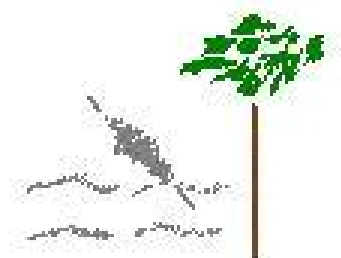


Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales
Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales Habilidades Sociales



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

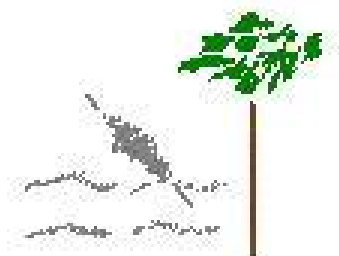
Índice

ÍNDICE

I	INTRODUCCIÓN	6
1	Actitud del adulto	11
2	Habilidades para Infantil y Primaria	12
3	Diseño de la sesión	13
II	HABILIDADES PARA EDUCACIÓN INFANTIL	14
1	Sonreír/reír	15
2	Saludar	16
3	Responder a presentaciones	17
4	Favores	18
5	Cortesía y amabilidad	19
6	Reforzar a los otros	21
7	Unirse al juego	22
8	Compartir	23
9	Conversación en grupo	24
10	Expresar emociones	25
11	Recibir emociones	26
12	Solución de problemas interpersonales	27
III	HABILIDADES PARA EL PRIMER CICLO DE E. PRIMARIA	28
1	No sonreír	29
2	Saludar	30
3	Presentaciones	31
4	Favores	32
5	Cortesía y amabilidad	33
6	Reforzar a los otros	35
7	Unirse al juego	36
8	Cooperar y compartir	37
9	Conversación en grupo	38
10	Autoafirmaciones positivas	39
11	Expresar emociones	40
12	Recibir emociones	41
13	Defender los propios derechos	42
14	Solución de problemas interpersonales	43

IV	HABILIDADES PARA EL SEGUNDO CICLO DE E. PRIMARIA	44
1	Sonreír/reír	45
2	Saludar	46
3	Presentaciones	47
4	Favores	48
5	Cortesía y amabilidad	49
6	Reforzar a los otros	51
7	Unirse al juego	52
8	Cooperar	53
9	Conversaciones	54
10	Defender las propias opiniones	56
11	Autoafirmaciones positivas	58
12	Expresar emociones	59
13	Recibir emociones	61
14	Defender los propios derechos	62
15	Solución de problemas interpersonales	63
V	HABILIDADES PARA EL TERCER CICLO DE E. PRIMARIA	65
1	Saludar	66
2	Presentaciones	67
3	Favores	68
4	Cortesía y amabilidad	69
5	Reforzar a los otros	71
6	Unirse al juego	72
7	Cooperar	73
8	Conversaciones	74
9	Defender las propias opiniones	77
10	Autoafirmaciones positivas	79
11	Expresar emociones	80
12	Recibir emociones	82
13	Defender los propios derechos	83
14	Solución de problemas interpersonales	84

VI	SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN	86
1	Reír/sonreír/no sonreír	87
2	Saludar	88
3	Presentaciones	89
4	Favores	90
5	Cortesía y amabilidad	91
6	Reforzar a otros	92
7	Unirse al juego	93
8	Cooperar y compartir	94
9	Conversaciones	95
10	Defender las propias opiniones	97
11	Autoafirmaciones positivas	98
12	Expresar emociones	99
13	Recibir emociones	101
14	Defender los propios derechos	103
15	Solución de problemas interpersonales	104
VII	BIBLIOGRAFÍA	106



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Introducción



INTRODUCCIÓN

La importancia y relevancia de las habilidades sociales en la infancia viene avalada por los resultados de estudios e investigaciones con los que se constata que existen sólidas relaciones entre la competencia social en la infancia y la adaptación social, académica y psicológica tanto en la infancia como en la vida adulta.

La familia es el contexto principal donde crece el niño, y controla el ambiente social en el que vive y, por tanto, le proporciona las oportunidades sociales. Al incorporarse el niño a la escuela ésta se convierte en un nuevo contexto socializador. El aula, el recreo, el patio, son espacios en los que los niños pasan gran parte del tiempo relacionándose entre sí y con los adultos. La escuela constituye, pues, uno de los entornos más relevantes para el desarrollo social y para enseñar habilidades sociales de relación interpersonal. Por otra parte y como consecuencia de los cambios sociales y económicos, acoge a niños más pequeños y de gran diversidad (alumnos con medidas educativas especiales, otras etnias, población inmigrante, niveles sociales y económicos diversos y en ocasiones desfavorecidos) lo que ha originado un progresivo incremento del número de alumnos que presentan dificultades en sus relaciones cotidianas con los demás.

Por tanto nuestro centro, adaptándose a la realidad social, pretende que nuestros alumnos adquieran un repertorio de conductas que les permita hacer amigos, conversar y exponer opiniones recibiendo las de los demás, expresar sus emociones, solucionar positivamente los conflictos interpersonales y, en definitiva, relacionarse con sus iguales y los adultos de su entorno de forma satisfactoria.

La enseñanza de las habilidades sociales tiene que hacerse de modo directo, intencional y sistemático, porque éstas no mejoran por la simple observación o por la instrucción informal, ni deben estar sujetas exclusivamente al criterio del adulto.

Como se propugna en la LOGSE, la escuela tiene la función social de procurar el desarrollo integral. Un análisis de las cajas rojas del Ministerio permite observar que, aunque de forma diluida e insuficiente, hay objetivos, contenidos, procedimientos y actitudes de algunas áreas en las que se mencionan las relaciones interpersonales. Así se ve en **el área del Conocimiento del Medio** en el bloque relativo a la organización social, en **objetivos** como:

- Participar en el grupo con un talante constructivo, responsable y solidario, valorando las aportaciones propias y ajenas.
- Reconocer al grupo valorando los rasgos propios y respetando las diferencias.



Adentrándonos en los **conceptos** encontramos:

- La convivencia y organización social.
- La armonización de intereses individuales y colectivos.
- Los conflictos de intereses y su solución.
- La importancia del diálogo para la paz.
- Los derechos y los deberes en la comunidad escolar entre iguales y con otras personas.

Y otro tanto sucede en **el área de Lenguaje** con **objetivos** como:

- Saber expresar sentimientos, experiencias adoptando una actitud respetuosa en las aportaciones de los otros.
- Utilizar recursos expresivos lingüísticos y no lingüísticos como son el gesto, la postura o el movimiento corporal.
- Además en esta área se tienen en cuenta estos conceptos:
- El intercambio verbal: Conversaciones, diálogos, debates y asambleas.
- La intención comunicativa para: Expresar sentimientos, narrar, describir, informar, convencer, imaginar.
- El lenguaje comunicativo no verbal como son: El gesto, la postura, el movimiento corporal, pronunciación, ritmo y entonación.
- El manejo de expresiones lingüísticas y vocabulario que amplíen los campos semánticos.
- En una y otra área se proponen procedimientos como:
- La dramatización para la simulación.
- La utilización del lenguaje oral para la solución de conflictos y toma de decisiones colectivas entrenándose en las reglas del intercambio comunicativo como la atención, escucha, concentración, turnos, adecuación de la respuesta, organización de la información, planificación de la experiencia, elaboración de alternativas y anticipación de soluciones.



Y por último, entre las **actitudes** que ambas áreas proponen encontramos:

- La valoración de la lengua oral como instrumento para satisfacer las propias necesidades de comunicación.
- El respeto a las normas de interacción verbal en las situaciones de comunicación.
- La sensibilidad y flexibilidad ante las aportaciones de los demás.
- La aportación de opiniones propias y respeto a las de otros.
- El respeto por los acuerdos alcanzados a través del diálogo.
- La comprensión de los problemas y necesidades de iguales y adultos.
- La valoración del diálogo como instrumento para solucionar los conflictos en la relación con los demás.

Como puede apreciarse en este análisis las habilidades sociales recogidas en este trabajo ya sistematizadas, enlazan con los aspectos del curriculum mencionados y por tanto su entrenamiento entraría en el campo de estas dos áreas, sin olvidar que las relaciones interpersonales impregnan toda la actividad educativa.

En consecuencia nuestro centro considera importante incluirlas en el P.C.C. interrelacionadas con el Plan de Acción Tutorial y dichas áreas.

Así el equipo docente del C. P. Miguel de Cervantes, a través de los acuerdos de su Comisión de Coordinación Pedagógica y como resultado del estudio realizado en seminarios y grupos de trabajo sobre las habilidades sociales, acuerda incluir éstas en el curriculum escolar del centro, tanto para E. Infantil como para E. Primaria.

Sobre su enseñanza y puesta en práctica se han llegado a las siguientes conclusiones y acuerdos:

1. Esta es una enseñanza cuya tarea corresponde a padres y profesores.
2. En el centro es el tutor/a quien asume su enseñanza sistematizada, sin olvidar que todos los adultos que intervenimos en la actividad educativa hemos de mantener el ambiente y la actitud necesaria para favorecer el aprendizaje y la práctica real en las situaciones que procura el contexto escolar.
3. En la casa son los padres los responsables, pero para una adecuada actuación casa-colegio, éste mantendrá informados a los padres en las reuniones trimestrales pidiéndoles, además, su colaboración. Así mismo la orientadora organizará sesiones de formación y entrenamiento a las familias a lo largo del curso.



4. En E. Infantil la enseñanza quedará integrada en las áreas de Comunicación y Representación y en Identidad y Autonomía Personal. En E. Primaria quedará integrada en el área de Lenguaje o en el de Conocimiento del Medio, si estas áreas son impartidas por el tutor.
5. Se dedicará una hora quincenal para su enseñanza formal, procurando crear ambientes y actitudes que favorezcan la incorporación de las habilidades sociales en la conducta habitual de los alumnos.
6. Respecto a la evaluación en principio se incluye en el boletín informativo un apartado en el que se valora la actitud de los alumnos en el aprendizaje de las habilidades sociales.
7. Conforman este documento:
 - Actitud del adulto.
 - Lista de habilidades.
 - Un diseño de la sesión.
 - La secuencia para E. Infantil.
 - La secuencia para E. Primaria.
 - Un listado de situaciones.
 - Bibliografía.

Este equipo ha tomado como base el trabajo de Inés Monjas Casares: PEHIS sobre cuya estructura y contenido hemos realizado ajustes, variaciones, modificaciones, ampliaciones o reorganizado algunos aspectos en función de nuestras características y del criterio del grupo. Agradecemos por tanto, la aportación de esta autora que nos ha sido muy útil para nuestro proyecto y que va a ser básico para nuestra práctica.



ACTITUD DEL ADULTO

Para que la enseñanza de las habilidades sociales tengan calado es imprescindible que los adultos ofrezcan un buen modelo: Una actitud coherente entre lo que se entrena y vive. Es importante crear un clima en donde se fomente el respeto y la ayuda y para ello debemos mantener las siguientes actitudes:

1. Es importante ser positivo.
2. Hacer alabanzas concretas sobre actitudes y trabajo.
3. Evitar comentarios negativos en público.
4. Establecer trabajos cooperativos.
5. Enfocar la atención más sobre la conducta positiva que sobre la negativa.
6. Proponer pocas normas de convivencia pero claras, consensuadas y dando a conocer las consecuencias.
7. Evitar sermonear.
8. La confrontación, si la hay, realizarla en privado.
9. Recordar de forma breve y con frecuencia las normas sociales.
10. Reaccionar ante los conflictos de forma proporcionada.
11. Utilizar el humor sutil para corregir.
12. Expresar lo que se quiere o siente.
13. Comunicarse entre los adultos para actuar de la misma forma.
14. Crear un ambiente sereno y seguro, con una actitud amable y firme.



