**Coaching #4: Intervenciones de Nivel 2 PBIS**

**CICO (Check In - Check Out)**

* **¿Qué proporciona CICO?**
  + Contacto personal diario de un adulto en la escuela
  + Proceso estructurado de retroalimentación y reconocimiento frecuentes
  + Instrucción y recordatorios sobre las habilidades necesarias
  + Comunicación escuela-hogar
  + Monitoreo incorporado del progreso del estudiante
* **Criterios CICO**
  + El estudiante debe ganar el **80% de los puntos posibles**.
  + Establecer incentivos diarios / semanales
* **Procedimiento para el Ciclo Diario CICO**
  + Registro rápido con un adulto a su llegada.
    - Saludar y reconocer al estudiante por registrarse.
    - Consultar preparación para el día.
    - Materiales y suministros.
    - Actitud.
    - Entregar la tarjeta firmada del día anterior.
    - Recoger la tarjeta del día.
    - Recordatorios para el comportamiento apropiado / expectativas de revisión.
  + En cada período de clase y en cualquier entorno supervisado
    - El estudiante trae y entrega la tarjeta al maestro.
    - El maestro reconoce al estudiante por registrarse.
    - El maestro califica y proporciona comentarios.
  + Consultar con un adulto al final del día
    - Revisar los puntos y objetivos del día.
    - El adulto reconoce y/o alienta.
    - Llevarse la tarjeta a la casa para la firma del padre, madre o encargado.
  + Entregar tarjeta al padre, madre o encargado.
    - El padre, madre o encargado reconoce y alientan para la próxima vez.
    - Tarjeta de signos para padre, madre o encargado.
    - Estudiante devuelve tarjeta firmada al día siguiente.
    - Adulto ingresa datos de puntos diarios.
* **Participación del Padre, Madre o Encargado**
  + Obtener permiso o autorización por escrito.
  + Oriente a los padres, madres o encargados sobre cómo revisar la hoja de puntos con sus hijos debe mantenerse positivo y alentador hacia el estudiante.
* **Toma de decisiones basada en datos**
  + Intervención con límite de tiempo: 8 – 12 semanas.
  + Resúmenes de datos diarios/semanales
  + Reuniones periódicas de revisión con datos
  + Grados, asistencia, finalización de tareas, datos CICO.
  + Incluir estudiantes de secundaria.
* **Resultados de Investigación**
  + CICO es efectivo con aproximadamente el 70 – 75% de los estudiantes de Nivel II.
  + Reducciones en el comportamiento problemático.
  + Aumento de las calificaciones de los comportamientos prosociales.
  + Mayor compromiso académico.
  + Calificado por los maestros como eficiente, efectivo y aceptable.
* **¿Quién puede beneficiarse de CICO?**
  + Estudiantes con comportamiento de:
    - Interrupciones de bajo nivel
    - Falta de respeto
    - Desestructurado
    - Finalización del trabajo
    - Impulsivo

**Intervenciones Grupales**

* El Nivel II de SACPE requiere de una intervención conductual.
* ¿Qué es una intervención?
  + Su propósito es que el comportamiento inadecuado sea menos frecuente, intenso o grave.
  + Se dirige a trabajar con la respuesta que normalmente da el contexto ante el comportamiento.
  + Debe ser con refuerzo positivo, eliminando lo punitivo.
  + Desarrollar o aumentar las competencias y habilidades del estudiante para manejar sus situaciones.
  + Desarrollar sus destrezas de comunicación y sociales para aprender a manejar adecuadamente sus emociones.
  + Requiere diferenciar entre conductas problemáticas o desórdenes de conducta.
  + Es un trabajo coordinado por el equipo de apoyo escolar.
    - El equipo de apoyo escolar es compuesto por el director escolar, personal de apoyo, líder SACPE y especialista en dato.
  + Al momento de las reuniones del equipo SACPE debe de haber una asistencia de un 90% de los participantes.  Se trabaja con estrategias para atender el comportamiento inadecuado y para mantener el comportamiento que se enseña al estudiante sustituyendo el inadecuado.
  + Para ello se utiliza la estrategia de conducta alternativa.
* ¿Cómo implementar las Intervenciones?
  + Las intervenciones son guiadas por la discusión de casos del equipo SACPE y los maestros, donde se pueden tomar datos de:
    - Red de Apoyo Escolar.
    - Comité de Respuesta a la Intervención (RTI).
      * Complementa el Sistema de Apoyo Multinivel
  + Rápida atención a los casos, no más de 3 días.
    - Lo ideal y recomendado es que sea al momento.
  + Fundamentas en la matriz de expectativas de comportamiento de la escuela.
  + Apoyadas por todo el personal escolar.
  + Son guiadas por el ABC de la Conducta y el Análisis Funcional.
  + Se recomiendan reuniones semanales para medir el progreso.
  + Se busca que el estudiante participe de forma voluntaria.
    - No lo identifiquen como castigo.
    - Se presenta la intervención en forma positiva.
    - Impacto positivo = habilidades sociales
  + Garantizar los estudiantes tengan la oportunidad de participar de los clubs de apoyo para el desarrollo de las habilidades atadas al comportamiento.
* Planificación de Intervenciones
  + Supervisión activa en las intervenciones
    - ¿Cómo?, ¿cuándo?, ¿quién?
  + Verificar el Registro y Salida (CICO)
    - Capacitación del personal de procesos, cómo, cuándo, quién lo brindará
    - Quién hará los CICO de cada grado, quién se encargará de la entrada y salida de los estudiantes, cómo se documentará el CICO diario, semanal y mensual.
    - Quién maneja la data, quién la analiza.
    - Enseñanza deliberada de expectativas de comportamiento y habilidades sociales en todos los subsistemas: actividades a realizar.
    - Mentores de SACPE en la escuela: quiénes son, deben recibir capacitación, deben documentar su labor y los cambios que ven en el estudiante.
    - Planes de Apoyo entre la escuela y la familia: cómo se llevará a cabo.
    - Toma de descanso (*Take a break*): qué alternativas existen, cómo se harán.
    - Análisis funcional del comportamiento y planes de comportamiento
    - Alternativas a la suspensión: ¿cuáles son?
    - Clubes SACPE
      * ¿cuáles son y para qué?
    - Apoyo académico
      * ¿cuáles estrategias?
    - Apoyo a los maestros para el manejo de la sala de clases.

