

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	11
PRESENTACIÓN	13
INTRODUCCIÓN	15
PRIMERA PARTE: HABILIDADES SOCIALES SIMPLES	
– Presentación del programa a los alumnos	21
– UNIDAD DIDÁCTICA 1: «HABILIDADES SOCIALES»	23
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	25
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	25
2.1. ¿Qué son las «Habilidades sociales»?.....	25
2.2. ¿Qué importancia tiene adquirir y utilizar unas buenas «Habilidades sociales»?	26
2.3. ¿Cómo adquirir buenas «Habilidades sociales»?.....	27
2.4. ¿Cuáles son las características de los tres tipos de comportamiento?	28
A.–Comportamiento social pasivo.....	28
B.–Comportamiento social agresivo ¿cómo se manifiesta la agresividad?	29
C.–Comportamiento social asertivo.....	31
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	32
3.1. Estrategias de entrenamiento	32
a) Vamos a averiguar los distintos estilos de comportamiento	32
b) Vamos a pensar y a escribir alguna situación social que nos haya resultado difícil de resolver	35
c) ¿Estamos preparados para responder de la mejor forma que sabemos a las distintas situaciones?	36
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	38
– UNIDAD DIDÁCTICA 2: AUTOESTIMA	41
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	43
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	43
2.1. ¿Qué es la autoestima?	43
2.2. ¿Cuáles son las áreas de la autoestima?.....	44
2.3. ¿Cómo puede ser la autoestima?.....	45
2.4. ¿Qué relación tiene la autoestima con los distintos estilos de comportamiento?	46

2.5. ¿Cómo conocer nuestra autoestima?	47
2.6. ¿Qué importancia tiene desarrollar una alta autoestima?	48
2.7. ¿Cómo desarrollar o mejorar la autoestima?	49
2.8. ¿Cómo crees que es tu autoestima?	51
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	52
3.1. «Vamos a conocernos mejor. Escala de autoestima	52
3.2. Reflexión personal.....	56
- UNIDAD DIDÁCTICA 3: COMUNICACIÓN: CONVERSACIONES	59
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	61
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	61
2.1. ¿Qué son las conversaciones?.....	61
2.2. ¿Qué importancia tiene saber conversar?	62
2.3. ¿Cómo conversar de forma correcta?	63
1. ¿Cuáles son los requisitos previos?.....	63
2. ¿Cuáles son las fases de la conversación?.....	64
3. ¿Cómo iniciar, mantener y terminar una conversación?	66
2.4. ¿Cómo participar en una conversación de grupo?.....	67
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	68
3.1. Estrategias de entrenamiento	68
a) Vamos a averiguar las distintas formas de conversar	68
b) Vamos a conversar de forma correcta.....	71
c) ¿Estamos preparados para responder de forma adecuada a los saludos, presentaciones y conversaciones entre nosotros?	72
c.1.-Responder a la conversación por parejas	72
c.2.-Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	72
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	74
- UNIDAD DIDÁCTICA 4: REFORZAR POSITIVAMENTE A OTROS:	
«HACER CUMPLIDOS»	77
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	79
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	79
2.1. ¿Qué es reforzar positivamente a otros?	79
2.2. ¿Qué importancia tiene saber reforzar positivamente a otros?	80
2.3. ¿Cómo reforzar positivamente a otros?	80
2.4. ¿Cómo recibir los refuerzos de otros?	81

