



PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

(CURSO 2008)

PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES

1.- JUSTIFICACIÓN

Este programa surge para atender la necesidad que presentan algunos de los alumnos/as de nuestro centro. Todos sabemos que existe una gran variedad de habilidades sociales, unas más básicas y otras más complejas. Para empezar a aprender estas habilidades tenemos que conocer primero las técnicas básicas de la comunicación eficaz y luego incorporar esas conductas socialmente deseables a nuestra vida cotidiana. Hay quien las conoce pero no hace buen uso de ellas y hay quien no las conoce y por tanto no se beneficia de ellas en sus relaciones interpersonales. Este será nuestro reto, hacer que unos sepan utilizarlas correctamente y que otros las incorporen en su repertorio de estrategias para comunicarse y afrontar las distintas situaciones que se le planteen.

2.- OBJETIVOS

Objetivo Principal:

Conocer los componentes de la comunicación humana y manejar adecuadamente las habilidades sociales básicas.

Objetivos específicos:

- Diferenciar entre los diferentes estilos de comportamiento.
- Comprender la utilidad de canalizar los propios sentimientos para que exista una efectiva comunicación.
- Aprender distintas técnicas que facilitan la comunicación asertiva.
- Dar importancia a los componentes no verbales que se producen en la comunicación.
- Entender las diferentes habilidades sociales básicas y su aplicación práctica.
- Diferenciar los diferentes contextos donde se produce la comunicación dentro del centro escolar y saber controlar el modo de dirigirse a los demás en cada uno de ellos.
- Adquirir conciencia de algunas habilidades sociales más avanzadas.

3.- CONTENIDOS

Los contenidos que vamos a trabajar serán principalmente de carácter actitudinal y procedimental, comenzaremos trabajando algunos de los contenidos más básicos:

La comunicación

- Aspectos básicos de la comunicación verbal y no verbal.
- Primeras habilidades sociales
 1. Escuchar.
 2. Iniciar una conversación.
 3. Mantener una conversación.
 4. Formular una pregunta.
 5. Dar las gracias.
- Asertividad
- Autoafirmaciones positivas
- Habilidades sociales avanzadas
 6. Pedir ayuda.
 7. Participar.
 8. Dar instrucciones.
 9. Seguir instrucciones.
 10. Disculparse.

4.- METODOLOGIA

El método de trabajo que vamos a seguir será eminentemente práctico, trabajando con dos tipos de herramientas, en primer lugar las dinámicas de grupo y en segundo lugar algunas técnicas de entrenamiento en habilidades sociales. Entre éstas se pueden destacar:

1. El Modelado: Es la representación por parte del educador de una situación social que requiere poner en práctica la habilidad a entrenar con los pasos conductuales que la componen.

2. El Juego de roles: El sujeto, una vez percibida la utilidad de la habilidad representada para su vida real, reproduce de la forma más fiel posible el rol que se le ha asignado.

3. La Retroalimentación: Se realizará tanto por parte del educador como de los compañeros y será fundamentalmente positiva ya que los comentarios se acompañarán de mensajes constructivos, por lo que en la práctica, el planteamiento se convierte en un reforzamiento.

4. Transferencia y mantenimiento: La transferencia se refiere a la generalización de las conductas aprendidas, y el mantenimiento a la persistencia de esas conductas ante las distintas situaciones que en diferentes contextos puedan darse. Esta última parte se realizará a través del seguimiento semanal del alumno en el centro.

5.- DESTINATARIOS

Los alumnos destinatarios del programa serán aquéllos que cumplan el perfil de alumno de HH.SS y los tutores y el departamento de orientación propongan. La propuesta se presentará en la CCP y deberá contar tanto con el visto bueno de ésta como del Equipo Directivo del centro en su conjunto y con la conformidad de la familia y el alumno/a implicado.

ALUMNOS PROPUESTOS PARA EL PROGRAMA DE HH.SS

NOMBRE Y APELLIDOS	CURSO/GRUPO	HORA DE LA QUE SALE EL ALUMNO/A

NOMBRE Y APELLIDOS	CURSO/GRUPO	HORA DE LA QUE SALE EL ALUMNO/A

NOMBRE Y APELLIDOS	CURSO/GRUPO	HORA DE LA QUE SALE EL ALUMNO/A

6.- TEMPORALIZACIÓN

Las sesiones se realizarán en horario lectivo a lo largo del curso y la duración de las sesiones será de 55 minutos. El número de sesiones será la que tutores y D.O consideren convenientes, siempre teniendo en cuenta el avance o no del alumno, sus necesidades y la opinión de la junta de profesores que le imparte clase.

7.- EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo a lo largo de todo el proceso para conocer como se está desarrollando e introducir las modificaciones oportunas para la mejora del programa. En ella participarán alumnado, profesorado y Departamento de Orientación

Por una parte, El Departamento de Orientación y el profesorado, en sus clases, evaluarán los siguientes indicadores de comportamiento:

1. El modo de iniciar y mantener conversaciones y de escuchar a los demás durante el transcurso de la misma.
2. La manera de expresar y responder a manifestaciones tanto positivas como negativas de una forma adecuada.
- 3.- La disminución de llamadas de atención por parte del alumnado en contextos de comunicación no propicios y en momentos inadecuados.
- 4.- La forma de dirigirse a los demás y de establecer relaciones interpersonales positivas para todos los implicados en el proceso de comunicación.

Por otra, el alumnado realizará un diario personal que recoja el contenido tratado en cada sesión y la evaluación de ésta.

8.- BIBLIOGRAFIA BÁSICA

-Grupo Albor (1999). Avancemos. Enseñanza de Habilidades Sociales para adolescentes (12-18 años). COHS. Bizkaia.

- Caballo, V. E. (1993). Manual de evaluación y entrenamiento en habilidades sociales. Madrid: Siglo XXI.