No decir nada.
D	Decir: "yo puedo hacerlo mucho mejor"
E	Decir: "Está muy bien"

SITUACIÓN: Responder a enunciados negativos

3	Estás haciendo algo que te gusta y crees que está muy bien. Alguien te dice: "No me gusta". ¿Qué harías o dirías?
A	Decir: "Eres un estúpido"
B	Decir: "Yo creo que está muy bien"
C	Decir: "Tienes razón" (aunque no lo sientas así)
D	Decir: "Creo que es fantástico. Además, ¿tú que sabes?"
E	Sentirte herido y no decir nada.

SITUACIÓN: Responder a enunciados negativos

4 Te olvidas de traer algo que te habían dicho y alguien te dice: "Eres tonto. Algún día te dejarás la cabeza en casa". ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "De todas formas, yo soy más listo que tú"
- B Decir: "Tienes razón, a veces parezco tonto"
- C Decir: "Tú sí que eres tonto"
- D Decir: "Yo no soy tonto sólo porque se me haya olvidado algo"
- E No decir nada o ignorarle.

SITUACIÓN: Formular una queja.

5 Alguien con quien te tenías que encontrar llega con media hora de retraso, hecho que hace que estés molesto. Esa persona no te da ninguna explicación de su retraso. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Me molesta que me hagas esperar de esta manera"
- B Decir: "Me preguntaba cuándo llegarías"
- C Decir: "Es la última vez que te espero"
- D No decirle nada.
- E Decir: "¡Tienes mucha cara! ¡Llegas tarde!"

SITUACIÓN: Pedir favores

6 Necesitas que alguien te haga un favor. ¿Qué harías o dirías?

- A No pedirle nada.
- B Decir: "Tienes que hacer esto por mí"
- C Decir: "¿Puedes hacerme un favor?", y explicar lo que quieres.
- D Hacer una pequeña insinuación de que necesitas que te hagan un favor.
- E Decir: "Quiero que hagas esto por mí"

SITUACIÓN: Empatía. Expresar sentimientos.

7 Sabes que alguien está preocupado. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Pareces preocupado, ¿Puedo ayudarte?"
- B Estar con esa persona y no hacerle ningún comentario sobre su preocupación.
- C Decir: "¿Te pasa algo?"
- D No decirle nada y dejarle solo.
- E Reírme y decirle: "Anda, eso no es nada"

SITUACIÓN: Expresar sentimientos. Manifestaciones de empatía

8 Estás preocupado y alguien te dice: "Pareces preocupado". ¿Qué harías o dirías?

- A Girar la cabeza o no decirle nada.
- B Decir: "¡A ti no te importa!"
- C Decir: "Sí, estoy preocupado. Gracias por interesarte por mí"
- D Decir: "No es nada"
- E Decir: "Estoy preocupado. ¡Déjame solo!"

SITUACIÓN: Responder a enunciados negativos

9 Alguien te culpa por un error que ha cometido otra persona. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "¡Estás loco!"
- B Decir: "No es culpa mía. Lo ha hecho otra persona"
- C Decir: "No creo que sea culpa mía"
- D Decir: "¡Yo no he sido! ¿No sabes de lo que estás hablando!"
- E Aceptar la culpa o no decir nada.

SITUACIÓN: Saber preguntar por qué

10 Alguien te pide que hagas algo y tú no sabes por qué se tiene que hacer. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Esto no tiene ningún sentido. ¡No quiero hacerlo!"
- B Hacer lo que te piden y no decir nada.
- C Decir: "¡Esto es una tontería! ¡No voy a hacerlo!"
- D Antes de hacerlo, decir: "No comprendo por qué quieres que haga esto"
- E Decir: "Si es esto lo que quieres que haga", y entonces hacerlo.

