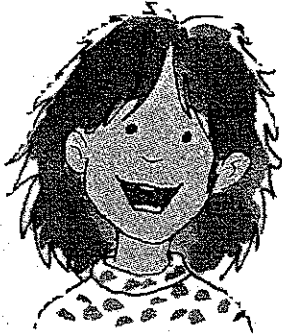


# HABILIDADES

# SOCIALES



¿Qué son las habilidades sociales?



▶ **LAS HABILIDADES SOCIALES SON:**

- La forma en la que nos relacionamos con los demás: nuestro comportamiento.
- La forma en que decimos las cosas.

▶ **EXISTEN MUCHAS SITUACIONES PARA DEMOSTRAR LAS HABILIDADES SOCIALES:**

- Cuando les cuentas a tus amigos cómo te sientes.
- Cuando participas en las conversaciones.
- Cuando expresas una queja adecuadamente.
- Cuando demuestras tu amabilidad.
- Cuando eres capaz de decir ¡NO! si es inadecuado lo que te piden.
- Cuando elogias a los demás y aceptas sus elogios.
- Cuando defiendes tus derechos.
- Cuando pides y concedes favores ...con educación.
- Cuando buscas soluciones para los conflictos y problemas que tienes con los demás.
- Cuando eres capaz de controlar los pensamientos inadecuados.
- Cuando actúas de una manera responsable.
- Cuando sabes qué hacer, si te pones nervioso.

# Los clavos y los amigos

Había un niño que tenía muy mal carácter.

Un día, su padre le dio una bolsa llena de clavos y le dijo que cada vez que perdiera la calma debería clavar un clavo en una valla que había detrás de la casa.

El primer día, el niño clavó 37 clavos en la valla..., pero, poco a poco, fue calmándose, porque descubrió que era mucho más fácil controlar su carácter que clavar clavos en la valla.

Finalmente llegó el día en que el muchacho no perdió la calma para nada y se lo dijo a su padre. Entonces, el padre le sugirió que por cada día que controlara su carácter debería sacar un clavo de la valla. Los días pasaron y el joven pudo finalmente decirle a su padre que ya había sacado todos los clavos de la valla... Entonces, el padre llevó de la mano a su hijo hasta la valla...

- Mira, hijo, has hecho bien, pero fíjate en todos los agujeros que han quedado en la valla... Ya nunca será la misma.

Cuando dices o haces cosas con ira, dejas una cicatriz como este agujero en la valla... Es como clavarle un cuchillo a alguien: aunque lo saques con rapidez, la herida ya está hecha.

No importa cuántas veces pidas disculpas, la herida se quedará allí.

Una herida física es igual de grave que una herida verbal...

Los amigos son verdaderas joyas que hay que valorar...

Ellos te sonríen y te animan a mejorar...

Te escuchan, comparten una palabra de aliento y siempre tienen su corazón abierto para recibirte...

Demuestra a tus amigos cuánto los quieres.



## Para trabajar

- Lee el texto con atención.
- Busca en el diccionario las palabras que no entiendas.
- Escribe al margen un sinónimo o una expresión sinónima de esa palabra que has buscado.
- Vuelve a leer la historia usando los sinónimos.
- Comenta con los compañeros el relato.
- Ordena con números las acciones siguientes, según ocurrieron.

Demuestra a tus amigos cuánto los quieres.

El primer día, el niño clavó 37 clavos.

Los días pasaron y el joven pudo decirle a su padre...

Un niño tenía mal carácter.

El padre le enseñó los agujeros de la valla.

No importa cuántas veces pidas disculpas, la herida está ahí.

### • Responde:

¿Cuándo debía el niño clavar clavos?

¿Cuándo debía sacarlos?

¿Con qué compara el padre los agujeros que han dejado los clavos?

¿Qué piensa de los amigos?

### • Pensar y opinar

¿Qué son para ti los amigos?

¿Cómo los tratas?

¿Te parece acertada la actitud del padre? ¿Por qué?