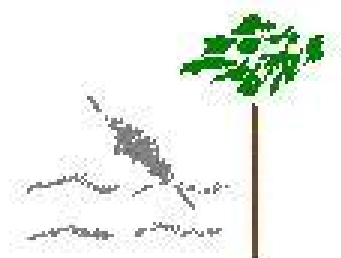
HABILIDADES PARA INFANTIL Y PRIMARIA

- 1.** Sonreír/No sonreír/Reír.
- 2.** Saludar/Despedirse.
- 3.** Presentaciones.
- 4.** Favores.
- 5.** Cortesía y amabilidad.
- 6.** Reforzar a los otros y respetar al que refuerza.
- 7.** Unirse al juego del otro.
- 8.** Cooperar y compartir.
- 9.** Conversar: Iniciar, mantener y terminar conversaciones.
- 10.** Conversar: Unirse a la conversación del grupo.
- 11.** Defender las propias opiniones y disentir.
- 12.** Autoafirmaciones positivas.
- 13.** Expresar emociones.
- 14.** Recibir emociones.
- 15.** Defender los propios derechos.
- 16.** Solución de problemas interpersonales.



DISEÑO DE LA SESIÓN

1. Presentación de la habilidad correspondiente:
 - Definición de la habilidad.
 - Importancia de la habilidad.
 - Identificación en situaciones cotidianas a través de un diálogo.
2. Pasos conductuales que establece la secuencia.
3. Modelado: Se presentan modelos de la habilidad verbalmente, y se representan por el adulto y por los alumnos que creamos ya tienen esa habilidad.
4. Dramatización: Elegir una situación de la lista y representarla por grupos.
5. Cartel con una frase que recuerde la habilidad que se está trabajando.
6. Práctica en las situaciones de convivencia diarias.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Educación Infantil



EDUCACIÓN INFANTIL

SONREÍR: La sonrisa es una conducta no verbal de aprobación o agrado previa a muchos de los contactos que tenemos con los demás.

REÍR: La risa es una conducta que expresa el gozo y la diversión.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Sonreír.
3. Acompañar la sonrisa con otras conductas verbales y no verbales acordes (gestos, expresión facial, movimientos).



EDUCACIÓN INFANTIL

SALUDAR: El saludo es una conducta verbal y no verbal previa a la interacción que muestra que se ha advertido la presencia del otro.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a la otra persona. Mirarla a la cara y a los ojos. Sonreír.
2. Decir frases verbales de saludo: ¡Hola!, buenos días, ¿qué tal estás?
3. Utilizar un gesto corporal: Un beso.



EDUCACIÓN INFANTIL

RESPONDER A UNA PRESENTACIÓN: Es la conducta que sirve para darse a conocer o conocer a otras personas.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Sonreír.
3. Responder con un saludo: ¡Hola!



EDUCACIÓN INFANTIL

FAVORES: **Pedir un favor** significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. **Hacer un favor** significa hacer a otra persona algo que nos ha pedido.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Utilizar la fórmula del “por favor, gracias” cuando piden ayuda o agradecen.



EDUCACIÓN INFANTIL

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Utilizar, según el caso, las fórmulas de: "Por favor, gracias, perdón"
3. En las filas del colegio guardar el puesto sin empujar ni gritar.



EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

PARA ENTRAR EN OTRA CLASE:

1. Llamar a la puerta de forma adecuada: Que se oiga, sin grandes golpes.
2. Acercarse a la mesa del profesor y saludar.
3. Explicar, informar y/o pedir en voz baja para no molestar.
4. Despedirse.
5. Salir con cuidado.



EDUCACIÓN INFANTIL

REFORZAR A OTROS Y RESPETAR AL QUE REFUERZA: Es decir o hacer algo agradable, pero sincero y justo, a otra persona.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales:

1. Mirar a la otra persona, sonreírla.
2. Decir una frase agradable concreta: "¡Qué bonito te ha quedado ese dibujo!, ¡qué juguete tan chulo!..."



EDUCACIÓN INFANTIL

UNIRSE AL JUEGO: Significa entrar en un juego o actividad de un grupo ya formado.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a los niños/as que están jugando y observar su juego.
2. Saludar, sonreír.
3. Ofrecerse a hacer algo del juego: Coger el balón, traer arena, recoger algo...
4. Ofrecer un juguete tuyo para el juego.
5. Imitar a los otros en el juego.
6. Si no se logra entrar:
 - Permanecer tranquilo.
 - Pedir ayuda a un adulto (profesores/padres/cuidadoras...)
7. Si otro niño quiere unirse a vuestro juego:
 - Dejarle entrar amablemente.



EDUCACIÓN INFANTIL

COMPARTIR: Significa ofrecer o dar un objeto, prestarlo, compartirlo o saberlo pedir.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Compartir según las normas de la clase el material común.
2. Ofrecer y prestar tus objetos personales (juguetes, a otros).
3. Utilizar adecuadamente los objetos que te prestan los demás (juguetes).



EDUCACIÓN INFANTIL

INICIAR, MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES Y UNIRSE AL GRUPO:

Conversar significa empezar a hablar con una persona o varias, mantener la conversación durante un tiempo de manera que resulte agradable y saber terminarla de forma adecuada.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Para participar en las conversaciones de grupo y defender tus opiniones: (Entre iguales, en la clase)

1. Prestar atención a lo que se propone como tema de conversación.
2. Escuchar y mirar al que habla.
3. Levantar la mano si quieres entrar en la conversación
4. Hablar cuando te dan el turno.
5. Acompañar lo que se dice con un lenguaje corporal adecuado: Tono y volumen de voz, expresión de la cara.
6. Ajustarse al tema que se propone.
7. Respetar las normas establecidas para terminar la conversación.



EDUCACIÓN INFANTIL

EXPRESAR EMOCIONES: Significa comunicar a otras personas cómo nos sentimos o comunicar a otra persona los sentimientos que ella nos provoca.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Darse cuenta y notar la emoción (¿qué me pasa, qué siento, qué digo?) (que sea la profesora quien lo exprese y les haga reflexionar sobre lo que les pasa).
2. Expresar con la cara y el cuerpo estados emocionales básicos.
3. Relacionar ese estado emocional con una expresión verbal acorde y expresarlo en alto.

Vocabulario para expresar los estados emocionales:

Me siento, soy, estoy:

- Alegre, contento, feliz, tranquilo, valiente.
- Amable, querido.
- Sorprendido, asombrado, disgustado.
- Culpable, cobarde.
- Preocupado, desganado, solo, inquieto, nervioso, asustado, apartado de...
- Rabioso, furioso, enfadado.

Siento:

- Pena, miedo, terror, simpatía, disgusto, asco, antipatía, pereza, aburrimiento.



EDUCACIÓN INFANTIL

RECIBIR EMOCIONES: Significa responder adecuadamente ante las emociones y sentimientos que expresan las otras personas. Supone también responder a los sentimientos que uno mismo provoca en los demás.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el estado de ánimo, emociones o sentimientos en otras personas:
 - Observando el lenguaje corporal del otro: La mirada, el tono de voz, la expresión de la cara...
2. Acercarse al otro y preguntarle: ¿Por qué lloras?, ¿no juegas?.



EDUCACIÓN INFANTIL

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES: Significa y supone **reconocer** que hay un conflicto, **buscar** diferentes soluciones, **anticipar** que consecuencias supone cada solución y **elegir** la adecuada para ponerla en práctica.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el problema. El alumno explicita qué es lo que ha ocurrido. ¿Cuál es el problema, qué pasó, qué ocurrió, cuál fue el motivo?.
2. Identificar qué personas están identificadas en el problema. Relato de las dos personas. ¿Qué hiciste tú, qué dijo o hizo la otra persona?.
3. Buscar soluciones al problema. ¿Qué se puede hacer y/o decir para solucionar el problema, qué otra cosa se podría hacer, quién tiene otra idea?.
4. Analizar las consecuencias que pueden tener las posibles soluciones: Positivas y negativas.
5. Elegir una solución.

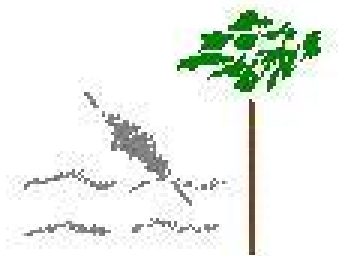
Ejemplo de una situación:

Te han quitado el lápiz.

¿Cuál ha sido el motivo, qué ha pasado, quién ha sido?

¿Qué podemos hacer para que te devuelva el lápiz y no vuelva a suceder?

De entre todas las soluciones que has pensado ¿cuál te parece la mejor?. Elige una y ponla en práctica.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Primer ciclo de Educación Primaria



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

NO SONREÍR.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

En situaciones como:

1. Una persona mayor desconocida se acerca y te invita a entrar en su coche o acompañarle.
 - No hacer caso.
 - Marcharse.
2. Un compañero se ha caído con los patines y parece que se ha hecho daño.
3. Observar si necesita ayuda.
4. Ofrecerse a ayudar.
5. Hacer notar que si te has sonreído era por la situación.
6. Alguien está haciendo el payaso en clase durante el trabajo personal.
7. No mirar.
8. Concentrarse en el trabajo.
9. La profesora está riñendo a alguien en clase.
10. Escuchar con respeto.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

SALUDAR: El saludo es una conducta verbal y no verbal previa a la interacción que muestra que se ha advertido la presencia del otro.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a la otra persona. Mirarla a la cara y a los ojos. Sonreír.
2. Decir frases verbales de saludo: ¡Hola!, buenos días, ¿qué tal estás?.
3. Utilizar un gesto corporal: Un beso.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTACIONES: Es la conducta que sirve para darse a conocer, conocer o hacer que se conozcan otras personas.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

PRESENTAR A OTROS:

- Decir el nombre de las personas utilizando una fórmula: Te presento a...Ésta es mi...



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

FAVORES: **Pedir un favor** significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. **Hacer un favor** significa hacer a otra persona algo que nos ha pedido.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Utilizar la fórmula del “por favor, gracias” cuando piden ayuda o agradecen.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Utilizar, según el caso, las fórmulas de: "Por favor, gracias, perdón"
3. En las filas del colegio guardar el puesto sin empujar ni gritar.
4. Añadir componentes no verbales: Gestos de manos, tonos de voz, sonrisa, proximidad, posturas.



EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

PARA ENTRAR EN OTRA CLASE:

1. Llamar a la puerta de forma adecuada: Que se oiga, sin grandes golpes.
2. Acercarse a la mesa del profesor y saludar.
3. Explicar, informar y/o pedir en voz baja para no molestar.
4. Despedirse.
5. Salir con cuidado.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

REFORZAR A OTROS Y RESPETAR AL QUE REFUERZA: Es decir o hacer algo agradable, pero sincero y justo, a otra persona.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales:

1. Mirar a la otra persona, sonreírla.
2. Decir una frase agradable concreta: "¡Qué bonito te ha quedado ese dibujo!, ¡qué juguete tan chulo!..."