SITUACIÓN: Aceptar cumplidos

11 Alguien te elogia por algo que has hecho diciéndote que es fantástico. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Si siempre lo hago mejor que la mayoría"
- B Decir: "No, no está tan bien"
- C Decir: "Es cierto. Soy el mejor"
- D Decir: "Gracias"
- E Ignorarlo y no decir nada.

SITUACIÓN: Dar cumplidos. Saber responder a enunciados positivos

12 Alguien ha sido muy amable contigo. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Has sido muy amable conmigo. Gracias"
- B Comportarte como si la persona no hubiera sido tan amable y decirle un simple "gracias"
- C Decir: "Me has tratado bien, pero me merezco mucho más"
- D Ignorarlo y no decir nada a esa persona.
- E Decir: "No me tratas todo lo bien que deberías"

SITUACIÓN: Saber recibir enunciados negativos

13 Estás hablando muy alto con un amigo y alguien te dice "Perdona, pero haces demasiado ruido". ¿Qué harías o dirías?

- A Para de hablar inmediatamente.
- B Decir: "Si no te gusta ¡lárgate!", y continúas hablado alto.
- C Decir: "Lo siento. Hablaré más bajo" y continuas hablando, pero más bajo.
- D Decir: "Lo siento", y dejar de hablar.
- E Decir: "Muy bien" y continuas hablando alto

SITUACIÓN: Defender los propios derechos.

14 Estás haciendo cola y alguien se te cuela delante. ¿Qué harías o dirías?

- A Hacer comentarios en voz baja, como "¡Qué cara tienen algunos!", sin decir nada a la persona directamente.
- B Decir: "¡Vete al final de la cola!"
- C No decir nada a esa persona
- D Decir, en voz alta: "¡Imbécil, vete de aquí!"
- E Decir: "Yo estaba aquí primero. Por favor, vete al final de la cola".

SITUACIÓN: Solicitar cambio de conducta

15 Alguien te hace algo que no te gusta y te enfadas. ¿Qué harías o dirías?

- A Gritar: "Eres un imbécil", "¡Idiota!"
- B Decir: "Estoy enfadado. No me gusta lo que has hecho"
- C Actuar como si me sintiera herido pero no decir nada a esa persona.
- D Decir: "Estoy rabioso. Déjame en paz"
- E Ignorarlo y no decir nada a esa persona.

SITUACIÓN: Pedir favores.

16 Alguien tiene algo que quieres utilizar. ¿Qué harías o dirías?

- A Decirle a esa persona que me lo diera.
- B No pedirselo.
- C Quitárselo a esa persona.
- D Decir a esa persona que me gustaría usarlo y pedirselo.
- E Hacer un comentario sobre eso, pero no pedirselo.

SITUACIÓN: Dar una negativa

17 Alguien te pide algo prestado pero es nuevo y tú no quieres prestarlo. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "No, es nuevo y no quiero prestarlo. Quizá en otra ocasión"
- B Decir: "No me hace ninguna gracia prestarlo, pero puedes cogerlo"
- C Decir: "No, cómprate uno"
- D Prestárselo aunque no quisieras hacerlo.
- E Decir: "¡Estás loco!"

SITUACIÓN: Unirse, participar y abandonar conversaciones

18 Algunos niños están hablando sobre un pasatiempo que a ti te gusta mucho. Quieres participar y decir algo. ¿Qué harías o dirías?

- A No decir nada.
- B Interrumpir e inmediatamente empezar a contar lo bien que haces ese pasatiempo.
- C Acercarme al grupo y participar en la conversación cuando tuviera oportunidad de hacerlo.
- D Acercarme al grupo y esperar a que se dieran cuenta de mi presencia.
- E Interrumpir e inmediatamente comenzar a contar lo mucho que me gusta ese pasatiempo.