**Intervenciones Socioemocionales**

**Primera Semana: Habilidades Sociales**

Lección Núm. 1: Conociéndonos

* Presentación de las personas que van a intervenir en la lección educativa: facilitadores, participantes y personal de apoyo.

1. Presentación de los facilitadores
   1. Preséntese con detalles y en forma amena. Mencione su nombre y los datos que considere importantes para que los participantes lo personalicen: experiencia de trabajo, ciudad de nacimiento, pasatiempos. Recalque que lo llamen por su nombre, pues el proceso de enseñanza-aprendizaje es de tipo horizontal.
   2. Invite a cada una de las personas de apoyo a hacer lo mismo. Use la misma modalidad de los facilitadores. Todos deberán llamarse por su nombre.
2. Presentación del Estudiante
   1. Es necesario conocer los datos de cada uno de los participantes. Invítelos a realizar presentaciones personales. Pueden adoptar las siguientes alternativas: Cada participante lo hace personalmente. Cada participante es presentado por su compañero de al lado y viceversa. Un participante presenta a otro participante. Solicite las credenciales y, al azar, cada participante sacará una con el nombre de quien tendrá que presentar. Considere cinco minutos para conocer los datos pertinentes.

*\*Se realizará la siguiente dinámica de rompe hielo*

**Dinamica de Rompe Hielo – Carnet de Identidad**

**Objetivos:** Presentación de los objetivos de los participantes y fomentar la creación de un buen ambiente de grupo.Fomentar el autoconocimiento de los participantes.Valorar positivamente las similitudes y diferencias entre los participantes.

**Recursos necesarios:** Hojas de colores (uno para cada participante), rotuladores, una tarjeta de identificación ya hecha como ejemplo, una cartulina grande, pegamento.

**Tamaño del Grupo:** Entre 2 y 25 participantes.

**Pasos**

* Cada uno, individualmente, crea una tarjeta de identificación, escribiendo y dibujando:

1. Su nombre, quién lo eligió y porqué.

2. Un pasatiempo, algo que le guste hacer en su tiempo libre.

3. Una persona conocida o importante que le guste (modelo).

4. Algo que sepa o pueda hacer.

5. Algo que no pueda hacer y que le gustaría aprender.

* Después, cada participante presentará brevemente su tarjeta al grupo explicando cada aspecto y la pegará en una cartulina. Una persona que no tenga nada en común con la anterior continuará, presentando la suya y la pondrá en la misma cartulina, como si fuera un juego de dominó. Si alguien no tiene nada en común, una persona al azar continuará y pondrá tu tarjeta en un nuevo lugar de la cartulina.

**Reflexión y Evaluación:** Entonces, el facilitador llevará a cabo una reflexión sobre el procedimiento de creación de nuestra identidad, utilizando preguntas como: ¿Qué factores influyen en la construcción de nuestra identidad? ¿Si hubiéramos hecho la misma actividad el año pasado, hubiéramos hecho la misma tarjeta? ¿Por qué? ¿Qué elementos son fijos y cuáles cambian?

**Sugerencias:** Podría ser una actividad para empezar con un grupo nuevo; podría seguirse por actividades orientadas a profundizar en el autoconocimiento y en los resultados conseguidos y la estrategia utilizada para hacerlo.

**Lección Núm. 2: Cuestionario sobre las Habilidades Socioemocionales**

A continuación, te presentamos una tabla con diferentes aspectos de las *“Habilidades Sociales Básicas”*. A través de ella podrás determinar el grado de desarrollo de tú *“Competencia Social”* (conjunto de HH. SS necesarias para desenvolverte eficazmente en el contexto social). Señala el grado en que te ocurre lo que indican cada una de las cuestiones, teniendo para ello en cuenta:

**1** → Me sucede **MUY POCAS** veces **2** → Me sucede **ALGUNAS** veces

**3** → Me sucede **BASTANTES** veces **4** → Me sucede **MUCHAS** veces

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HABILIDADES SOCIALES** | | **4** | **3** | **2** | **1** |
|  | Prestas atención a la persona que te está hablando y haces un esfuerzo para comprender lo que te está diciendo. |  |  |  |  |
|  | Hablas con los demás de temas poco importantes para pasar luego a los más importantes. |  |  |  |  |
|  | Hablas con otras personas sobre temas que le interesan a ambos. |  |  |  |  |
|  | Clarificas la información que necesitas y se la pides a la persona adecuada. |  |  |  |  |
|  | Permites que los demás sepan que les agradeces los favores. |  |  |  |  |
|  | Te das a conocer a los demás por propia iniciativa. |  |  |  |  |
|  | Ayudas a que los demás se conozcan entre sí. |  |  |  |  |
|  | Dices que te gusta algún aspecto de la otra persona o alguna de las actividades que realiza. |  |  |  |  |
|  | Pides que te ayuden cuando tienes alguna dificultad. |  |  |  |  |
|  | Eliges la mejor forma para integrarte en un grupo o para participar en una actividad determinada. |  |  |  |  |
|  | Explicas con claridad a los demás cómo hacer una tarea específica. |  |  |  |  |
|  | Prestas atención a las instrucciones, pides explicaciones y llevas adelante las instrucciones correctamente. |  |  |  |  |
|  | Pides disculpas a los demás por haber hecho algo mal. |  |  |  |  |
|  | Intentas persuadir a los demás de que tus ideas son mejores y que serán de mayor utilidad que las de la otra persona. |  |  |  |  |
|  | Intentas reconocer las emociones que experimentas. |  |  |  |  |
|  | Permites que los demás conozcan lo que sientes. |  |  |  |  |
|  | Intentas comprender lo que sienten los demás. |  |  |  |  |
|  | Intentas comprender el enfado de la otra persona. |  |  |  |  |
|  | Permites que los demás sepan que te interesas o preocupas por ellos. |  |  |  |  |
|  | Piensas porqué estás asustado y haces algo para disminuir tu miedo. |  |  |  |  |
|  | Te dices a ti mismo o haces cosas agradables cuando te mereces una recompensa. |  |  |  |  |
|  | Reconoces cuando es necesario pedir permiso para hacer algo y luego lo pides a la persona indicada. |  |  |  |  |
|  | Te ofreces para compartir algo que es apreciado por los demás. |  |  |  |  |
|  | Ayudas a quien lo necesita. |  |  |  |  |
| **HABILIDADES SOCIALES** | | **4** | **3** | **2** | **1** |
|  | Llegas a establecer un sistema de negociación que te satisface tanto a ti mismo como a quienes sostienen posturas diferentes. |  |  |  |  |
|  | Controlas tu carácter de modo que no se te “escapan las cosas de la mano”. |  |  |  |  |
|  | Defiendes tus derechos dando a conocer a los demás cuál es tu postura. |  |  |  |  |
|  | Te las arreglas sin perder el control cuando los demás te hacen bromas. |  |  |  |  |
|  | Te mantienes al margen de situaciones que te pueden ocasionar problemas. |  |  |  |  |
|  | Encuentras otras formas para resolver situaciones difíciles sin tener que pelearte. |  |  |  |  |
|  | Comentas a los demás cuando han sido los responsables de originar un determinado problema e intentas encontrar una solución. |  |  |  |  |
|  | Intentas llegar a una solución justa ante la queja justificada de alguien. |  |  |  |  |
|  | Expresas un sincero cumplido a los demás por la forma en que han jugado. |  |  |  |  |
|  | Haces algo que te ayude a sentir menos vergüenza o a estar menos cohibido. |  |  |  |  |
|  | Eres consciente cuando te han dejado de lado en alguna actividad y, luego, haces algo para sentirte mejor en ese momento. |  |  |  |  |
|  | Manifiestas a los demás que han tratado injustamente a un amigo. |  |  |  |  |
|  | Consideras con cuidado la posición de la otra persona, comparándola con la propia, antes de decidir lo que hacer. |  |  |  |  |
|  | Comprendes la razón por la cual has fracasado en una determinada situación y qué puedes hacer para tener más éxito en el futuro. |  |  |  |  |
|  | Reconoces y resuelves la confusión que se produce cuando los demás te explican una cosa, pero dicen o hacen otras que se contradicen. |  |  |  |  |
|  | Comprendes lo que significa la acusación y por qué te la han hecho y, luego, piensas en la mejor forma de relacionarte con la persona que te ha hecho la acusación. |  |  |  |  |
|  | Planificas la mejor forma para exponer tu punto de vista antes de una conversación problemática. |  |  |  |  |
|  | Decides lo que quieres hacer cuando los demás quieren que hagas otra cosa distinta. |  |  |  |  |
|  | Resuelves la sensación de aburrimiento iniciando una nueva actividad interesante. |  |  |  |  |
|  | Reconoces si la causa de algún acontecimiento es consecuencia de alguna situación bajo tu control. |  |  |  |  |
|  | Tomas decisiones realistas sobre lo que eres capaz de realizar antes de comenzar una tarea. |  |  |  |  |
|  | Eres realista cuando debes dilucidar cómo puedes desenvolverte en una determinada tarea. |  |  |  |  |
|  | Resuelves qué necesitas saber y cómo conseguir la información. |  |  |  |  |
|  | Determinas de forma realista cuál de los numerosos problemas es el más importante y el que deberías solucionar primero. |  |  |  |  |
|  | Consideras las posibilidades y eliges la que te hará sentir mejor. |  |  |  |  |
|  | Te organizas y te preparas para facilitar la ejecución de tu trabajo. |  |  |  |  |

\**El facilitador deberá administrar el cuestionario a cada uno de los participantes. Donde luego tabulará su puntuación.*

|  |  |
| --- | --- |
| **GRUPO I. PRIMERAS HABILIDADES SOCIALES.**  1. Escuchar.  2. Iniciar una conversación.  3. Mantener una conversación.  4. Formular una pregunta.  5. Dar las gracias.  6. Presentarse.  7. Presentar a otras personas.  8. Hacer un cumplido.  **GRUPO II. HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS.**  9. Pedir ayuda.  10. Participar.  11. Dar instrucciones.  12. Seguir instrucciones.  13. Disculparse.  14. Convencer a los demás.  **GRUPO III. HABILIDADES RELACIONADAS CON LOS SENTIMIENTOS.**  15. Conocer los propios sentimientos.  16. Expresar los sentimientos.  17. Comprender los sentimientos de los demás.  18. Enfrentarse con el enfado de otro.  19. Expresar afecto.  20. Resolver el miedo.  21. Autorrecompensarse.  **GRUPO I**V. **HABILIDADES ALTERNATIVAS A LA AGRESIÓN.**  22. Pedir permiso.  23. Compartir algo.  24. Ayudar a los demás.  25. Negociar. | 26. Empezar el autocontrol.  27. Defender los propios derechos.  28. Responder a las bromas.  29. Evitar los problemas con los demás.  30. No entrar en peleas.  **GRUPO V.** **HABILIDADES PARA HACER FRENTE AL ESTRÉS.**  31. Formular una queja.  32. Responder a una queja.  33. Demostrar deportividad después de un juego.  34. Resolver la vergüenza.  35. Arreglárselas cuando le dejan de lado.  36. Defender a un amigo.  37. Responder a la persuasión.  38. Responder al fracaso.  39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios.  40. Responder a una acusación.  41. Prepararse para una conversación difícil.  42. Hacer frente a las presiones del grupo.  **GRUPO VI. HABILIDADES DE PLANIFICACIÓN.**  43. Tomar iniciativas.  44. Discernir sobre la causa de un problema.  45. Establecer un objetivo.  46. Determinar las propias habilidades.  47. Recoger información.  48. Resolver los problemas según su importancia.  49. Tomar una decisión.  50. Concentrarse en una tarea. |