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIRSE AL JUEGO: Significa entrar en un juego o actividad de un grupo ya formado.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a los niños/as que están jugando y observar su juego.
2. Decidir entrar y esperar el momento apropiado para entrar: Descanso, una niña te mira, la pelota viene donde tu estás...
3. Sonreír, saludar, mirar al otro, dirigirte a alguien que conozcas más y pedir si puedes jugar...
4. Ofrecer un juguete tuyo para el juego.
5. Imitar a los otros en el juego, seguir las directrices del líder o las marcadas. No obstaculizar.
6. Agradecer el que te hayan dejado participar.
7. Si no se logra entrar:
 - Permanecer tranquilo.
 - Buscar otro grupo.
 - Pedir ayuda a un adulto (profesores/padres/cuidadoras...)
8. Si otro niño quiere unirse a vuestro juego:
9. Dejarle entrar amablemente.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

COOPERAR: Supone tomar parte en una tarea o actividad común que implica respetar, dar sugerencias y colaborar todos en la realización del trabajo.

COMPARTIR: Significa ofrecer o dar un objeto, prestarlo, compartirlo o saberlo pedir.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

COOPERAR:

En el juego:

1. Saber actuar por turnos.
2. Participar activamente en el juego o actividad facilitando su desarrollo. Ofrecer y aceptar sugerencias, proponer y secundar iniciativas. Aportar ideas nuevas para el juego.
3. Dar ánimo.
4. Seguir las normas o reglas establecidas en el juego.
5. Participar con tono amistoso, cordial y positivo
6. Ser buen ganador o perdedor.

COMPARTIR:

1. Ofrecer y prestar tus propios objetos a otros.
 - Haciéndolo de buena gana.
 - Explicando claramente a la otra persona la forma de uso y cuándo devolver lo prestado.
2. Utilizar adecuadamente los objetos que te prestan los demás.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

INICIAR, MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES Y UNIRSE AL GRUPO:

Conversar significa empezar a hablar con una persona o varias, mantener la conversación durante un tiempo de manera que resulte agradable y saber terminarla de forma adecuada.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Para participar en las conversaciones de grupo y defender tus opiniones: (Entre iguales, en la clase).

1. Prestar atención a lo que se propone como tema de conversación.
2. Escuchar y mirar al que habla.
3. Levantar la mano si quieres entrar en la conversación.
4. Hablar cuando te dan el turno.
5. Acompañar lo que se dice con un lenguaje corporal adecuado: Tono y volumen de voz, expresión de la cara, movimientos y gestos acordes.
6. Ajustarse al tema que se propone.
7. Respetar las normas establecidas para terminar la conversación.
8. Recibir y comprender lo que dicen otros dando señales de escucha activa.
9. Ser breve, claro, conciso y no repetirse.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS: Significa decir cosas positivas de sí mismo de forma sincera y justa, sobre cómo somos o lo que hacemos.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Decir una frase o expresión verbal que afirme algo agradable de uno mismo con gesto amable y lenguaje sincero: ¡Qué fenomenal lo hago!, tengo unos ojos preciosos, lo conseguí, me he esforzado mucho y lo he logrado, soy simpática y agradable con los demás...
2. Que las afirmaciones se refieren a logros personales y esfuerzo individual.
3. Determinar si es momento o lugar apropiado para decir algo positivo sobre uno mismo.
4. Aumentar cada día la lista de cosas agradables y positivas que decirse.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

EXPRESAR EMOCIONES: Significa comunicar a otras personas cómo nos sentimos o comunicar a otra persona los sentimientos que ella nos provoca.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Darse cuenta y notar la emoción (¿qué me pasa, qué siento, qué digo?) (que sea la profesora quien lo exprese y les haga reflexionar sobre lo que les pasa).
2. Expresar con la cara y el cuerpo estados emocionales básicos.
3. Relacionar ese estado emocional con una expresión verbal acorde y expresarlo en alto.

Vocabulario para expresar los estados emocionales:

Me siento, soy, estoy:

- Alegre, contento, feliz, tranquilo, valiente.
- Amable, querido.
- Sorprendido, asombrado, disgustado.
- Culpable, cobarde.
- Preocupado, desganado, solo, inquieto, nervioso, asustado, apartado de...
- Rabioso, furioso, enfadado.

Siento:

- Pena, miedo, terror, simpatía, disgusto, asco, antipatía, pereza, aburrimiento.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

RECIBIR EMOCIONES: Significa responder adecuadamente ante las emociones y sentimientos que expresan las otras personas. Supone también responder a los sentimientos que uno mismo provoca en los demás.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el estado de ánimo, emociones o sentimientos en otras personas:
 - Observando el lenguaje corporal del otro: La mirada, el tono de voz, la expresión de la cara, los hombros caídos, lo que hace (llora, se queda en un rincón), lo que no hace (no juega, no habla, no mira...).
 - Imaginando las causas para ese sentimiento.
2. Acercarse al otro y preguntarle: ¿Por qué lloras?, ¿no juegas?, ¿qué te pasa?, ¿estás mala?, ¿estás triste?...
3. Escuchar lo que la otra persona dice y permitirle que exprese sus sentimientos y te comunique su emoción: Qué dice, cómo habla...



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS: Significa decir a otras personas que están haciendo o diciendo algo que nos molesta o nos están tratando injustamente.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales:

1. Recapacitar sobre si la situación que se ha dado es injusta para uno, es decir, daña algo sobre lo que se tiene derecho.
2. Expresar la petición o queja de forma tranquila, con tono de voz adecuado, de forma amable.
3. Agradecer.

Recibir y responder a la defensa de los derechos que hacen los demás:

1. Escuchar con atención e interés lo que dice la otra persona.
2. Ponerse en el lugar del otro y comprender lo que dice y su punto de vista.
3. Controlar el enfado y/o la sensación desagradable que nos produce escuchar la reivindicación de la otra persona.
4. Actuar en consecuencia:
 - Ceder si es necesario y hacerlo de buen grado.
 - Negarse si no es oportuno lo que pide la otra persona.



PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES: Significa y supone **reconocer** que hay un conflicto, **buscar** diferentes soluciones, **anticipar** que consecuencias supone cada solución y **elegir** la adecuada para ponerla en práctica.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el problema. El alumno explicita qué es lo que ha ocurrido. ¿Cuál es el problema, qué pasó, qué ocurrió, cuál fue el motivo?.
2. Identificar qué personas están identificadas en el problema. Relato de las dos personas. ¿Qué hiciste tú, qué dijo o hizo la otra persona?.
3. Buscar soluciones al problema. ¿Qué se puede hacer y/o decir para solucionar el problema, qué otra cosa se podría hacer, quién tiene otra idea?.
4. Analizar las consecuencias que pueden tener las posibles soluciones: Positivas y negativas.
5. Elegir una solución.

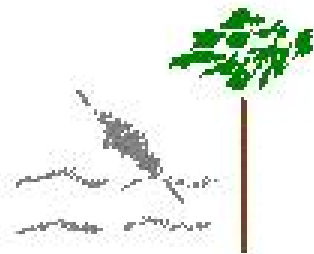
Ejemplo de una situación:

Te han quitado el lápiz.

¿Cuál ha sido el motivo, qué ha pasado, quién ha sido?.

¿Qué podemos hacer para que te devuelva el lápiz y no vuelva a suceder?.

De entre todas las soluciones que has pensado ¿cuál te parece la mejor?. Elige una y ponla en práctica.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Segundo ciclo de Educación Primaria



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

SONREÍR.REÍR: Situaciones en las que no es conveniente sonreír o reír.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

En situaciones como:

1. Una persona mayor conocida se acerca y te invita a entrar en su coche o acompañarle:
 - No hacer caso.
 - Marcharse.
2. Un compañero se ha caído con los patines y parece que se ha hecho daño:
 - Observar si necesita ayuda.
 - Ofrecerse a ayudar.
 - Hacer notar que si se ha reído era por la situación.
3. Alguien está haciendo el payaso en clase durante el trabajo personal:
 - No mirar.
 - Concentrarse en el trabajo.
4. La profesora está riñendo a alguien en clase:
 - Escuchar con respeto.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

SALUDAR: El saludo es una conducta verbal y no verbal previa a la interacción que muestra que se ha advertido la presencia del otro.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a la otra persona. Mirarla a la cara y a los ojos. Sonreír.
2. Decir frases verbales de saludo: ¡Hola!, buenos días, ¿qué tal estás?
3. Utilizar un gesto corporal: Un beso, abrazo.
4. Mostrar mediante expresión verbal y gestual el agrado del encuentro.
5. Decir fórmulas de iniciación y/o mantenimiento si queremos continuar la relación, o de despedida si queremos terminarla: ¿Puedes quedarte un rato?, ¡qué pena, me tengo que ir!, ¿nos veremos otro día?.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTACIONES: Es la conducta que sirve para darse a conocer, conocer o hacer que se conozcan otras personas.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. PRESENTAR A OTROS:

- Decir el nombre de las personas utilizando una fórmula: Te presento a...Ésta es mi...

2. RESPONDER A PRESENTACIONES:

- Mirar a la otra persona.
- Sonreír.
- Responder con un saludo: ¡Hola!.
- Decir una frase como respuesta a la presentación: ¿Qué tal?.
- Utilizar un gesto corporal: Un beso, dar la mano.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

FAVORES: **Pedir un favor** significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. **Hacer un favor** significa hacer a otra persona algo que nos ha pedido.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Pedir el favor y agradecer con fórmulas verbales más elaboradas que el “por favor y gracias”.
2. Utilizar una expresión facial y gesto corporal acordes.

Fórmulas:

- Necesito que me hagas un favor...
- Ocurre que...
- ¿Te importaría ayudarme...?
- Gracias, eres muy amable, te lo agradezco...
- Te pediría que tu...



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Utilizar, según el caso, las fórmulas de: "Por favor, gracias, perdón".
3. Añadir componentes no verbales: Gestos de manos, tonos de voz, sonrisa, proximidad, posturas.
4. Prestar ayuda a un igual o adulto que lo necesite sin que te lo solicite: Ofrecerse.
5. Guardar turno en la cola del cine, autobús, supermercado, centro cívico y colegio con corrección y educación: No gritar, respetar tu puesto, no empujar...
6. Sostener la puerta para que pase alguien.
7. En la fila, en el colegio, saber cortar para que pase un adulto que lo pide: Padres, profesora, conserje, cuidadoras...



EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

PARA ENTRAR EN OTRA CLASE:

1. Llamar a la puerta de forma adecuada: Que se oiga, sin grandes golpes.
2. Acercarse a la mesa del profesor y saludar.
3. Explicar, informar y/o pedir en voz baja para no molestar.
4. Despedirse.
5. Salir con cuidado.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

REFORZAR A OTROS Y RESPETAR AL QUE REFUERZA: Es decir o hacer algo agradable, pero sincero y justo, a otra persona.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales:

1. Mirar a la otra persona, sonreírla.
2. Decir una frase agradable concreta: "¡Qué bonito te ha quedado ese dibujo!, ¡qué juguete tan chulo!..."
3. Ser sincero y justo alabando para agradar, pero siempre de acuerdo con lo que pensamos y sentimos.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIRSE AL JUEGO: Significa entrar en un juego o actividad de un grupo ya formado.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a los niños/as que están jugando y observar su juego.
2. Decidir entrar y esperar el momento apropiado para ello: Descanso, una niña te mira, la pelota viene donde tú estás...
3. Sonreír, saludar, mirar al otro, dirigirte a alguien que conozcas más y pedir: ¿Puedo jugar?
4. No imponer ni proponer cambios bruscos, ni obstaculizar.
5. Agradecer el que te hayan dejado participar. Decir algo agradable.
6. Si no se logra entrar:
7. Permanecer tranquilo.
8. Buscar alternativas: Otros grupos, otras formas de entrar como dirigirse a alguien simpático o más conocido.
9. Si otra niña quiere unirse a vuestro juego:
 - Aceptar cordialmente: ¡Por supuesto!, ¡vale, puedes jugar!, ¡venga, claro que sí!.
 - No poner mala cara.
 - Si el juego está empezado, dejar la puerta abierta para entrar en otro momento: "Lo sentimos, el partido ya ha empezado, cuando termine hacemos otro y entras, espera a que cambiemos de juego, ven mañana más pronto..."



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

COOPERAR: Supone tomar parte en una tarea o actividad común que implica respetar, dar sugerencias y colaborar todos en la realización del trabajo.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

COOPERAR:

En el juego, en el deporte y en actividades de colaboración de clase y del colegio:

1. Saber actuar por turnos.
2. Participar activamente facilitando su desarrollo. Ofrecer y aceptar sugerencias, proponer y secundar iniciativas, a aportar ideas nuevas.
3. Dar ánimo.
4. Seguir las normas o reglas establecidas.
5. Participar con tono amistoso, cordial y positivo.
6. Ser buen ganador o perdedor.
7. Pedir ayuda y agradecerla con el lenguaje adecuado.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

INICIAR, MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES Y UNIRSE AL GRUPO:

Conversar significa empezar a hablar con una persona o varias, mantener la conversación durante un tiempo de manera que resulte agradable y saber terminarla de forma adecuada.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Iniciar una conversación entre iguales: (Un compañero nuevo, alguien de otro curso, alguien que me gustaría que fuese mi amigo, alguien del parque, en un campamento)

- Determinar con quién se habla.
- Elegir el momento y lugar oportunos.
- Determinar el tema de conversación: Algo que ocurre, que guste a ambos, que conozcas, que guste al otro, aficiones...
- Acercarse a la otra persona, mirarla y sonreírla.
- Saludarla, si es conocida, presentarse, si es desconocida.
- Utilizar fórmulas de inicio de conversación: ¿Viste el programa de...?, ¿a ti te gusta?, ¿a qué colegio vas?, ¿vives aquí en el barrio?, ¿sabes que...?
- Utilizar una conducta no verbal adecuada: Gestos, proximidad.
- Ser breve, claro, conciso y no repetirse.

2. Responder a otro que quiere iniciar una conversación:

Responder al saludo.

Responder a la iniciación que hace el otro.



3. Mantener una conversación entre iguales:

- Recibir y comprender lo que dice el otro.
- ♣ Prestando atención.
- ♣ Dando señales de escucha activa: Mirada, postura.
- Responder a lo que dice el otro y expresar lo que tu piensas y sientes:
- ♣ Respondiendo a las preguntas que te vayan haciendo.
- ♣ Expresando tus ideas y opiniones.
- ♣ Dando información adicional sobre ti.
- ♣ Tomando turno en la conversación: Hablar/escuchar, preguntar/responder.
- Acompañarse de un lenguaje corporal adecuado: Movimientos, gestos, voz, proximidad.

4. Terminar una conversación entre iguales:

- Exponer a la otra persona que tiene que terminar la conversación con un lenguaje adecuado: ¡Qué pena, me tengo que ir!.,.
- Despedirse.

5. Unirse a la conversación de otros:

- Acercarse al grupo.
- Escuchar un momento de qué están hablando y cómo lo hacen.
- Determinar si sabes entrar en la conversación.
- Esperar el momento adecuado (una pausa). No interrumpir el curso de la conversación.
- Decir una expresión verbal para introducirse en la conversación: ¿Estáis hablando de...?, ¿puedo hablar con vosotros?, yo sé que ..., a mi me han dicho...
- Una vez en la conversación participar correctamente.
- Si no te dejan entrar en la conversación, buscar alternativas: Buscar otro grupo, quedarse escuchando.

6. Otro niño o niña quiere unirse a la conversación:

- Aceptarle amablemente: Abrir el círculo, ofrecerle asiento, preguntar, sonreír...
- En caso de que un niño intervenga de forma inadecuada, decirle amablemente: Baja el volumen, déjanos dar nuestra opinión, terminamos y ya nos cuentas...



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

DEFENDER LAS PROPIAS OPINIONES Y DISENTIR: Significa manifestar a las otras personas tus ideas, tu punto de vista respecto a determinados temas o situaciones dando argumentos.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Para participar en las conversaciones de grupo y defender tus opiniones: (Entre iguales)

1. Escuchar lo que se dice
 - Sin interferir ni interrumpir.
 - Tolerando las ideas de los otros, aunque no las compartas de modo cordial y amistoso, sin enfadarse.
2. Intervenir en la conversación:
 - Exponiendo correctamente las propias ideas y opiniones.
 - Siendo breve, claro, conciso, no repetirse.
 - Haciendo comentarios y observaciones relevantes sobre el tema.
 - Utilizando un lenguaje acorde: Volumen suficiente para ser oído, no demasiado alto para que no moleste y estableciendo contacto ocular con las personas a las que hablas.
 - Manifestando el acuerdo o desacuerdo de modo amistoso y cordial.
 - Interviniendo en el momento adecuado, cuando es oportuno, cuando te han dado la palabra.
3. Respetar las normas establecidas por el grupo: Levantar la mano, respetar el turno, ser breve...



4. Si tus opiniones son ignoradas o criticadas, defenderlas:

- Repitiendo el mensaje.
- Tratando de sintetizar.
- Añadiendo más información.
- Matizando tu lenguaje corporal para que el mensaje tenga más fuerza



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS: Significa decir cosas positivas de sí mismo de forma sincera y justa, sobre cómo somos o lo que hacemos.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Determinar si es momento o lugar apropiado para decir algo positivo sobre uno mismo.
2. Decir una frase o expresión verbal que afirme algo agradable de uno mismo con gesto amable y lenguaje sincero: ¡Qué fenomenal lo hago!, ¡tengo unos ojos preciosos!, ¡lo conseguí!, ¡me he esforzado mucho y lo he logrado!, ¡soy simpática y agradable con los demás!...
3. Utilizar un gesto corporal o verbal acordes: Gesto, tono y expresión firma pero agradable evitando comparaciones.
4. Decirse y escribirse una lista de cosas positivas.
5. Leer frecuentemente la lista de cosas positivas.
6. Aumentar cada día la lista de cosas agradables y positivas que decirse.
7. Que las afirmaciones se refieren a logros personales y esfuerzo individual.
8. Ser sincero y ajustado en las cosas positivas que nos decimos.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

EXPRESAR EMOCIONES. Significa comunicar a otras personas cómo nos sentimos o comunicar a otra persona los sentimientos que ella nos provoca.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Darse cuenta y notar la sensación física: Un nudo en el estómago, latido fuerte del corazón, escalofrío, ceño fruncido, sin ganas de hablar, no me río, río continuamente, me cosquillea el estómago, sudor, temblor, respiración.
2. Asociar la sensación física con una emoción (observarse a sí mismo: qué me pasa, qué siento, qué digo). Por ejemplo: Estoy sudando, me tiemblan las rodillas, me palpita fuerte el corazón al ver a esa niña que suele pegarme cuando me ve: Es porque siento miedo)
3. Descubrir e identificar las razones, las causas, los antecedentes de esa emoción: ¿Por qué me siento así?, ¿qué ha ocurrido antes?, ¿qué hice?, ¿qué dije?, ¿qué dijo o hizo la otra persona?.
4. Expresar a otros esa emoción o sentimiento con expresión verbal adecuada y lenguaje corporal oportuno:
 - Buscando el momento y el lugar oportuno.
 - Describiendo breve y claramente cómo te sientes.
 - Dando las razones y causas de ese sentimiento (si es oportuno)
 - Escuchando las razones de la otra persona (si me las quiere dar)
 - Agradeciendo a la otra persona el que te haya escuchado.



5. Buscar modos para mantener y/o intensificar la emoción si es positiva (alegría, contento, sorpresa, aceptación...)
 - Expresándolo corporalmente.
6. Controlar la emoción, reduciéndola y/o eliminándola si es negativa (desagrado, soledad, vergüenza, culpa...)
 - Con estrategias de autocontrol: Hacer relajación (cuento hasta diez, respiro lento y profundo)
 - Pidiendo ayuda.

Vocabulario relativo a emociones / sentimientos / afectos:

Me siento, soy, estoy:

- Feliz, tranquilo, satisfecho, eufórico.
- Aceptado, confiado, agradecido.
- Sorprendido, asombrado, desconcertado, despreciado, desdeñado, disgustado.
- Perplejo, desazonado, humillado, pesaroso.
- Ansioso, pesimista, melancólico, desganado, desalentado, desasosegado, nervioso, asustado, rechazado.
- Furioso, resentido, indignado, irritado.

Siento:

- Pesimismo, compasión, incertidumbre, angustia, miedo, terror, manía, euforia, adoración por, asco, antipatía, simpatía, disgusto, remordimiento, pesar, celos, pereza, aburrimiento, humillación.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

RECIBIR EMOCIONES: Significa responder adecuadamente ante las emociones y sentimientos que expresan las otras personas. Supone también responder a los sentimientos que uno mismo provoca en los demás.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el estado de ánimo, emociones o sentimientos positivos y negativos en otras personas:
 - Observando lo que la otra persona hace: Atender a su expresión corporal(parece cansada, lo que hace, lo que no hace, cómo tiene la cara, por qué mira hacia abajo, tiene el ceño fruncido, parece triste, ausente...)
 - Escuchando lo que la otra persona te dice. Permitir que la otra persona exprese sus sentimientos y te comunique su emoción.
2. Ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus sentimientos.
3. En el caso de recibir emociones y sentimientos positivos (cariños, cumplidos, elogios...) responder con expresiones verbales como: Gracias, me hace ilusión que me digas eso, yo también estoy bien contigo, bueno, pues me alegra saberlo... y con lenguaje corporal como: La sonrisa, la mirada al otro...
 - En el caso de recibir críticas y sentimientos negativos.
 - Escuchar.
 - Aceptar la crítica, el enfado o sentimiento negativo del otro(si es justo) explicando la propia conducta, si es necesario.
 - Pedir explicaciones y exponer las razones de la equivocación de la otra persona(si es injusto)



• SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS: Significa decir a otras personas que están haciendo o diciendo algo que nos molesta o nos están tratando injustamente

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales y adultos:

1. Recapacitar sobre si la situación que se ha dado es injusta para uno, es decir, daña algo sobre lo que se tiene derecho.
2. Expresar la petición o queja de forma tranquila, con tono de voz adecuado, de forma amable.
3. Expresar una negativa utilizando una expresión verbal correcta: Directa, breve y clara. Utilizar mensajes: "Yo", con contacto ocular y distancia cercana al interlocutor.
4. Agradecer.
5. Fórmulas de expresión: Lo siento, perdona, ¿te importaría dejar de...?; me estás molestando. Gracias. ¿Podrías...?. Creo que..., sería mejor para mí si...
6. En el caso de no encontrar respuesta adecuada por parte del otro, habría que recurrir a los pasos conductuales de la habilidad relativa a la solución de problemas interpersonales.