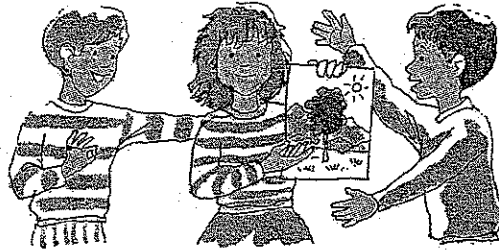
¿Alguna vez has dejado heridas en tus amigos con tu comportamiento?

Si así ha sido, ¿qué has hecho para mejorar tu relación con ellos?

# Hacer cumplidos y recibirlos

¡Gracias! Eres muy amable.

Me gusta cómo te ha quedado.



## IDEAS PREVIAS

¿Sabes lo que es "hacer un cumplido"?

\_\_\_\_\_

¿A quién le haces tú cumplidos?

\_\_\_\_\_

¿Cómo te sientes cuando te hacen un cumplido?

Feliz.

Sorprendido, no me lo esperaba.

Satisfecho.

Supercontento.

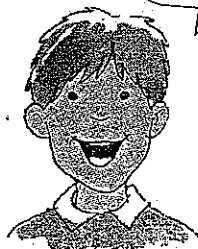
\_\_\_\_\_

**HACER CUMPLIDOS CONSISTE EN DECIR ALGO POSITIVO O MOSTRAR AGRADECIMIENTO A OTRA PERSONA DE UNA MANERA SINCERA.**

¡A mí me gusta que me digan cosas agradables.



A mí también me gusta.



Y a mí.