**Tabla de Resultados**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **GRUPO I**  **(de 1 a 8)** | **GRUPO II**  **(de 9 a 14)** | **GRUPO III**  **(de 15 a 21)** | **GRUPO IV**  **(de 22 a 30)** | **GRUPO V**  **(de 31 a 42)** | **GRUPO VI**  **(de 43 a 50)** |
| **PDO** |  |  |  |  |  |  |
| **PDM** | 32 | 24 | 28 | 36 | 48 | 32 |
| **PDP** |  |  |  |  |  |  |

Cálculo de la Puntuación Directa Ponderada (PDP)

x 100

**Lección Núm. 3: ¿Qué son las habilidades socioemocionales?**

**¿Qué son las habilidades sociales?**

Las habilidades sociales son competencias definidas por el comportamiento que un individuopuede tener en su entendimiento de los diversos códigos sociales, en sus actitudes y susexpresiones en la sociedad. Las habilidades sociales permiten a una persona expresar sus

propios sentimientos, necesidades y opiniones, lo que permite el bienestar personal, que es el

primer paso para una mayor integración social.

Como principales aspectos de las habilidades sociales podemos encontrar: comportamientos adaptados a los contextos y con relación a otras personas, con una dimensión cultural e intercultural, que incluyen habilidades como la autoorganización, la puntualidad, la autoeficacia, la motivación personal, habilidad de prevención y resolución de conflictos.

Las **habilidades sociales** son fundamentales para el éxito a largo plazo, tratándose de una dimensión básica de la tan traída y cada día mejor valorada **inteligencia emocional**. Suponen una combinación de la capacidad de entender y gestionar el propio estado emocional y la capacidad de comprender y responder a otras personas.

Las **habilidades sociales** no solo incluyen la comprensión y el uso de las convenciones sociales, sino que también incorporan la capacidad de entender el “currículo oculto”, la forma en que los demás se comunican e interactúan, la reciprocidad y la capacidad de establecer relaciones interpersonales.

La situación que te planteamos a continuación se da frecuentemente. Juan y Alberto son dos chicos de la misma edad, viven en el mismo barrio, y van a la misma escuela. Las notas de ambos son parecidas, Juan destaca un poco más en la clase de español y Alberto en matemáticas, pero en el resto de las clases sus notas son prácticamente iguales.

Cuando llega la hora del recreo, Alberto casi siempre está solo. Sus compañeros de clase no cuentan con él para ningún juego y cuando hacen equipos, siempre se queda el último. Juan, por el contrario, siempre está rodeado de amigos, es la típica persona que cae bien a todo el mundo. Aunque acostumbra a decir lo que piensa, intenta no herir a nadie. Sus compañeros cuentan con él para todo, y normalmente, lo eligen capitán del equipo.

¿Alguna vez te has parado a pensar el por qué de una situación parecida? Posiblemente haya más de una explicación, pero seguro que las habilidades sociales de cada uno de ellos tienen mucho que ver. Por eso, y para que a ti no te pase como Alberto, vamos a explicarte qué son las habilidades socioemocionales y después te proponemos que las pongas a práctica.

Existen muchas definiciones para explicar qué son las habilidades socioemocionales. Sin embargo, todas coinciden en que son una manera de actuar que favorece las relaciones entre las personas. Dependiendo de cada situación, ejercitaremos unas habilidades u otras, en función del contexto y de las características de la situación. A continuación, te explicamos en qué consisten algunas de las habilidades socioemocionales.

**Asertividad**: en la manera de comportarse con la cual la persona no es agresiva ni pasiva. Ni agrede, ni se somete a la voluntad de otras personas; sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos, respetando los derechos, pensamientos y sentimientos de los demás.

**Empatía**: es la habilidad que nos permite comprender, aunque no estemos de acuerdo, el punto de vista de los demás, y demostrarles que les estamos entendiendo.

**Saber escuchar**: consiste en escuchar con atención, saber lo que la otra persona trata de comunicarnos y transmitirle que hemos recibido su mensaje.

**Definir un problema**: es la habilidad que nos permite ser capaces de analizar una situación teniendo en cuenta todos los factores que intervienen.

**Evaluar soluciones**: es la habilidad que nos permite, en el momento de tomar una decisión, analizar las consecuencias que tendrán las soluciones propuestas para las personas implicadas.

**Negociación**: es la habilidad que tiene por objetivo encontrar una solución que sea aceptada, y resulte justa y adecuada a los intereses de las personas implicadas.

Estas habilidades se pueden aprender. Facilitan, a la persona que las domina, una mejor relación con los demás; permiten reivindicar nuestros propios derechos sin negar los derechos de los demás; y, por último, facilitan la prevención, la identificación, la comunicación y la resolución de problemas.