Recibir y responder a la defensa de los derechos que hacen los demás:

1. Escuchar con atención e interés lo que dice la otra persona.
2. Ponerse en el lugar del otro y comprender lo que dice y su punto de vista.
3. Controlar el enfado y/o la sensación desagradable que nos produce escuchar la reivindicación de la otra persona.
4. Actuar en consecuencia:
 - Ceder si es necesario y hacerlo de buen grado.



SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

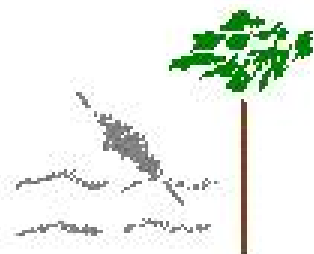
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES: Significa y supone **reconocer** que hay un conflicto, **buscar** diferentes soluciones, **anticipar** qué consecuencias supone cada solución, **elegir** la adecuada y **probarla**.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el problema (importancia de la reflexión frente a la impulsividad) ¿Cuál es el problema?, Qué pasó, qué ocurrió, por qué has hecho eso, por qué crees que lo ha hecho la otra persona...
2. Delimitación de la responsabilidad en el problema: Inicio del conflicto por él mismo, inicio del conflicto por otros y respuesta que da.
3. Identificar los sentimientos que provoca en mí el problema, y los que creo que provoca en la/s otra/s personas. ¿Cómo te sientes? ¿Por qué? ¿Cómo crees que se siente la otra persona? ¿Por qué?
4. Buscar las soluciones: ¿Cómo se puede resolver el problema, qué se puede hacer y/o decir para solucionar el problema, qué más, qué otra cosa se podría hacer, qué otra cosa se te ocurre hacer, qué otra cosa harías si no se pudiera hacer lo anterior?
5. Anticipar las consecuencias de la puesta en práctica de las posibles soluciones buscadas, analizando los aspectos positivos o negativos de las soluciones: Si yo hago....¿Qué puede ocurrir después? Si la otra persona hace ¿Qué puede ocurrir después? ¿Qué harás / dirás? ¿Qué harán dirán las otras personas? ¿Cómo me voy a sentir yo? ¿Cómo se van a sentir?



6. Elegir una solución adecuada entre todas las alternativas posibles ¿Es una solución que acaba con el problema? ¿Crea otros nuevos problemas? ¿Es una buena idea? ¿Por qué? ¿Esa solución es justa? ¿Cómo afecta a la otra persona? ¿Cómo se va a sentir? ¿Se tienen en cuenta sus derechos? ¿Cómo te hace sentir a ti esa solución? ¿Qué consecuencias tendrá a corto y a largo plazo para la relación con el otro?.
7. Probar la solución:
- Buscar el momento y lugar apropiado.
 - Valorar los medios que se van a utilizar.
 - Tener en cuenta los obstáculos que pueden aparecer y cómo se pueden salvar.
 - Ponerlo en práctica y evaluar los resultados obtenidos.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Tercer ciclo de Educación Primaria



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

SALUDAR: El saludo es una conducta verbal y no verbal previa a la interacción que muestra que se ha advertido la presencia del otro.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a la otra persona. Mirarla a la cara y a los ojos. Sonreír.
2. Decir frases verbales de saludo: ¡Hola!, buenos días, ¿qué tal estás?
3. Utilizar un gesto corporal: Un beso, abrazo, dar la mano.
4. Mostrar mediante expresión verbal y gestual el agrado del encuentro.
5. Decir fórmulas de iniciación y/o mantenimiento si queremos continuar la relación, o de despedida si queremos terminarla: ¿Puedes quedarte un rato?, ¡qué pena, me tengo que ir!, ¿nos veremos otro día?.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTACIONES: Es la conducta que sirve para darse a conocer, conocer o hacer que se conozcan otras personas.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. PRESENTAR A OTROS

- Decir el nombre de las personas utilizando una fórmula: Te presento a...Ésta es mi...

2. PRESENTARSE A OTRAS PERSONAS

- Mirar a las personas y saludarlas: ¡Hola!, buenos días.
- Decir tu nombre y algún otro dato de identificación: Me llamo..., soy...
- Acompañar de conductas no verbales: Sonreír, dar la mano, aproximarse.
- Explicar tus deseos, circunstancias, que motivan tal presentación: Quería que..., necesito que...



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

FAVORES: **Pedir un favor** significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. **Hacer un favor** significa hacer a otra persona algo que nos ha pedido.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Pedir el favor y agradecer con fórmulas verbales más elaboradas que el “por favor y gracias”.
2. Utilizar una expresión facial y gesto corporal acordes.
3. Hacer un favor, si se nos pide, con el mejor talante posible

Fórmulas:

- Necesito que me hagas un favor...
 - Ocurre que...
 - ¿Te importaría ayudarme...?
 - Gracias, eres muy amable, te lo agradezco...
 - Te pediría que tú...
 - Cuenta conmigo.
 - Cuando quieras.
 - Dime lo que necesitas.
 - Claro, por supuesto.
 - Estupendo, cuando quieras.
4. Negarse, si la petición no está a nuestro alcance o no nos parece razonable, de forma agradable y correcta.

Fórmulas:

- Hoy no puedo, ¿qué te parece mañana?.
- Lo que me pides no sé hacerlo, pero conozco a... que te puede ayudar.
- ¿Cuándo quedamos?.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Mirar a la otra persona.
2. Utilizar, según el caso, las fórmulas de: "Por favor, gracias, perdón".
3. Añadir componentes no verbales: Gestos de manos, tonos de voz, sonrisa, proximidad, posturas.
4. Prestar ayuda a un igual o adulto que lo necesite sin que te lo solicite: Ofrecerse.
5. Guardar turno en la cola del cine, autobús, supermercado, centro cívico y colegio con corrección y educación: No gritar, respetar tu puesto, no empujar...
6. Sostener la puerta para que pase alguien.
7. En la fila, en el colegio, saber cortar para que pase un adulto: Padres, profesora, conserje, cuidadoras, otros adultos...
8. Ceder el paso en una entrada.
9. Ceder el sitio en un lugar público a una persona mayor, inválida, niño pequeño...
10. Pedir por favor que te dejen pasar en una aglomeración de gente, y por tanto, no avasallar.



EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

CORTESÍA Y AMABILIDAD: Conjunto de conductas diversas para relacionarnos con otras personas de forma cordial, agradable y amable.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

PARA ENTRAR EN OTRA CLASE:

1. Llamar a la puerta de forma adecuada: Que se oiga, sin grandes golpes.
2. Acercarse a la mesa del profesor y saludar.
3. Explicar, informar y/o pedir en voz baja para no molestar.
4. Despedirse.
5. Salir con cuidado.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

REFORZAR A OTROS Y RESPETAR AL QUE REFUERZA: Es decir o hacer algo agradable, pero sincero y justo, a otra persona.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

A los adultos:

1. Elegir el lugar y momento adecuado.
2. Mirar al adulto y sonreírle.
3. Decir una frase o comentario agradable especificando qué se alaba.
4. Ser sincero y justo alabando para agradar, pero siempre de acuerdo con lo que pensamos y sentimos.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIRSE AL JUEGO: Significa entrar en un juego o actividad de un grupo ya formado.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Acercarse a los niños/as que están jugando y observar su juego.
2. Decidir entrar y esperar el momento apropiado para ello: Descanso, una niña te mira, la pelota viene donde tú estás...
3. Sonreír, saludar, mirar al otro, dirigirte a alguien que conozcas más y pedir: ¿Puedo jugar?.
4. No imponer ni proponer cambios bruscos, ni obstaculizar.
5. Agradecer el que te hayan dejado participar. Decir algo agradable.
6. Si no se logra entrar:
 - Permanecer tranquilo.
 - Buscar alternativas: Otros grupos, otras formas de entrar como dirigirse a alguien simpático o más conocido.
7. Si otra niña o niño quiere unirse a vuestro juego:
 - Aceptar cordialmente: Por supuesto, vale, puedes jugar, venga, claro que sí.
 - No poner mala cara.
 - Si el juego está empezado, dejar la puerta abierta para entrar en otro momento: "Lo sentimos, el partido ya ha empezado, cuando termine hacemos otro y entras, espera a que cambiemos de juego, ven mañana más pronto..."



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

COOPERAR: Supone tomar parte en una tarea o actividad común que implica respetar, dar sugerencias y colaborar todos en la realización del trabajo.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

COOPERAR:

En los trabajos de grupo:

1. Aceptar al compañero de buen grado si el grupo está dado.
2. Saber buscar compañera, si se puede elegir:
 - Acercándose.
 - Haciendo un gesto desde lejos.
 - Levantándose y dirigiéndose hacia alguien.
3. Observar si alguien se queda solo e invitarle a entrar en el grupo.
4. Dialogar y explicar claramente el reparto de trabajos, forma de elaborarlo, lugar y tiempo de realización.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

INICIAR, MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES Y UNIRSE AL GRUPO:

Conversar significa empezar a hablar con una persona o varias, mantener la conversación durante un tiempo de manera que resulte agradable y saber terminarla de forma adecuada.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Iniciar una conversación entre iguales/adultos: (Un compañero nuevo, alguien de otro curso, alguien que me gustaría que fuese mi amigo, alguien del parque, en un campamento, en la cola del cine, el instituto, con un adulto)-

- Determinar con quien se habla.
- Elegir el momento y lugar oportunos. (Adultos e iguales)
- Determinar el tema de conversación: Algo que ocurre, que guste a ambos, que conozcas, que guste al otro, aficiones...Con los adultos a veces el tema está determinado.
- Acercarse a la otra persona, mirarla y sonreírla.
- Saludarla, si es conocida, presentarse, si es desconocida.
- Utilizar fórmulas de inicio de conversación: ¿Viste el programa de...?, ¿a ti te gusta?, ¿a qué colegio vas?, ¿vives aquí en el barrio?, ¿sabes que...?, una vez me dijeron que..., conozco a... que tiene/que me contó/que le pasó..., me gustaría hablar con Ud..., perdón, ¿cuándo puedo hablar con Ud?..., le importaría...
- Utilizar una conducta no verbal adecuada: Gestos, proximidad, entonación, adecuar gesto y vocabulario entre iguales o con adultos.
- Pedir aclaración o más información sobre lo que se dice, si es necesario (adultos).



2. Responder a otro que quiere iniciar una conversación:

- Responder al saludo.
- Responder a la iniciación que hace el otro.
- Disculparse, si no se puede o no se quiere conversar: Lo siento, no veo la tele..., perdona, me tengo que ir..., si no te importa, cuéntamelo luego...
- Agradecerle su invitación para hablar: ¡Qué corta se me ha hecho la espera!, ¡qué rápido se me ha hecho el viaje!, a lo mejor empiezo a coleccionar, mañana quedamos y me enseñas/cuentas/dices...