SITUACIÓN: Unirse, participar y abandonar conversaciones

19 Estás haciendo un pasatiempo y alguien te pregunta: "¿Qué haces?". ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Oh, una cosa" o "Nada"
- B Decir: "No me molestes. ¿No ves que estoy ocupado?"
- C Continuar haciendo el pasatiempo y no decir nada.
- D Decir: "A ti no te importa"
- E Dejar de hacer el pasatiempo y explicarle lo que haces.

SITUACIÓN: Expresar sentimientos. Manifestaciones de empatía.

20 Ves cómo alguien tropieza y cae al suelo. ¿Qué harías o dirías?

- A Reírte y decir: "¿Por qué no miras por dónde vas?"
- B Decir: "¿Estás bien? ¿Puedo hacer algo?"
- C Preguntar: "¿Qué ha pasado?"
- D Decir: "¡Así son las caídas!"
- E No hacer nada, como si no hubieras visto.

SITUACIÓN: Expresar sentimientos. Manifestaciones de empatía

21 Te golpeas la cabeza con una estantería y te duele. Alguien te dice "¿Estás bien?". ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Estoy bien. ¡Déjame solo!"
- B No decir nada e ignorarle
- C Decir: "No te metas donde no te importa"
- D Decir: "No. Me he golpeado la cabeza. Gracias por preguntar"
- E Decir: "No es nada. Estoy bien"

SITUACIÓN: Solución de problemas.

22 Cometes un error y culpan a otra persona. ¿Qué harías o dirías?

- A No decir nada.
- B Decir: "Es culpa suya"
- C Decir: "Es culpa mía"
- D Decir: "No creo que sea culpa de esa persona"
- E Decir: "Tiene mala suerte"

SITUACIÓN: Formular quejas

23 Te sientes insultado por algo que ha dicho alguien. ¿Qué harías o dirías?

- A Irte y no decir nada sobre el enfado.
- B Decirle a esa persona que no lo vuelva a hacer.
- C No decir nada a esa persona aunque te sientas insultado.
- D Insultar a esa persona.
- E Decir a esa persona que no te gusta lo que ha dicho y pedirle que no lo vuelva a hacer.

SITUACIÓN: Solicitar cambio de conducta

24 Alguien te interrumpe sin parar mientras estás hablando. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Perdona, pero me gustaría terminar de contar lo que estaba diciendo"
- B Decir: "No es justo. ¿Es que no puedo hablar yo?"
- C Interrumpir a la otra persona empezando a hablar cuando hable ella.
- D No decir nada y dejar que la otra persona continúe hablando.
- E Decir: "¡Cállate! ¡Estaba hablando yo!"

SITUACIÓN: Dar una negativa

25 Alguien te pide que hagas algo que te impedirá hacer lo que realmente quieres hacer. ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "Tengo otros planes, pero haré lo que tú quieres"
- B Decir: "¡De ninguna manera! Búscate a otro"
- C Decir: "Bueno, haré lo que tú quieres"
- D Decir: "Olvídate de eso. ¡Lárgate!"
- E Decir: "Tengo otros planes. Quizá la próxima vez"

SITUACIÓN: Unirse, participar y abandonar conversaciones

26 Ves a alguien con quien te gustaría encontrarte. ¿Qué harías o dirías?

- A Llamas a gritos a esa persona y le pides que se acerque.
- B Vas hacia esa persona, te presentas y empiezas a hablar.
- C Te acercas a esa persona y esperas que te hable.
- D Vas hacia esa persona y empiezas a contarle las grandes cosas que has hecho.
- E No dices nada a esa persona.

SITUACIÓN: Unirse, participar y abandonar conversaciones

27 Alguien a quien no conoces te para y te dice: "¡Hola!". ¿Qué harías o dirías?

- A Decir: "¿Qué quieres?"
- B No dices nada.
- C Decir: "No me molestes. ¡Lárgate!"
- D Decir: "¡Hola!", presentarte y preguntarle quién es.
- E Haces un gesto con la cabeza, dices "Hola", y te vas.

Situaciones para plantear a los alumnos. Guiones para Role-Playing.