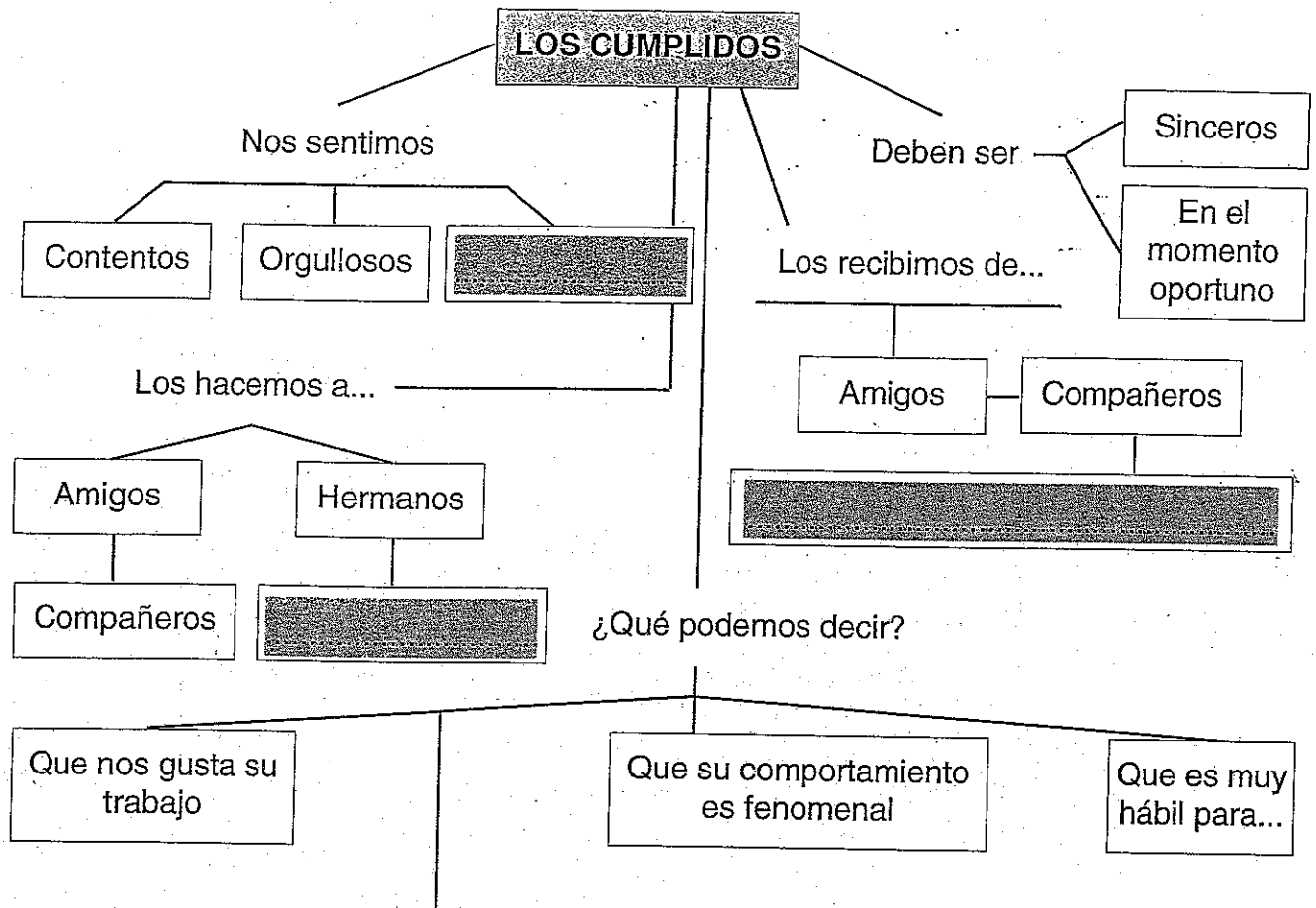


Y a mí.



**A TODOS NOS GUSTA QUE NOS HAGAN CUMPLIDOS POR LAS COSAS ADECUADAS QUE HACEMOS.**

► Observa este mapa conceptual.



Completa. ➤

Que [redacted]

**ALGO MUY IMPORTANTE DE LOS CUMPLIDOS ES QUE DEBEN SER SINCEROS Y HACERLOS EN LOS MOMENTOS ADECUADOS.**

Tu amigo Ramón ha estrenado hoy una camiseta que no es excesivamente bonita. Tú lo que pretendes es que Ramón te deje el balón de fútbol un rato y le dices:

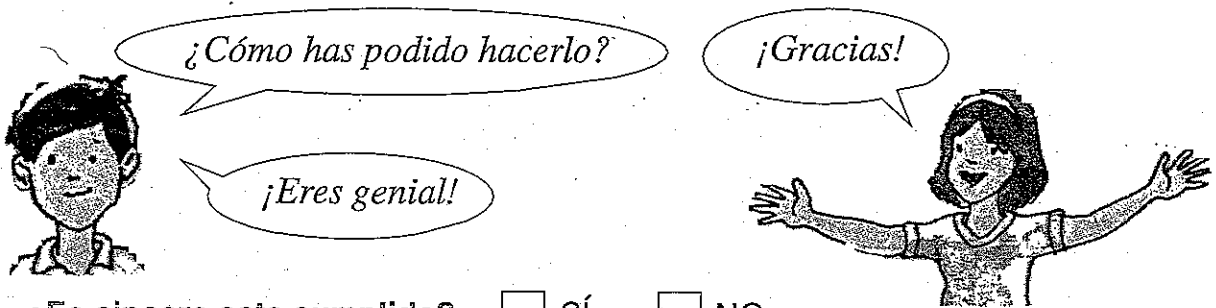
*Esa camiseta que llevas es fabulosa. Me gusta mucho. Le voy a decir a mi madre que me compre una igual para poder ir tan "guay" como tú.*



► ¿Es sincero este cumplido?  SÍ  NO

¿Por qué? [redacted]

Tu compañera Isabel te enseña unos problemas de Matemáticas. A ti te ha sorprendido lo bien hechos que están y la elogias.



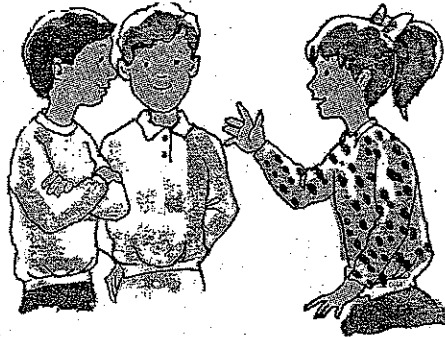
▶ ¿Es sincero este cumplido?  SÍ  NO

¿Por qué?