3. Mantener una conversación con adultos e iguales:

a. Recibir y comprender lo que dice el otro:

- Prestando atención, dando señales de escucha activa: Mirada, postura, gestos afirmativos con la cabeza, parafraseo.
- Identificando sentimientos y emociones en el otro.
- Identificando e interpretando indicios para continuar, cambiar de tema o cortar la conversación.
- Haciendo preguntas o aclaraciones.

b. Responder a lo que dice el otro y expresar lo que tu piensas y sientes:

- Respondiendo a las preguntas que te vayan haciendo.
- Expresando tus ideas y opiniones.
- Dando información adicional sobre ti.
- Tomando turno en la conversación: Hablar/escuchar, preguntar/responder, tomar la palabra/cederla.
- Manteniendo un tono amistoso con la sonrisa, con comentarios agradables.

c. Acompañarse de un lenguaje corporal adecuado: Movimientos, gestos, voz, proximidad diferenciando cuando conversamos con iguales o con adultos.

d. Acompañarse de un lenguaje oral adecuado diferenciando el que se usa con iguales del que se utiliza con adultos.



4. Terminar una conversación entre iguales/adultos:

- Exponer a la otra persona con un lenguaje adecuado que la conversación tiene que terminar: Perdona, pierdo el autobús..., me están esperando..., ya continuaremos otro rato...mañana. Cuando volvamos a vernos me terminas de contar porque es divertido...me interesa...lo cuentas muy bien. Me llaman, me tengo que ir...,ven a mi casa esta tarde...,mañana cuando salgamos del cole continuamos, si te parece.
- Despedirse.

5. Unirse a la conversación de otros:

- Acercarse al grupo.
- Escuchar un momento de que están hablando y cómo lo hacen.
- Determinar si sabes entrar en la conversación.
- Esperar el momento adecuado (una pausa). No interrumpir el curso de la conversación.
- Decir una expresión verbal para introducirse en la conversación: ¿Estáis hablando de...?, ¿puedo hablar con vosotros?, yo sé que ..., a mi me han dicho...
- Una vez en la conversación participar correctamente.
- Si no te dejan entrar en la conversación, buscar alternativas: Buscar otro grupo, quedarse escuchando.

6. Otro niño quiere unirse a la conversación:

- Aceptarle amablemente: Abrir el círculo, ofrecerle asiento, preguntar, sonreír...
- En caso de que un niño intervenga de forma inadecuada, decirle amablemente: Baja el volumen, déjanos dar nuestra opinión, terminamos y ya nos cuentas...



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

DEFENDER LAS PROPIAS OPINIONES Y DISENTIR: Significa manifestar a las otras personas tus ideas, tu punto de vista respecto a determinados temas o situaciones dando argumentos.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Para participar en las conversaciones de grupo y defender tus opiniones: (Entre iguales).

1. Escuchar lo que se dice:
 - Sin interferir ni interrumpir.
 - Tolerando las ideas de los otros, aunque no las compartas, de modo cordial y amistoso, sin enfadarse.
2. Intervenir en la conversación:
 - Exponiendo correctamente las propias ideas y opiniones.
 - Siendo breve, claro, conciso, no repetirse.
 - Haciendo comentarios y observaciones relevantes sobre el tema.
 - Utilizando un lenguaje acorde: Volumen suficiente para ser oído, no demasiado alto para que no moleste y estableciendo contacto ocular con las personas a las que hablas.
 - Manifestando el acuerdo o desacuerdo de modo amistoso y cordial.
 - Interviniendo en el momento adecuado, cuando es oportuno, cuando te han dado la palabra.



3. Respetar las normas establecidas por el grupo: Levantar la mano, respetar el turno, ser breve...
4. Si tus opiniones son ignoradas o criticadas, defenderlas:
 - Repitiendo el mensaje.
 - Tratando de sintetizar.
 - Añadiendo más información.
 - Matizando tu lenguaje corporal para que el mensaje tenga más fuerza.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS: Significa decir cosas positivas de si mismo de forma sincera y justa, sobre cómo somos o lo que hacemos.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Determinar si es momento o lugar apropiado para decir algo positivo sobre uno mismo.
2. Decir una frase o expresión verbal que afirme algo agradable de uno mismo con gesto amable y lenguaje sincero: ¡Qué fenomenal lo hago!, ¡tengo unos ojos preciosos!, ¡lo conseguí!, ¡me he esforzado mucho y lo he logrado!, ¡soy simpática y agradable con los demás!, ¡he sido generoso!, ¡qué paciencia tengo!, ¡he repetido el ejercicio hasta que me ha salido bien!...
3. Utilizar un gesto corporal o verbal acordes: Gesto, tono y expresión firme pero agradable, evitando comparaciones. Considerar que el lenguaje corporal y verbal no deben suponer prepotencia o vanidad.
4. Decirse y escribirse una lista de cosas positivas.
5. Leer frecuentemente la lista de cosas positivas.
6. Aumentar cada día la lista de cosas agradables y positivas que decirse.
7. Que las afirmaciones se refieran a logros personales y esfuerzo individual, aspecto físico, trabajo, rendimiento, comportamiento general, relación con las otras personas.
8. Ser sincero y ajustado en las cosas positivas que nos decimos.
9. Cada vez que se comienza a pensar algo negativo de uno mismo, se para el pensamiento y rápidamente se pasa a una cosa positiva.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

EXPRESAR EMOCIONES: Significa comunicar a otras personas cómo nos sentimos o comunicar a otra persona los sentimientos que ella nos provoca.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Darse cuenta y notar la sensación física: Un nudo en el estómago, latido fuerte del corazón, escalofrío, ceño fruncido, sin ganas de hablar, no me río, río continuamente, me cosquillea el estómago, sudor, temblor, respiración.
2. Asociar la sensación física con una emoción (observarse a sí mismo: qué me pasa, qué siento, qué digo). Por ejemplo: Estoy sudando, me tiemblan las rodillas, me palpita fuerte el corazón cuando veo a esa niña que suele pegarme cuando me ve: Es porque siento miedo).
3. Descubrir e identificar las razones, las causas, los antecedentes de esa emoción: Por qué me siento así, qué ha ocurrido antes, qué hice, qué dije, qué dijo o hizo la otra persona.
4. Expresar a otros esa emoción o sentimiento con expresión verbal adecuada y lenguaje corporal oportuno:
 - Buscando el momento y el lugar oportuno.
 - Describiendo breve y claramente cómo te sientes.
 - Dando las razones y causas de ese sentimiento (si es oportuno).
 - Escuchando las razones de la otra persona (si me las quiere dar).
 - Agradeciendo a la otra persona el que te haya escuchado.
5. Buscar modos para mantener y/o intensificar la emoción si es positiva (alegría, contento, sorpresa, aceptación...).
 - Expresándolo corporalmente.



6. Controlar la emoción, reduciéndola y/o eliminándola si es negativa (desagrado, soledad, vergüenza, culpa...).
- Con estrategias de autocontrol: Hacer relajación (cuento hasta diez, respiro lento y profundo).
 - Pidiendo ayuda.

Vocabulario relativo a emociones / sentimientos / afectos:

Me siento, soy, estoy:

- Feliz, tranquilo, satisfecho, eufórico.
- Aceptado, confiado, agradecido.
- Sorprendido, asombrado, desconcertado, despreciado, desdeñado, disgustado.
- Perplejo, desazonado, humillado, pesaroso.
- Ansioso, pesimista, melancólico, desganado, desalentado, desasosegado, nervioso, asustado, rechazado.
- Furioso, resentido, indignado, irritado, enojado.

Siento:

- Pesimismo, compasión, incertidumbre, angustia, miedo, terror, manía, euforia, adoración por, asco, antipatía, simpatía, disgusto, remordimiento, pesar, celos, pereza, aburrimiento, humillación.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

RECIBIR EMOCIONES: Significa responder adecuadamente ante las emociones y sentimientos que expresan las otras personas. Supone también responder a los sentimientos que uno mismo provoca en los demás.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el estado de ánimo, emociones o sentimientos positivos y negativos en otras personas:
 - Observando lo que la otra persona hace: Atender a su expresión corporal(parece cansada, lo que hace, lo que no hace, cómo tiene la cara, por qué mira hacia abajo, tiene el ceño fruncido, parece triste, ausente...).
 - Escuchando lo que la otra persona te dice. Permitir que la otra persona exprese sus sentimientos y te comunique su emoción.
2. Ponerse en el lugar de la otra persona para comprender sus sentimientos.
3. En el caso de recibir emociones y sentimientos positivos(cariños, cumplidos, elogios...) responder con expresiones verbales como: Gracias, me hace ilusión que me digas eso..., yo también estoy bien contigo..., bueno, pues me alegra saberlo..., y con lenguaje corporal como: La sonrisa, la mirada al otro...
4. En el caso de recibir críticas y sentimientos negativos.
 - Escuchar.
 - Aceptar la crítica, el enfado o sentimiento negativo del otro(si es justo) explicando la propia conducta, si es necesario.
 - Pedir explicaciones y exponer las razones de la equivocación de la otra persona(si es injusto)



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS: Significa decir a otras personas que están haciendo o diciendo algo que nos molesta o nos están tratando injustamente.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

Entre iguales y adultos:

1. Recapacitar sobre si la situación que se ha dado es injusta para uno, es decir, daña algo sobre lo que se tiene derecho.
2. Expresar la petición o queja de forma tranquila, con tono de voz adecuado, de forma amable.
3. Expresar una negativa utilizando una expresión verbal correcta: Directa, breve y clara. Utilizar mensajes: "Yo", con contacto ocular y distancia cercana al interlocutor.
4. Hacer sugerencias o peticiones para que la otra persona actúe, rectifique y respete tus derechos.
5. Agradecer.
6. Fórmulas de expresión: Lo siento, perdona..., ¿te importaría dejar de...?; me estás molestando... Gracias. ¿Podrías...?. Creo que..., sería mejor para mí si...
7. En el caso de no encontrar respuesta adecuada por parte del otro, habría que recurrir a los pasos conductuales de la habilidad relativa a la solución de problemas interpersonales.

Recibir y responder a la defensa de los derechos que hacen los demás:

1. Escuchar con atención e interés lo que dice la otra persona.
2. Ponerse en el lugar del otro y comprender lo que dice y su punto de vista.
3. Controlar el enfado y/o la sensación desagradable que nos produce escuchar la reivindicación de la otra persona.
4. Actuar en consecuencia:
 - Ceder si es necesario y hacerlo de buen grado.
 - Negarse si no es oportuno lo que pide la otra persona.



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

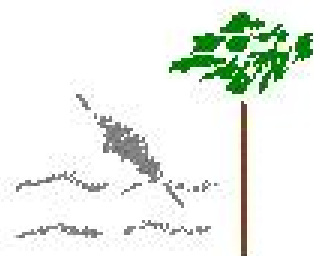
SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES: Significa y supone **reconocer** que hay un conflicto, **buscar** diferentes soluciones, **anticipar** qué consecuencias supone cada solución, **elegir** la adecuada y **probarla**.