- Estás hablando con un compañero y le haces una pregunta. El compañero no te contesta y tu se la vuelves a repetir, pero continua sin contestar. Este niño hace eso con todos y a menudo. ¿Qué podríamos decirle?.
- Haces un dibujo en clase y el compañero o compañera que está a tu lado te dice: ¡Oh! ¡ Está muy bien!. Tú contestas:...
- Un niño o una niña de tu clase ha venido a tu casa a jugar. Cuando estáis cansados os sentáis un rato a mirar la TV y hacen tu programa favorito. De repente, el niño o la niña que está contigo se levanta y dice: "Vamos a mirar otro programa". ¿Qué haces?
- Dos alumnos se encuentran a la entrada del colegio y uno le dice al otro: "Llevas unos pantalones muy chulos". El otro le contesta:...
- Dos alumnos del colegio están trabajando juntos y uno le rompe el lápiz al otro. El propietario del lápiz dirá:...
- Un niño de la clase quiere que otro niño le deje su libro de lectura porque le parece que le gustará mucho, y le pide:...
- A una niña se le ha caído la papelera al suelo y le pide a otro que le ayude. Le dice:...
- Un niño está triste por algo, por ejemplo porque ... (*que los alumnos digan el ejemplo*) y lo explica a otro. Le dice:...
- Un día de lluvia no se puede salir al recreo y estás en la clase jugando con un juego con el que sólo uno puede jugar. Llega un niño y dice: "Ahora quiero jugar yo" y te lo coge. ¿Qué haces?
- Estás esperando tu turno para coger un juego que ahora tiene una niña. Cuando ya te toca cogerlo, viene otro niño y te lo coge. ¿Tú que haces?
- Estás viendo la TV y alguien, desde atrás, te mete un buen empujón y te dice: "Es que no me dejas ver". ¿Tú que haces?
- Alguien de la clase te está haciendo bromas pesadas todo el rato para divertirse. Tú pones mala cara y te dice: "¿Qué pasa, no sabes aguantar una broma?". ¿Tú qué haces?

- Un día traes un juguete y una niña te la pide. Tú se lo dejas y te dice: "Gracias eres muy amable por dejármelo". ¿Tú qué haces?
- Estás jugando con alguien y te dice: "Es muy divertido jugar contigo". Tú contestas:...
- Estás haciendo un dibujo con un rotulados. Alguien se te acerca y te lo arrebatada de las manos diciendo: "Lo necesito". ¿Tú qué dices o haces?
- Hay un grupo de niños y niñas jugando en el recreo. Tú también quieres jugar. Te acercas y les dices: "¿Puedo jugar con vosotros?". Ellos te dicen que el juego es para cuatro y que ya son cuatro. ¿Tú qué dices?, ¿qué haces?.
- Estáis jugando a la pelota en el patio y la pelota sale disparada a la calle. Todos dicen que has sido tú , y tú sabes perfectamente que no. ¿Qué dices?, ¿Qué haces?.
- Estás trabajando en clase y alguien que está a tu lado en la mesa se pone a copiarse de ti. ¿Qué haces o dices?
- Estás jugando en el patio. Estás corriendo y sin darte cuenta le das un empujón a alguien que estaba en medio. ¿Qué le dices?
- Alguien de tu clase está triste a la hora del recreo, sin jugar, solo. ¿Qué haces?
- Unos cuantos niños se han puesto de acuerdo para molestar a alguien de la clase y te piden que tú también participes. Tú no estás de acuerdo y no quieres participar. ¿Qué les dirás?
- Alguien te dice que si le traes chucherías será muy amigo tuyo. ¿Qué haces?
- Alguien te dice: "Ves y hazle daño a aquel niño, porque me ha insultado". ¿Qué haces?
- Estáis a punto para salir y alguien desde atrás te da un empujón. Te das la vuelta enfadado y te encuentras con que te dicen: "Perdona, pero es que he tropezado". ¿Qué haces?
- Estás en la sala de vídeo y has puesto los pies en la silla del de delante. El que se sienta delante se gira y te dice: "Por favor, no pongas los pies en la silla porque me molesta mucho". ¿Qué dices o haces?
- Te han dicho que alguien de la clase está hablando mal de ti cuando tú no lo oyes. ¿Qué haces?