\**El facilitador debe preparar una presentación audiovisual para presentárselo a los participantes.*

**Segunda Semana: Comunicación Asertiva**

**Lección Núm. 4: ¿Qué hacer cuando algo no me gusta?**

**Objetivo:** Saber reaccionar de manera adecuada ante lo que nos desagrada.

**Descripción:** En ocasiones, el no saber reaccionar adecuadamente nos produce malestar. Seguro que entrenando la habilidad de decir las cosas de una manera correcta nos sentiremos mejor, y no haremos que se sientan mal quienes nos rodean.

**Participantes:** individual

**Edad:** se puede trabajar a cualquier edad variando las situaciones. Dependiendo de la edad, se puede ampliar la actividad con la definición y las características de los diferentes tipos de conducta: asertiva, pasiva y agresiva (ver ficha).

**Instrucciones:** Lee detenidamente las situaciones que se plantean y piensa cómo actuarias tú en cada caso:

1. Un compañero se come un dulce y tira el papel al suelo. Te parece inadecuada su actitud y crees que debes decírselo. Tu manera de actuar es:
   1. (Con voz enfadada y reganándole): Mira que eres sucio, ¿no sabes que los papeles no se tiran en el suelo?
   2. Bueno, a mí… me parece… Nada, es igual, déjalo.
   3. (Con voz pausada): Creo que debes fijarte que dejaste caer el papel del dulce al suelo. Será conveniente que lo recogieras para mantener limpio el patio y evitar se ensucie.
2. El maestro te acaba de entregar un examen después de corregirlo, y crees que la nota no es correcta. Estás enfadado, y quieres que revise el examen. Crees que deberías decírselo. Tu manera de actuar es:
   1. Perdón maestro, pero me gustaría que, cuando le sea posible, revises mi examen. Creía que me había ido mejor.
   2. ¡Siempre igual, siempre te tienes que equivocar conmigo! El próximo examen lo voy a hacer directamente mal. Total, haga lo que haga siempre me pones la misma nota.
   3. No dices nada, crees que no vale la pena, que es solo la nota de un examen, y que si dices algo a lo mejor el maestro te coge manía.
3. Has salido un poco tarde de la casa, pero todavía te quedan unos minutos para comprarte uno dulces. Estás esperando tu turno, y cuando te va a tocar, llega un amigo pidiendo que le atiendan. No estás dispuesto a que pase delante de ti. Tu reacción es:
   1. Lo dejas pasar, total por una persona no pasa nada, y a lo mejor si le llamas la atención acabas discutiendo y todavía será peor.
   2. Le dices: perdona, pero yo también tengo prisa, y como he estado esperando pacientemente mí turno, ahora toca que me atiendan a mí.
   3. Te pones a gritar en medio de la tienda: ¿qué se habrá creído? ¡Se cree que es el más guapo del mundo para que le despachen primero a él! Mira, quítate de ahí antes de que te quite yo de un empujón.
4. Has quedado con un amigo para ir al cine. La película empieza a las cinco, pero habías quedado de encontrarte a las 4:30pm para tener tiempo para comprar las entradas y los dulces. Tu amigo llega a las cinco menos cinco, y en vez de disculparse argumenta que todavía no ha empezado la película. A ti te molesta esa actitud, y crees que debes decírselo. Tu manera de actuar es:
   1. Cuando le ves llegar le gritas: es la última vez que te espero. Eres el colmo de la impuntualidad. Contigo no se puede quedar, ahora por tu culpa ya no veremos el principio de la película.
   2. Te molesta su actitud, pero no dices nada. Supones que le ha pasado algo importante, y no quieres incomodarle más.
   3. Tranquilamente, le preguntas qué le ha pasado. Le expones que no te gusta llegar tarde a los lugares, y que la próxima vez, si se tiene que tardar por algún motivo, haga el favor de avisar.
5. Mañana tienes un examen de matemáticas y un amigo te pide la libreta para estudiar. Tú sueles dejar tus cosas, sobre todo a tus amigos, pero hoy te es imposible porque tú también tienes que estudiar. Crees que si le dices que no se la prestaras se enfadará contigo, pero realmente hoy te hace falta. ¿Cómo actuar?
   1. Le explicas que cualquier otro día no tendrías problemas para dejarle la libreta, pero que hoy te es imposible. Que en otra ocasión procure planificarse mejor y pedírtela con más antelación.
   2. Se la dejas, total un amigo se merece cualquier tipo de sacrificio, y lo que no querías de ninguna manera se disguste contigo.
   3. Le contestas: ¿tú estás loco o qué? ¿qué quieres que me cuelgue yo por tu culpa? ¿Anda y búscate la vida?

Reflexiona sobre las siguientes preguntas

1. ¿Has vivido a menudo situaciones como éstas?
2. Si te han pasado alguna vez, ¿has reaccionado tal y como lo has hecho ahora?
3. ¿Crees qué ha sido la manera correcta de reaccionar?
4. ¿Cómo te has sentido?
5. ¿Cómo crees que se ha sentido el otro con cada una de las reacciones?

Para ayudarte a reflexionar:

Todos a lo largo del día nos encontramos con situaciones similares a las que hemos descrito y que hacen que tengamos que reaccionar ante ellas. Cuando somos capaces de reaccionar de manera adecuada, tanto nosotros como el resto de las personas implicadas nos sentimos mucho mejor. Recuerda que no tiene más razón quien más grita, sino quien es capaza de exponer lo que piensa sin alterarse ni ofender los demás. Nunca debemos dejar de decir lo que pensamos, pero hemos de ser capaces de decirlo sin que los demás se sientan molestos u ofendido. Además de conseguir mejores resultados, este tipo de comportamiento hará que las personas que nos rodean nos acepten y nos respeten mucho más.