PASOS CONDUCTUALES DE LA HABILIDAD

1. Identificar el problema (importancia de la reflexión frente a la impulsividad) ¿Cuál es el problema?, ¿Qué pasó?, ¿qué ocurrió?, ¿por qué has hecho eso?, ¿por qué crees que lo ha hecho la otra persona?.
2. Delimitación de la responsabilidad en el problema: Inicio del conflicto por él mismo
Inicio del conflicto por otros y respuesta que da.
3. Identificar los sentimientos que provoca en mí el problema, y los que creo que provoca en la/s otra/s personas. ¿Cómo te sientes? ¿Por qué? ¿Cómo crees que se siente la otra persona? ¿Por qué?
4. Buscar las soluciones: ¿Cómo se puede resolver el problema?, ¿qué se puede hacer y/o decir para solucionar el problema?, ¿qué más?, ¿qué otra cosa se podría hacer?, ¿qué otra cosa se te ocurre hacer?, ¿qué otra cosa harías si no se pudiera hacer lo anterior?.
5. Anticipar las consecuencias de la puesta en práctica de las posibles soluciones buscadas analizando los aspectos positivos o negativos de las soluciones: Si yo hago....¿Qué puede ocurrir después? Si la otra persona hace ¿Qué puede ocurrir después? ¿Qué harás / dirás? ¿Qué harán dirán las otras personas? ¿Cómo me voy a sentir yo? ¿Cómo se van a sentir?.



6. Elegir una solución adecuada entre todas las alternativas posibles ¿Es una solución que acaba con el problema? ¿Crea otros nuevos problemas? ¿Es una buena idea? ¿Por qué? ¿Esa solución es justa? ¿Cómo afecta a la otra persona? ¿Cómo se va a sentir? ¿Se tienen en cuenta sus derechos? ¿Cómo te hace sentir a ti esa solución? ¿Qué consecuencias tendrá a corto y a largo plazo para la relación con el otro?
7. Probar la solución:
 - Buscar el momento y lugar apropiado.
 - Valorar los medios que se van a utilizar.
 - Tener en cuenta los obstáculos que pueden aparecer y cómo se pueden salvar.
 - Ponerlo en práctica y evaluar los resultados obtenidos.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

Situaciones para la Dramatización



REÍR/SONREÍR/NO SONREÍR

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Joaquín te está contando una cosa graciosa.
- Me he caído y no me he hecho daño. Estaba gracioso patas arriba.
- Amparo dice a Laura que le ha gustado mucho el dibujo que ha hecho.
- En el ascensor una vecina te dice buenos días.
- Te encuentras con una compañera y te dice: ¡Hola, cara guapa!
- Un niño te abre la puerta porque llevas las manos ocupadas.
- Fausto se cae con el monopatín y parece que se ha hecho daño.
- Estás en la piscina con Juliana y os estáis divirtiendo muchísimo.
- Una persona mayor se acerca a ti y te invita a entrar en el coche.
- Un amigo te está contando un grave problema que tiene.
- El profesor te está riñendo porque hablas/no te esfuerzas, pero tú te sonríes.
- El profesor está riñendo a Juan porque tiene mal los problemas.
- Pablo está haciendo el payaso en clase durante el trabajo personal.
- Vas a pedir un favor a alguien.



SALUDAR/DESPEDIRSE

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Cuando sales al servicio te encuentras en el pasillo con la profesora de la clase de al lado de la tuya.
- Al levantarse por la mañana.
- El domingo en el parque te encuentras con tres compañeras del colegio/ de la academia de Inglés.
- En el ascensor te encuentras con una persona conocida.
- Te encuentras camino del colegio con alguno de tus compañeros.
- Al entrar en clase saludo a profesores y compañeros.
- Tienes que saludar a un chico de otra clase y te da mucho apuro.
- Te encuentras con un familiar o profesor en la calle, en una tienda...
- Tienes que ir a Secretaría o Dirección a pedir/dejar /dar un recado.
- Tienes que despedirte al salir los profesores/al marchar de la clase/al acostarte.



PRESENTACIONES

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

1. RESPONDER A PRESENTACIONES

- Tu mamá te presenta a una amiga.
- Te presentan a una nueva profesora.
- Te presentan a una chico/a que te gusta mucho y estabas deseando conocer.
- Vas a un colegio nuevo y te presentan a tu compañero de mesa/juego...
- Os presentan al equipo que va a competir en el partido del domingo.
- Te presentan al monitor que te va a dirigir una actividad extraescolar/de campamento/complementaria en el colegio.

2. PRESENTAR A OTROS

- Llegas al colegio con un compañero nuevo y tienes que presentarle.
- Sales del colegio con el niño nuevo que ha llegado, se lo presentas a tu madre/padre/hermano que te está esperando.
- A tu fiesta de cumpleaños vienen niños y niñas que no se conocen entre sí. Algunos llegan acompañados de sus padres.

3. PRESENTARSE UNO MISMO

- Te dejas las llaves de casa y tienes que presentarte por el contestador para que te abran la puerta.
- Tienes que llamar a tu madre al trabajo y tienes que identificarte para que la pasen la llamada.
- Te acercas a la asociación del barrio y te identificas.
- Te presentas en los CEAS para pedir información sobre los campamentos.
- Tienes un inconveniente en el campamento y te presentas a la persona encargada para contarle lo que te pasa.
- Llamas por teléfono para preguntar por un amigo, te identificas y preguntas.
- Llegas un compañero nuevo a clase y tu profesor os lo presenta.



FAVORES

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

1. PEDIR FAVORES

- Pides a María que te ate la zapatilla.
- Pides a Pepe que te deje un juguete.
- Pides a la profesora que te deje ir al baño/beber agua.
- Pides a mamá que te lleve la mochila.
- Pides a Mónica que te coja el libro mientras te atas el zapato.
- Pides al profesor que te preste un libro para leer el fin de semana.
- Estás muy cargado y no puedes abrir la puerta del portal, le pides a la vecina que pasa si te puede abrir.
- Te has dejado las llaves de casa y tienes que llamar a un piso y pedir que te abran la puerta del portal.
- Estás en la biblioteca y no alcanzas a coger el libro que quieres.

2. HACER FAVORES

- Henar te pide prestado el diccionario de inglés porque lo ha olvidado.

3. NEGARSE, SI ES NECESARIO

- Tu padre te pide que le acompañes a unos recados: Estás viendo un documental muy interesante.
- Blanca te pide que la dejes esta tarde el cuaderno de Matemáticas porque le faltan unos ejercicios del día que no vino. Pero tenéis examen y tú también quieres estudiar.



CORTESÍA Y AMABILIDAD

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Al ponerte en fila para entrar en el colegio, Ana quiere ponerse delante de ti.
- Vas con mamá/abuelo a comprar y regresan muy cargados.
- La profesora va a salir de clase y tiene las manos ocupadas.
- Sales del portal al mismo tiempo que una vecina.
- Estás en el patio y cuando vas jugando, sin querer chocas con otra niña. Quieres pedirle disculpas.
- Ignacio me ha pisado sin querer y quiere pedirme perdón.
- Elena quiere atarse el cordón del zapato y veo que no puede.
- Necesitas una pintura que no tienes, Luis que está a tu lado sí la tiene. Quieres pedírsela.
- Cuando entras en fila desde el patio, involuntariamente pisas a un profesor que es muy serio. Quieres disculparte.
- Laura te ayuda a mover la mesa para ponerla en un sitio más adecuado. Quieres agradecerse.
- Entras en el autobús y la parte delantera está llena de gente; atrás está muy vacío. Quieres pasar atrás.
- Estás merendando con tus amigos y al que está a tu lado le falta agua/pan...



REFORZAR A LOS OTROS/RESPETAR AL QUE REFUERZA

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

1. REFORZAR A LOS OTROS

- Quieres felicitar a:
- Antonio porque ha hecho muy bien su dibujo.
- Rocío porque ha mejorado mucho en Matemáticas.
- Ana porque ha mejorado mucho en la presentación de sus trabajos.
- Pedro porque ha perdido en el partido de fútbol y no se ha enfadado.
- María porque ha dejado su estuche de pinturas a Roberto.
- Luis porque ha dejado jugar a Sofía cuando ya había empezado el juego del escondite.
- Sonia porque ha traído toda la tarea hecha.

2. RESPETAR AL QUE REFUERZA

- Quieres advertir a:
- Juan porque ha llamado “pelota” a Santiago por haber felicitado a Pedro por que supo hacer un problema muy difícil.
- Luis que se ríe de José porque le ha dicho a Ana que le sientan muy bien las gafas.
- Isabel que hace gestos a Inés porque le ha dicho a la profesora que estaba muy guapa.



UNIRSE AL JUEGO DEL OTRO

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Estás en el recreo y quieres jugar con tus compañeros de clase y no te dejan.
- Te reúnes con un grupo de amigos y decidís jugar al marro. Quieres que acepten tus normas.
- Mis amigas no quieren jugar al juego que propongo.
- Quieres jugar con Ana, Luis, Guillermo y Felisa. No me atrevo a pedírselo.
- Me he enfadado a mitad del juego y no sé cómo arreglarlo.
- Carlos me ha echado del juego y quiero volver a jugar.
- María no juega nunca en el recreo. Quiero invitarle a jugar con mi grupo.



COOPERAR Y COMPARTIR

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Estás realizando un trabajo en grupo y Belén y Rubén no cooperan. Quieres que ayuden.
- Estás trabajando con un grupo. Quieres que admitan tus ideas porque te parecen acertadas.
- Juan siempre me pide la goma.
- Cecilia siempre me devuelve estropeado lo que la presto.
- Mi madre me recuerda todos los días que ponga la mesa.
- Les digo a mis compañeros que me ayuden a recoger los juegos que hemos utilizado. Pero ellos no quieren.
- Tengo un juguete nuevo y todos me lo piden.



CONVERSAR: INICIAR/MANTENER Y TERMINAR CONVERSACIONES

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Estás jugando en el parque, te encuentras con tu amigo Antonio. Quieres hablar con él.
- El profesor comenta en clase algo que le ha sucedido fuera del colegio. Quieres intervenir en la conversación.
- Hay un chico de otro curso de quien te gustaría ser amigo. Decides que le hablarás en el patio del colegio.
- A tu clase ha llegado un compañero nuevo después de vacaciones. Viene de otro país. Quieres hablar con él.
- Tu hermana te ha llevado a una fiesta de cumpleaños y no conoces a nadie. Quieres hablar con alguien.
- Te encuentras con un compañero que hacía mucho que no veías. Quieres saber que tal le va en el colegio.
- Has llegado al campamento de todos los años y en la habitación te han puesto con un chico/a que no conoces.
- Llegas al instituto el primer año de E.S.O. y tus compañeros de pupitre también son nuevos. Quieres conversar con el que tienes a tu derecha.



CONVERSAR: UNIRSE A LA CONVERSACIÓN DEL GRUPO

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Estás en la fila y un grupo, que no es el de tus amigos habituales, está hablando de algo en lo que te interesa participar.
- Te invitan a una fiesta y cuando llegas ya hay otros amigos charlando.
- Hay un grupo de chicos que están cambiando cromos. Quieres cambiar cromos tú también.
- Tus amigos están contando lo que hicieron durante el fin de semana/vacaciones. Quieres contar lo que has hecho tú.