▶ Haz cumplidos a los demás.

Rebeca ha tenido una feliz idea para ir de excursión. La está exponiendo en el grupo y tú le haces un cumplido por ello.

Tú



Encuentras a tu amigo/a Carlos (Mónica) más guapo/a que otros días y se lo quieres comunicar porque sientes la necesidad de ser sincero y, además, te cae muy bien.

- TÚ:

- ÉL/ELLA:

En la clase de gimnasia Óscar hace una carrera muy veloz y ha ganado.

- TÚ:

- ÓSCAR:

¿Cómo te sientes después de hacer un cumplido?



► Completa las frases con cada uno de estos elogios.

El problema lo has hecho [redacted]

Eres una persona muy [redacted] porque siempre me estás ayudando.

¡Vaya chulada de dibujo! Eres un [redacted] [redacted] por tus brillantes notas.

¡Eres muy [redacted] para los videojuegos!

¡Gracias por ayudarme! Eres muy [redacted]

¡Me [redacted] el suéter que llevas, te queda [redacted]

Has tenido una [redacted] idea, eres un [redacted]

- servicial
- ¡Enhorabuena!
- muy bien
- simpatico
- encanta
- artista
- habil
- buena
- genio
- bien

*Recuerda...*

**TU NO ERES LA UNICA PERSONA A QUIEN LE GUSTA QUE LE HAGAN CUMPLIDOS. A TUS AMIGOS/AS, COMPANEROS/AS, PADRES, HERMANOS Y MAESTROS TAMBIEN LES GUSTA ESCUCHAR COSAS AGRADABLES. ¡TU PUEDES HACER CUMPLIDOS A LOS DEMAS!**

► **TRABAJO EN EQUIPO.** Haced una votación sobre qué compañero/a del equipo es el que suele hacer más cumplidos sinceros a los demás.

Se llama  [redacted]

Y también el que hace muchos cumplidos sinceros es. [redacted]

▶ Elige las mejores respuestas.

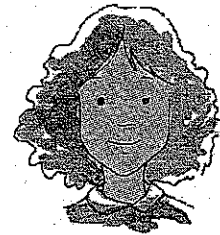
## SI TÚ HACES UN CUMPLIDO...

- a)  Te sientes bien porque has sido capaz de vencer tu timidez.
- b)  Hago que otros se sientan bien.
- c)  Los demás saben lo que a mí me gusta de ellos.
- d)  Pss... me quedo igual.



## SI TÚ AGRADECES UN CUMPLIDO...

- a)  Paso una gran vergüenza pero lo hago y me siento bien.
- b)  Doy a entender a quien lo hace que son importantes para mí sus palabras.
- c)  Lo hago diciendo que soy el/la mejor.
- d)  No lo agradezco, me callo.



▶ Completa.

Una vez un amigo/a me hizo un cumplido, me dijo

[Redacted]

[Redacted]

y yo resulta que no

[Redacted]

[Redacted]

¿Cómo se sintió tu amigo/a?

[Redacted]

Una vez que yo hice un cumplido a una

amiga, le dije

[Redacted]

y ella no

[Redacted]

¿Cómo te sentiste?

[Redacted]

**PON EN PRACTICA LO APRENDIDO EN ESTA UNIDAD. HACER CUMPLIDOS SINCEROS Y AGRADECERLOS AMABLEMENTE. CON TUS AMIGOS/AS, EN LA CALLE, CON TU FAMILIA, CON TUS PROFES, CON...**



# - Autoevaluación -

1. ¿En qué consiste hacer un cumplido?

.....

.....

2. ¿Cómo deben ser los cumplidos?

.....

.....

3. ¿Crees que a los demás también les gusta que les hagan cumplidos?

SÍ

NO

DEPENDE. ¿De qué?

.....

.....

4. ¿Cómo se siente una persona cuando le hacen un cumplido?

.....

.....

5. ¿Has aprendido a hacer cumplidos?

¿Y a agradecerlos?

.....