**Tipos de Respuestas**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Situación** | **Pasiva** | **Agresiva** | **Asertiva** |
| 1 | B | A | C |
| 2 | C | B | A |
| 3 | A | C | B |
| 4 | B | A | C |
| 5 | B | C | A |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Agresiva** | **Pasiva** | **Asertiva** |
| **Comportamiento** | | |
| Volumen de voz elevado | Volumen de voz bajo | Tranquilidad |
| Habla precipitada | Habla poca fluida | Habla fluida |
| Interrupciones | Postura tensa | Relajación corporal |
| Insultos | Vacilaciones, silencios | No hay bloqueos ni muletillas |
| Mirada desafiante | Mirada baja | Contacto ocular no desafiante |
| **Principales consecuencias** | | |
| Rechazo de los demás | Falta de respeto de los demás. | Detienen el ataque del otro. |
| Los otros se sienten menospreciados, por lo que pueden llegar a rechazar su compañía. | Pérdida de la autoestima. | Son considerados buenos negociados, no tontos. |
| Este rechazo puede producir cada vez más agresividad. | No se les rechaza, pero tampoco se les valora: dan lastima. | Se hacen respetar y valorar por los demás. |

**Lección Núm. 5: Dinámica de Interacción: Abrazos Musicales**

**Objetivo:**pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales.

**Materiales:** instrumento musical o minicadena.

**Desarrollo:**una música suena a la vez que los participantes danzan por el salón. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar. La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final.

**Lección Núm. 6: Dinámica de Interacción: La Gran Tortuga**

**Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, solicitar y ofrecer ayuda, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás y pedir ayuda cuando lo necesite.

**Materiales:**colchoneta.

**Desarrollo:**este juego puede ser realizado en la sala de psicomotricidad. El “caparazón” será una gran colchoneta de gimnasio. Según el tamaño de la colchoneta, se dividirá a los estudiantes en grupos de cuatro a diez. Los estudiantes se colocan a cuatro patas, cubiertos por la “concha de tortuga”. Sin agarrarla, tienen que intentar moverla en una dirección o hacerla recorrer un itinerario determinado. Si los estudiantes no se organizan y cada uno va a lo suyo, la tortuga acabará en el suelo. Pronto se darán cuenta de que es necesario cooperar para moverla con cierta soltura.

**Tercera Semana: Comunicación- No Verbal**

**Lección Núm. 7: Juguemos a Adivinar**

**Objetivo:** Reconocer la importancia de la comunicación no verbal.

**Descripción:** en ocasiones, las expresiones nos juegan malas pasadas y aunque decimos una cosa, con nuestra actitud estamos demostrando otra. Por el contrario, hay veces que no es necesario hablar para poder mostrar lo que sentimos.

**Materiales:** papeles con los mensajes.

**Instrucciones:** En unos papeles anotaremos diferentes situaciones. Los estudiantes irán saliendo ante el grupo y, sin hablar, tendrán que expresar la situación que indica el papel. No podrán dar pistas, solo actuar con mímica hasta que algún compañero adivine el mensaje.

Algunos mensajes podrían ser:

1. Estoy muy contento porque esta tarde iré a jugar con mi amigo.
2. El bocadillo del desayuno estaba buenísimo.
3. Tengo mucho sueño.
4. ¡Tengo hambre!
5. Mañana me voy de excursión a la montaña.

Para ayudarte a reflexionar:

Nuestros gestos, nuestras manos, todo nuestro cuerpo comunican mucho más de lo que nosotros mismos pensamos. Piensa que cuando queremos comunicarnos con otra persona además de las palabras, hay otros elementos que intervienen, así tenemos:

* En la cara: el ceño, la sonrisa, las muecas.
* En los ojos: la dirección de la mirada, las alteraciones de la pupila.
* En el cuerpo: la postura, la posición de los brazos y las piernas, el distanciamiento.
* En la voz: el tono, el ritmo.

Por lo tanto, lo ideal es conocer y controlar nuestro lenguaje no verbal, para no estar diciendo una cosa, y dando a entender no verbalmente lo contrario.

**Lección Núm. 8: Dinámica de Interacción: Dibujos en Equipo**

**Objetivos:**pertenecer a un grupo, enriquecer las relaciones sociales, reconocer los errores y pedir disculpas.

**Materiales:**un lápiz por equipo, papel.

**Desarrollo:**se hacen equipos de estudiantes. Estos equipos se forman en fila, un equipo junto al otro, y el primero de cada fila tiene un lápiz. Frente a cada equipo, a unos 7 o 10 metros, se coloca una hoja de papel. El juego comienza cuando el facilitador nombra un tema, por ejemplo, “la ciudad”, luego el primero de cada fila corre hacia el papel de su equipo con un lápiz en la mano y comienza a dibujar sobre el tema nombrado. Después de unos 10 segundos, el facilitador gritará “¡Ya!” y los que estaban dibujando corren a entregar el lápiz al segundo de su fila, que rápidamente corre a continuar el dibujo de su equipo. Cuando todos hayan participado, se dará por terminado el juego y se procederá a una votación realizada por los propios estudiantes en donde elegirán el dibujo que más les ha gustado (sin necesidad de que fuese el suyo).

**Lección Núm. 9: Dinámica de Interacción: El Dragón**

**Objetivos:**pertenecer a un grupo, enriquecer las relaciones, solicitar y ofrecer ayuda, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás, pedir ayuda cuando lo necesite y reconocer los errores y pedir disculpas.

**Materiales:**pañuelos.

**Desarrollo:**se divide al grupo en subgrupos de estudiantes. El primer niño hará de dragón y el último de cola, llevando un pañuelo colgado en la cintura. La cabeza intentará coger las colas de los demás dragones. Y la cola, ayudada por todo su grupo, intentará no ser cogida. Cuando una sola cola es cogida, el dragón al que pertenece el pañuelo se unirá al que le ha cogido la cola, formando así un dragón más largo. El juego terminará cuando todo el grupo forme un único dragón.