DEFENDER LAS PROPIAS OPINIONES Y DISENTIR

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Carmen y tú charláis sobre cómo estuvo la fiesta de fin de trimestre. Carmen, que fue de la comisión organizadora, opina que estuvo genial. Tú afirmas que hubo muchos fallos y que fue aburrida.
- Unos compañeros están charlando sobre el partido del domingo. Una compañera te pregunta que te pareció. Quieres dar tu opinión.
- Estáis preparando actividades a realizar en clase. Tú no estás de acuerdo con lo que dice Matilde. Quieres que se tenga en cuenta tu opinión.
- Vas con tu madre a comprarte un pantalón. No te gusta el estilo de pantalones que pide.
- Andrés te lleva la contraria en un tema que tú tienes muy claro. Quieres explicarte y aclararle tu opinión.
- Te has cortado el pelo y pides opinión a tus dos mejores amigos.
- Te reúnes con Sergio y Pablo para preparar un examen y deciden que vayáis al cine en lugar de estudiar. Tú no estás de acuerdo.



AUTOAFIRMACIONES POSITIVAS

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Me ha salido bien este trabajo.
- He escrito sin faltas.
- Tengo la tarea completa/bien.
- El dibujo/trabajo está limpio.
- He ayudado a un compañero.
- Qué bien ordeno mi cartera/ mi mesa/ mi archivador...
- Qué bien he trabajado hoy.
- He escuchado muy bien en la clase/ a mi madre/ a mi amiga.
- He dejado jugar a Teresa.
- He mejorado corriendo/ hablando inglés/ dibujando.
- No me enfadé, aunque perdí.
- He pronunciado muy bien la canción.
- Me han salido bien todas/ algunas cuentas, problemas...
- No he perdido mi lápiz/ sacapuntas, esta semana.
- Le he dejado el rotulador/ lápiz a mi compañero.
- He conseguido hacer esta tarea tan difícil.



EXPRESAR EMOCIONES

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- El profesor te ha felicitado públicamente por tu trabajo de sociales. Estás muy contento y quieres contárselo a tu amiga.
- Estás preocupado y disgustado porque Javier te ha acusado de algo que tú no has hecho. Quieres que Javier sepa que estás disgustado.
- Están operando a tu hermana. Estás en la puerta del quirófano con tus padres.
- Tu padre te ha llevado al parque y estás feliz. Quieres decírselo.
- Este fin de semana va a venir Pablo, que es tu primo preferido y al que hace dos meses que no ves.
- He suspendido dos asignaturas y no me lo esperaba. Estoy hecho polvo. No sirvo para nada.
- Ayer quedé con Antonio para ir al cine y no se presentó a la cita. Quiero hacerle notar mi disgusto.
- He estado demasiado tiempo con el ordenador/vídeo consola. No he cumplido el trato que había hecho con mis padres.
- Te han hecho un regalo muy bonito.
- El profesor te ha felicitado públicamente por tu trabajo de sociales. Estás muy contento y quieres contárselo a tu amiga.
- Estás preocupado y disgustado porque Javier te ha acusado de algo que tú no has hecho. Quieres que Javier sepa que estás disgustado.
- Están operando a tu hermana. Estás en la puerta del quirófano con tus padres.
- Tu padre te ha llevado al parque y estás feliz. Quieres decírselo.
- Este fin de semana va a venir Pablo, que es tu primo preferido y al que hace dos meses que no ves.



- He suspendido dos asignaturas y no me lo esperaba. Estoy hecho polvo. No sirvo para nada.
- Ayer quedé con Antonio para ir al cine y no se presentó a la cita. Quiero hacerle notar mi disgusto.
- He estado demasiado tiempo con el ordenador/vídeo consola. No he cumplido el trato que había hecho con mis padres.
- Te han hecho un regalo muy bonito.
- Has discutido con tu mejor amigo.
- Se te acerca un perro muy grande y con “cara de pocos amigos”.
- Tu madre/profesor te ha reñido injustamente.
- Has estropeado involuntariamente un libro que te dejó tu amigo.
- Has perdido tu mochila nueva.
- Eres nueva en la clase.
- Tus amigos van al cine y no te llaman.
- He conseguido arreglar mi bicicleta. Es la primera vez que arreglo un pinchazo yo solo.
- He ido solo a comprar el pan/material/un regalo para...
- Mi madre está atendiendo a mi hermano pequeño. Yo necesito que me ayude con la tarea “ahora mismo”.
- He ido por primera vez sola al cine/a un partido/a casa desde el colegio/al centro en autobús.
- Mis padres no me dejan salir casi nunca a la calle, pero a mí me encanta.
- Mamá está en la cama enferma.



RECIBIR EMOCIONES

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Has jugado un buen partido y por ti ha ganado el equipo de clase. Tienes que recibir las felicitaciones y la alegría del equipo.
- Enma está extraña. Quieres saber qué le pasa. Tratas de ponerte en su lugar.
- Pili se ha enfadado contigo y te está “echando una bronca”.
- Un compañero me ha devuelto rota la goma; me dice que lo siente, que no pensaba que se rompería.
- Diego me ha dicho que cuando me enfado el juego se estropea por mi culpa.
- En el trabajo de grupo yo no he hecho bien mi parte y mis compañeros están disgustados.
- Mi compañera me dice que soy egoísta porque no le dejo mis cosas.
- Suelo insultar siempre a Arturo y se va siempre llorando.
- Ángel me dice que no le haga caso a Tomás y que está molesto conmigo porque hago siempre lo que Tomás dice aunque no me parezca bien.
- Marga nos ha visto a las amigas juntas por la calle y me ha mirado con tristeza. Es verdad ya no contamos con ella.
- Fernando me ha dicho que parece que ya no quiero ser su amigo.
- El compañero al que siempre molesto me ha mirado con desprecio.



- María no está hablando nada y no ha jugado hoy en el recreo.
- Luis está contento porque veo que sonrío y habla mucho.
- La profesora tiene mala cara y habla muy bajo.
- Mamá no me ha preparado la merienda y parece seria.
- Papá mira la TV pero no se entera de lo que pasa. Tiene la cara seria y no se ríe con este programa que siempre le divierte.
- Mi compañero me ha dicho que qué rápido soy con el balón.
- Elena le ha dicho a la profesora que dibujo muy bien.
- Mi amiga dice que le da mucha vergüenza que la vean llorar en el cine.
- Mi compañero de mesa está muy callado hoy.
- La profesora nos dice que está muy disgustada porque no puede enseñarnos lo que quiere y se siente desilusionada: Hablamos mucho y trabajamos poco.
- Mi amiga me dice que se siente muy orgullosa y contenta cuando va con sus padres por la calle.
- Mi amigo me cuenta que siente vergüenza cuando le ven por la calle con su madre porque no ve que sus amigos vayan con sus madres.
- A Cristina se le ha perdido un pendiente.
- Mi hermana tiene la cara seria: Mi padre la ha reñido.
- Mi amiga ha suspendido. Está preocupada.



DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS

SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Una compañera te exige que le regales el estuche de rotuladores. Te amenaza con pegarte a la salida.
- En el recreo unos chicos de otra clase os han quitado el balón con el que estabais jugando porque el suyo se les ha colgado del árbol.
- Un compañero se cuela en la fila cuando volvéis de la clase de gimnasia.
- Belén te pide prestado el disco que te acabas de comprar. Tú todavía no lo has escuchado.
- Félix quiere que le acompañes a robar algo en el supermercado de la esquina.
- La profesora te riñe por algo que no has hecho.
- Vicente te quita un juguete.
- Raquel te echa del partido de baloncesto.
- Te han estropeado un juego de la vídeo – consola.
- Ángel me pide que le dé mi bocadillo de muy malos modos.
- Berta te pide que le prestes tu balón, pero tú quieres jugar con él.
- Dos compañeros te proponen hacer novillos pero a tú no lo ves conveniente.
- Tu compañera de mesa te está dando codazos y te está molestando.
- En la hamburguesería te han dado mal el cambio.
- En la pizzería no te atienden cuando te toca.
- La hamburguesa que has comprado está en malas condiciones.
- Alejandro me pide que le acompañe a comprar un regalo, pero tengo que ir a clase y llegaría tarde.



SOLUCIÓN DE PROBLEMAS INTERPERSONALES

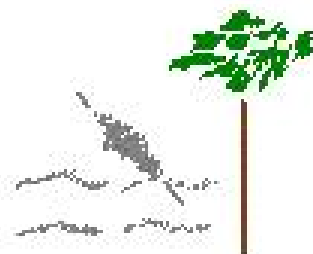
SITUACIONES PARA LA DRAMATIZACIÓN

- Un compañero me ha devuelto el libro estropeado/la goma rota...
- Una compañera se ha tropezado y me ha roto las ruedas del carro de la mochila.
- En clase me llaman...(mote) y me disgusto.
- Cuando hago un trabajo mi compañero me lo carga a mí todo (la nota es a medias).
- Rodrigo siempre se enfada cuando va perdiendo en el juego y se embronca con todos.
- Yo creo que mi idea para el trabajo de equipo es la mejor, pero lo mismo piensa Elena y sólo podemos coger una de las dos.
- Cuando Mario no tiene lápiz me lo pide a mí y yo se lo dejo. Pero cuando me falta a mí algo no me lo presta.
- Lucía le dice siempre a Emma que no me deje jugar. Cuando está Lucía nunca entro en el juego.
- Óscar piensa que yo he quitado el "cromo" y no es así.
- Cuando hay que hacer grupos o parejas yo nunca encuentro con quien ponerme.
- Luis siempre quiere trabajar con Manuel, pero yo también quiero trabajar con Manuel alguna vez.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

- Mis amigas ya no me llaman por teléfono para salir, pero luego me las encuentro juntas por la calle.
- Rodrigo y yo jugábamos juntos a la hora del recreo, ahora no me espera y se va con otro.
- He perdido por la clase un rotulador. Veo que Sonia lo tiene. Le digo que es mío pero no me lo quiere dar.
- Cesar se ha encontrado cuatro tazos caídos cerca de los abrigos.
- Mi madre le ha dado a mi hermano el chocolate de la merienda entero, el mío se ha partido en tres trozos.
- Hay un chico que siempre que me ve me molesta.
- Daniel se cuela en la fila.
- Marisa me ha empujado.
- María me insulta.
- No me dejan jugar, pego y me pegan.
- Mi hermana tiene un monopatín nuevo y no me lo deja.
- Miriam me ha acusado de algo que no he hecho.
- Miguel me ha cogido el rotulador sin mi permiso.
- Víctor, mi amigo, no me ha invitado al cumpleaños.
- Mi hermana siempre me está mandando.



C.P. MIGUEL DE CERVANTES
BURGOS

BIBLIOGRAFÍA



BIBLIOGRAFÍA

Álvarez Pillado y otros. "Desarrollo de las habilidades sociales en niños de tres a seis años". Aprendizaje Visor. Madrid. 1.990.

Arándiga Vallés, Antonio. "Programas de refuerzo de las habilidades sociales I y II". EOS. Madrid 1.994.

Cajas Rojas. "Orientación y Tutoría". MEC. 1.996.

Cajas Rojas. Áreas curriculares. MEC. 1.996.

Goleman, David. "Inteligencia emocional".

Revista Escuela Española.

Michelson L. y otros. "Las habilidades sociales en la infancia". Martínez Roca. Barcelona. 1. 987.

Monjas Casares, M^a Inés. "Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS)".CEPE.SL. Madrid. 1.999.

Trianes M^a Victoria. "Educación y competencia social. Un programa en el aula". Aljibe. Málaga. 1.996.