- Un compañero y tú encontráis unos cromos en el suelo. los dos los queréis porque los coleccionáis y cada uno dice que son suyos porque los ha visto primero. ¿Cómo resolvéis el problema?
- Acabas de llegar a una fiesta de cumpleaños en donde no conoces a nadie y tienes ganas de ser amigo de un/a niño/a que tienes a tu lado. ¿Qué puedes hacer para conseguirlo?
- Un niño molesta mucho y con frecuencia en clase, gastando bromas. La maestra lo riñe y lo avisa a menudo. El niño piensa que siempre le riñe a él y que a los otros no lo hace tanto como a él. ¿Qué le podemos decir a este niño?

La enseñanza de habilidades de resolución de problemas.

Objetivo: desarrollar estrategias ordenadas, válidas para dar respuestas ante situaciones nuevas y/o más o menos conflictivas.

Generalmente se pretende proporcionar estrategias útiles en una amplia serie de situaciones. Cuando se adiestra en el manejo de estas estrategias al alumno de forma individualizada, puede ser problemático por el gran manejo de componentes cognitivos que implica. La secuencia a seguir podría ser:

- *Qué debería hacer.*
- *Qué posibilidades conozco.*
- *Cuál es la selección de alternativas.*
- *Reflexión sobre mi actuación (qué tal lo hice), lo cual supone una autoevaluación y autoreforzamiento.*

Sin embargo, trabajar la resolución de problemas con el conjunto de la clase, por ejemplo, en asamblea, supone adquirir una serie de hábitos mentales, que en conjunto representan un enriquecimiento gracias a las aportaciones de cada uno de sus compañeros y que ofrecen ocasiones para aprender a respetar la opinión de otros y valorar su punto de vista en contraste con el nuestro.

Un guión para que el tutor pueda trabajar en clase la resolución de problemas podría ser el siguiente:

- 1. Intentar definir el problema que se ha manifestado en la clase.**
Los alumnos deben intentar identificar y definir claramente el problema con sus aportaciones. Se intentará llegar a definir el problema de manera que se llegue a un acuerdo.
- 2. Aportación de posibles soluciones para afrontar el problema.**
Los alumnos apuntarán todas las soluciones que se les ocurra sin que nadie las enjuicie, critique, valore o recorte.
- 3. Análisis de cada una de las soluciones apuntadas, considerando los pros y contras.**
Todos los alumnos deben participar en esta discusión exponiendo con sinceridad sus opiniones. Respetar la opinión del otro, no descalificar. Respetar el turno de palabra. No establecer diálogos que acaparen el protagonismo. Ayudar a practicar la aserción: opinar sin ofender al compañero y no callarse por no entrar en conflicto.
- 4. Elección de la mejor propuesta.**
Escoger aquella solución que sea aceptada por todos. No se trata de que todos la voten sino que todos la acepten aunque no la consideren muy acertada.
- 5. Planificación de la solución elegida.**
En este punto se pueden escribir los acuerdos y, con alumnos mayores, darles la forma de un "contrato". Se trata de prever qué se va a hacer, quién lo va a hacer, cómo lo va a hacer, y cuándo se va a hacer.
- 6. Revisión de los resultados.**
Se trata de marcar cuándo se van a revisar los compromisos acordados. Es muy importante no sólo planificar esta revisión sino también respetar las fechas que se acuerden para hacerlo. De lo contrario, todo el proceso de resolución de problemas pierde su significado.

El Sociograma.