**Cuarta Semana: Toma de Decisiones**

**Lección Núm. 10: El Rumor**

**Objetivo:** Reconocer la importancia de tener la información correcta antes de tomar decisiones.

**Descripción:** Puede ocurrir que juzguemos una situación sin tener toda la información que necesitamos, y dejándonos llevar por un primer impulso.

**Instrucciones:** Lee la historia y al final contesta a las preguntas en una hoja adjunta. Cuando termines la lectura, reflexiona sobre las respuestas dadas, para valorar la importancia de no tomar las decisiones de manera precipitada.

El relato se titula Historia de un malentendido y comienza así:

María, Juan y Laura están cursando el sexto grado de la escuela. Son muy amigos desde que empezaron en primer grado. Incluso algunos fines de semana, las tres familias van juntas a algún lugar.

Una mañana, cuando María iba camino a la escuela, le pareció oír que Juan estaba criticando a Laura con otros compañeros, y que se reían de Laura que usaba espejuelos.

María se quedó muy sorprendida, porque no se lo esperaba, pero después de valorar lo que debía hacer, decidió que tenía que avisar a Laura de que Juan la estaba criticando.

A pesar de que consideraba que había tomado la decisión correcta, no se sentía bien, porque tenía la impresión de que de algún modo había traicionado a Juan.

Han pasado tres días, y los tres amigos están disgustados:

- Laura está molesta con Juan por haberla criticado y haberse reído de ella.

- María lo está porque no sabe si hizo bien comentando lo que había oído.

- Juan lo está porque no entiende el cambio de actitud de sus amigas hacia él.

Preguntas sobre la historia:

1. ¿Qué opinas tú de este caso?
2. ¿Quién te parece que ha actuado mal?
3. ¿Qué hubieras hecho tú en lugar de María?
4. Si fueras Laura, ¿Cómo hubieras reaccionado?
5. ¿Cómo crees que se siente María?
6. Y Laura, ¿Cuáles crees que son sus sentimientos?
7. ¿Qué crees que debe sentir Juan ante el cambio de actitud de sus amigas?

Para ayudarte a reflexionar

Muchas veces actuamos de manera precipitada. El pensar que estamos haciendo lo correcto no siempre nos asegura que lo estemos haciendo bien. Cuanta más información tengamos de lo que está pasando, más garantías tendremos de no equivocarnos. Es necesario conocer lo que está pasando para poder actuar, de lo contrario podemos herir los sentimientos de los demás de manera innecesaria.

**Lección Núm. 11: El Rumor**

**Objetivo:** Reconocer la importancia de tener la información correcta antes de tomar decisiones.

**Descripción:** Continuación de la historia de la lección número diez.

Ha pasado una semana y tras varios intentos de Juan por hablar con sus amigas, todavía no lo ha conseguido. Laura sigue dolida; María molesta por haber tenido que delatar a su amigo; y Juan desorientado porque no entiende que está pasando.

El martes por la mañana, cuando Juan llega a clase, las dos amigas se sorprenden a verlo con espejuelos.

Llegan otros dos compañeros, comentan algo con Juan y los tres se ponen a reír. Entonces oyen que Juan les dice: como les dije el otro día, ¿a que con espejuelos me parezco al director? Y acto seguido, estallan los tres estudiantes a reírse.

María se pone a reflexionar y empieza a sospechar que tal vez el día que ella los escucho no estaban hablando de Laura.

Decide hablar con Juan y explicarle lo que pasaba. Juan le asegura que en ningún momento se ha burlado de Laura. Aunque en un primer momento tanto Juan como Laura están enfadado con María por el lio que ha ocasionado. Al final todo se aclara y los tres vuelven a ser tan amigos como antes.

Preguntas sobre la historia

1. ¿Qué te parece el final de la historia?
2. ¿Cómo hubieras reaccionado tú en el caso de María?
3. ¿Y si fueses Juan?
4. ¿Qué crees que sienten cada uno de los tres cuando se dan cuenta de lo sucedido?
5. ¿Crees que alguno, o tal vez todos, deberían haber actuado de otra manera?
6. ¿Qué conclusión crees que se puede sacar de la historia?

Para ayudarte a reflexionar

La actuación de María podía haber acabado con la amistad de los protagonistas de la historia. Sin embargo, ella ha sido capaz de reconocer su error, y sus amigos han sido capaces de disculparla.

Para no herir los sentimientos de los demás, tenemos que procurar estar seguros de lo que hacemos, pero aun intentándolo es posible que alguna vez nos equivoquemos. Entonces es necesario disculparnos y rectificar. De la misma manera tenemos que estar dispuestos a aceptar que las otras personas también se pueden equivocar y hemos de ser capaces de disculparas.

**Lección Núm. 12: El Inquilino**

**Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás y pertenecer a un grupo.

**Materiales:**no se necesitan.

**Desarrollo:**se forman tríos de estudiantes, dos de ellos representan con los brazos el techo de una casa y con el cuerpo la pared derecha e izquierda respectivamente y el tercero se mete dentro de la casa convirtiéndose en el “inquilino”. Cuando el facilitador grite “¡Inquilino!”, estos deben salir de su casa y buscar una nueva. Por el contrario, si el facilitador dice “¡casa!”, son éstas las que se mueven buscando otro inquilino.

**Quinta Semana: Aprendiendo a Decir que No**

**Lección Núm. 13: A veces, hay que decir que NO**

**Objetivo:** Ser capaz de rechazar propuestas o negarnos a hacer cosas que nos desagrada.

**Descripción:** No siempre tenemos que estar de acuerdo con todo lo que nos proponen, y eso no debe hacernos sentir mal. Saber decir que no correctamente es la manera adecuada de estar a gusto con nuestra actitud, sin hacer que otros se sientan mal.