3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	82
3.1. Estrategias de entrenamiento	82
a) Vamos a averiguar los distintos tipos de comportamiento.....	82
b) Vamos a dar y a recibir elogios de forma correcta	85
c) ¿Estamos preparados para reforzarnos entre nosotros?.....	86
c.1.–Dar y recibir cumplidos por parejas	86
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	86
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	88
- UNIDAD DIDÁCTICA 5: EXPRESAR Y RECIBIR QUEJAS (DECIR LO QUE NOS MOLESTA)	91
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	93
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	93
2.1. ¿Qué es una queja?	93
2.2. ¿Qué importancia tiene saber expresar quejas?	94
2.3. ¿Cómo expresar quejas?	95
2.4. ¿Cómo recibir quejas?	95
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	96
3.1. Estrategias de entrenamiento	96
a) Vamos a averiguar las distintas formas de expresar quejas	96
b) Vamos a expresar y responder a las quejas de forma correcta	99
c) ¿Estamos preparados para expresar y responder a las quejas de forma adecuada entre nosotros?	100
c.1.–Responder a las quejas por parejas.....	100
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	100
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	102
- UNIDAD DIDÁCTICA 6: HACER PETICIONES «PEDIR FAVORES»	105
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	107
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	107
2.1. ¿Qué significa pedir favores?	107
2.2. ¿Qué importancia tiene saber pedir favores?.....	108
2.3. ¿Cómo pedir un favor?	108
2.4. ¿Cómo hacer un favor?	108
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	109
3.1. Estrategias de entrenamiento	109

a) Vamos a averiguar los distintos tipos de comportamiento.....	109
b) Vamos a pedir y hacer favores de forma correcta.....	112
c) ¿Estamos preparados para pedir y hacer favores entre nosotros?.....	113
c.1.–Pedir y hacer favores por parejas	113
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	113
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	115
– UNIDAD DIDÁCTICA 7: RECHAZAR PETICIONES (DECIR «NO»)	117
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	119
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	119
2.1. ¿Qué significa rechazar peticiones?.....	119
2.2. ¿Qué importancia tiene saber rechazar peticiones de forma adecuada?	120
2.3. ¿Cuándo debes negarte?	121
2.4. ¿Cómo debes negarte?	121
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	123
3.1. Estrategias de entrenamiento	123
a) Vamos a averiguar los distintos tipos de comportamiento.....	123
b) Vamos a rechazar peticiones de forma correcta	126
c) ¿Estamos preparados para hacer y rechazar peticiones entre nosotros?	127
c.1.–Rechazar peticiones por parejas	127
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	127
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	129
– UNIDAD DIDÁCTICA 8: DEFENDER LOS PROPIOS DERECHOS	131
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	133
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	133
2.1. ¿Qué significa defender los propios derechos?	133
2.2. ¿Qué importancia tiene saber defender los propios derechos?.....	134
2.3. ¿Cómo defender los propios derechos?.....	135
2.4. ¿Cómo responder a la defensa de los derechos de los demás?.....	137
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (ACTIVIDADES)	138
3.1. Estrategias de entrenamiento	138
a) Vamos a averiguar las distintas formas de defender los propios derechos	138
b) Vamos a defender los propios derechos de forma correcta	141
c) ¿Estamos preparados para defender los propios derechos de forma correcta, entre nosotros	142

c.1.–Depender los propios derechos por parejas	142
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	142
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	144
– UNIDAD DIDÁCTICA 9: HACER AMIGOS/AS	147
1. EVALUACIÓN INICIAL (conocimientos previos)	149
2. CONTENIDOS CONCEPTUALES	149
2.1. ¿Qué significa hacer amigos/as?	149
2.2. ¿Qué importancia tiene hacer amigos/as?	150
2.3. ¿Cuándo hacer amigos/as?	150
2.4. ¿Cómo hacer amigos/as?	151
3. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN (actividades)	153
3.1. Estrategias de entrenamiento	153
a) Vamos a averiguar las distintas formas de hacer amigos/as	153
b) Vamos a intentar hacer amigos/as de forma correcta	156
c) ¿Estamos preparados para iniciar y mantener amistades entre nosotros?	157
c.1.–Iniciar y mantener amistades por pareja	157
c.2.–Role-Playing (dramatización o representación de papeles).....	157
3.2. Estrategias de generalización (autoevaluación)	159
• EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE	161
1. Concurso de murales (evaluación entre grupos)	163
2. Vamos a comprobar lo que hemos aprendido (autoevaluación)	165
3. Escala de opinión aplicada a los alumnos/as.....	170
– Registro de resultados.....	171
4. Escala de opinión aplicada a la familia	172
– Registro de resultados.....	173
• BIBLIOGRAFÍA	174