

## HABILIDADES BASICAS DE INTERACCIÓN SOCIAL EN EDUCACIÓN SECUNDARIA



¿Necesita su hijo/a aprender a comunicarse a defender sus derechos y a saber decir NO sin el miedo a ser rechazado? Desde Cade su hijo adquirirá habilidades comunicativas y asertivas que le ayudaran en sus relaciones.

### OBJETIVOS

#### 1.- Adquisición de Habilidades Sociales básicas para poder relacionarse en grupo

- Aprender a saludar.
- Adquirir cortesía y amabilidad.
- Controlar y modular en la comunicación el tono, volumen, fluidez y vocabulario, así como conocer y valorar la comunicación no verbal (gestos, posturas, orientación...).

#### 2.- Desarrollo afectivo - personal

Fomentar el conocimiento de uno mismo aprendiendo a identificar y a exteriorizar los sentimientos.

- Reflexionar sobre la identidad personal y favorecer el autoconocimiento de sí mismo.
- Diferenciar los autoconceptos más concretos que se refieren a áreas específicas de la expresión (autoconcepto físico, académico, social, personal y emocional).



Centro de Atención a la Diversidad Educativa

- Manejar aquellos pensamientos negativos que deterioran la autoestima y la competencia social, cambiándolos por otros más positivos.
- Reconocer las distintas reacciones que se tienen y aprender a controlarlas.

### 3.- Desarrollo socio - afectivo

Potenciar la adquisición de conductas necesarias para interactuar y relacionarse, tanto con sus iguales como con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

- Adquirir habilidades conversacionales básicas.
- Ser asertivos en sus relaciones con los demás, expresando sus opiniones y recibiendo las de los demás de forma adecuada.
- Aprender a reconocer y respetar los sentimientos de los demás como diferentes de los de uno mismo.

### 4.- Resolución de problemas

- Identificar y definir el problema.
- Aprender técnicas que ayuden a la resolución de problemas.
- Ser conscientes de las consecuencias que tienen sus conductas.

## CONTENIDOS

- Presentación y conocimiento del grupo.
- Habilidades de comunicación.
  - Habilidades no verbales o de contacto.
  - Habilidades verbales.
  - Habilidades relacionales.
  - Escucha activa.
  - Iniciar conversaciones.
  - Mantener y terminar conversaciones.
- Autoestima.
- Asertividad.
  - Uso de los mensajes del yo.
  - Aprender a decir no.
  - Hacer y recibir críticas.



Centro de Atención a la Diversidad Educativa

- Sentimientos y emociones.
  - Expresión de emociones positivas y negativas.
  - Recepción de emociones positivas y negativas.
  - Identificación de emociones positivas y negativas.
  
- Habilidades alternativas a la agresión.
  - Saber responder a bromas.
  - Saber responder a quejas.
  - Evitar enfrentamientos.
  - Ayudar.
  - Cooperar.
  
- Solución de problemas.
  - Identificar situaciones problemáticas.
  - Anticipar consecuencias.
  - Elegir una solución.
  - Probar la solución.
  
- Influencia del grupo de iguales.
  - Reafirmación de los propios valores e ideas frente a la presión del grupo de iguales.

## **PARTICIPANTES**

El taller está diseñado para alumnos escolarizados en 1º y 2º de Educación Secundaria.

## **TEMPORALIZACIÓN**

El entrenamiento en Habilidades sociales, sería de unas 6 sesiones, 4 de hora y media y 2 de dos horas cada sesión.

El horario queda pendiente de determinar según la disponibilidad del centro y las familias