Es muy importante la información que se puede extraer de un Sociograma, ya que está muy relacionada con las Habilidades Sociales.

Popularidad:

Los niños y niñas con muchas elecciones son populares, líderes de grupo. En general, presentan características positivas, pero es posible que sean líderes negativos y que su conducta se afirme contra el adulto o contra otros alumnos y cree admiración entre sus compañeros.

Pero también es posible que alumnos que creemos que son líderes, luego no son votados en un Sociograma.

Correspondencia:

Con la correspondencia se pueden encontrar amistades incipientes (es decir, A ha elegido a B y B ha elegido a A). A la hora de formar grupos es interesante tenerlas en cuenta.

Conviene, sin embargo, no perder de vista las correspondencias negativas, es decir, A ha elegido a B, pero B ha rechazado a A, pues es posible que sea niños o niñas con baja autoestima.

Rechazos:

Los niños o niñas con muchos rechazos no son populares y suelen presentar o bien una conducta agresiva o bien pasiva. Es importante analizar las causas de dicho rechazo y cómo podemos ayudarles a corregirlo.

Formación de subgrupos:

Si existen niños o niñas con parecido número de elecciones y de rechazos puede significar formación de grupos antagónicos. Pero es más normal que se formen subgrupos dentro del gran grupo, entre los cuales exista cierta independencia de elecciones y rechazos.

La popularidad y los rechazos están relacionados con las Habilidades Sociales. Es importante, pues, analizar qué habilidades concretas, o su carencia, son las responsables de tales resultados.

Eso no querrá decir que las Habilidades Sociales sean la única causa, pero sí merece tenerlas en consideración.

BIBLIOGRAFÍA

- ALVAREZ, A. y otros (1997). *El desarrollo de las Habilidades Sociales en niños de 3-6 años*. Madrid: Visor.
- BLECHMAN, E. A. (1990). *Como resolver problemas de comportamiento en la escuela y en casa*. Barcelona: CEAC.
- CABALLO, V. (1999). *Manual de evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- CARPENA, A., AGUILERA, I. (1998). *Una experiència en Habilitats Socials*. Barcelona: Rosa Sensat.
- CLEMES, H. y BEAN, R. (1994). *Cómo enseñar a sus hijos a ser responsables*. Barcelona: Debate.
- COMELLAS, M. J. (1986). *Cómo medir y desarrollar los hábitos personales*. Barcelona: CEAC.
- ELLIS, A. (1981). *Manual de Terapia Racional – Emotiva*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- MICHELSON, L. y otros (1987). *Las Habilidades Sociales en la infancia*. Barcelona: Martínez Roca.
- MONJAS, I. (1999). *Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS)*. Madrid: CEPE.
- MORENEO, C., SOLÉ, I. (Coords.) (1999). *El asesoramiento psicopedagógico: una perspectiva profesional y constructivista*. Madrid: Alianza Editorial.
- PEINE, H. A. y HOWART, R. (1979). *Padres e hijos. Problemas cotidianos de conducta*. Madrid: Siglo XXI.
- PONS, D. (1995). *Educar a los hijos*. Barcelona: Colimbo.
- SMITH, M. J. (1999). *Cuando digo no, me siento culpable*. Grijalbo.
- VALLÉS, A. (1988). *Modificación de la conducta problemática del alumno*. Alcoi: Marfil.
- VALLÉS, A. (1993). *Dificultades de aprendizaje y actividades de refuerzo educativo*. Valencia: Promolibro.
- VALLÉS, A. (1995). *Habilidades Sociales. 1º, 2º y 3º Ciclo (cuadernos de trabajo)*. Alcoi: Marfil.
- VALLÉS, A. (1998). *Dificultades de aprendizaje e intervención psicopedagógica*. Valencia: Promolibro.
- VALLÉS, A. y VALLÉS, C. (1996). *Las Habilidades Sociales en la escuela. Una propuesta curricular*. Madrid: EOS.