**Participantes:** Individual

**Edad:** a partir de los 10 años.

**Instrucciones:** A continuación, se presentarán situaciones en las que el protagonista debería decir no. Imagina que se trata de ti y argumenta para cada situación los motivos por los que crees que debes decir no. Piensa que no hay que poner excusas. Si ponemos excusas, la otra persona intentará convencernos y, al final, nos quedaremos sin argumentos.

1. Un amigo te propone hacerle una broma a un compañero de clase y esconderle su merienda. Tú sabes que el otro estudiante es muy tímido, y que posiblemente no dirá nada y ese día se quedará sin desayunar. No quieres hacerlo porque crees que es una broma demasiado pesada.

Reflexiona:

* ¿Cuáles son las causas por las que crees que debes decir que no?
* ¿Qué argumentos utilizas para negarte?

1. Has quedado con unos amigos para ir al cine a ver tu película favorita. Cuando llega uno propone que en vez de ir al cine vayan a patinar. No es que no te gusta patinar, pero ya te habías hecho a la idea de ir al cine y tú quieres ir al cine.

Piensa sobre lo siguiente

* ¿Por qué crees que debes decir no?
* ¿Cuáles son los argumentos que utilizas para negarte?

Es interesante que reflexiones también sobre las situaciones en las que más te cuesta decir no, y las emociones que genera tanto el decir no, como que te lo digan a ti. Para ello, puede utilizar la hoja de resumen o utilizar una hoja de papel en blanco e intentar responder a las preguntas que se formulan.

**Hoja de Resumen**

Contesta a las siguientes preguntas

1. De todas las situaciones planteadas, ¿en cuál crees que te hubiera costado más decir que no?
2. ¿Eres capaz de saber por qué te hubiera costado esta especialmente?
3. ¿Cómo crees que te hubieras sentido al decir que no?
4. Y la otra persona, ¿cómo crees que se hubiese sentido?
5. Cita tres motivos por lo que creas que hay que saber decir que no.
6. Explica tres posibles reacciones de la persona a quien le decimos que no.

**Lección Núm. 14: Bailes por Parejas**

**Objetivos:**pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales.

**Materiales:**no se necesitan.

**Desarrollo:**todos los participantes se reparten en parejas y se unen por la espalada. Si hay un número impar de personas, la persona que sobra canta, mientras todos se mueven alrededor de la habitación con las 9 espaldas en contacto. Cuando el canto cesa, cada persona busca una nueva pareja, y la persona libre busca también la suya. La persona que queda desparejada ahora es la que comienza de nuevo con el canto.

**Lección Núm. 15: El Aro**

**Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás, pedir ayuda cuando lo necesite y reconocer los errores y pedir disculpas.

**Materiales:**un aro por equipo.

**Desarrollo:**el facilitador invita a 5 o 6 jugadores a colocarse alrededor de cada aro. Se colocan poniendo los brazos sobre los hombros de los compañeros formando un círculo alrededor del aro, y de forma que el aro quede sobre sus pies. La idea es que han de subir el aro hasta la cabeza, sin ayudarse de las manos, y meter todos sus cabezas dentro de él.

**Sexta Semana: Valorando las causas**

**Lección Núm. 16: No siempre es lo que parece**

**Objetivo:** Valorar las causas que llevan a otros a actuar ante de tomar nuestras propias decisiones.

**Descripción:** A veces, los demás actúan de una manera que no nos gusta y tendemos a pensar únicamente en las molestias que su modo de haber nos ocasiona. Posiblemente, si nos detenemos a hablar con ellos para averiguar las causas de su conducta, veremos que, si intención no ha sido en ningún momento la de molestarnos, incluso podríamos decir que muchas veces ha sido todo lo contrario.

**Lección Núm. 17: El Amigo Desconocido**

**Objetivos:**ser capaz de comprender a los demás. Reconocer sentimientos y emociones ajenos. Comprender los motivos y conductas de los demás. Entender que todos y cada uno de nosotros somos diferentes.

**Materiales:**papel y lápiz.

**Desarrollo:**el facilitador asigna a cada estudiante un amigo secreto. Durante un tiempo determinado, cada estudiante va a estar atento a las cualidades y valores de este amigo secreto. Una vez terminado el tiempo, cada uno escribirá una carta a su amigo explicándole lo que le parecía de él. Luego cada uno se lleva su carta y la lee. Al día siguiente de la lectura, será interesante compartir los sentimientos vividos. Los estudiantes que no saben escribir lo escribirán a su manera y el profesor se lo transcribirá, de igual forma se hará con los que no saben leer.

**Lección Núm. 18: Collage**

**Objetivos:**ser capaz de comprender a los demás. Reconocer la pertenencia a un grupo. Aprender a decir que “no” defendiendo los derechos propios y respetando los ajenos. Tomar decisiones en grupo. Conseguir objetivos comunes.

**Materiales:**4 cartulinas, 1 barra de pegamento, 1 rotulador y 1 revista atrasada.

**Desarrollo:**se divide el grupo en tres subgrupos del mismo número de personas y un cuarto grupo de tres observadores (1 por grupo). Mientras los observadores observan, los grupos tienen un tiempo para realizar un collage, que represente, por ejemplo, las cuatro estaciones del año. Solo se podrá utilizar el material que el profesor coloque en el centro de la mesa. Todas las partes del collage han de estar pegadas a la cartulina y rotulado, al menos, el título. Al término del tiempo los trabajos se entregan al profesor. Se trata de ver qué grupo lo ha hecho mejor. Para ello, se pondrán los collages en el suelo y, teniendo en cuenta los comentarios de los observadores exteriores, se producirá a una votación realizada por los propios niños, de la cual saldrá un collage ganador. Posteriormente se hará un pequeño debate para contar cómo se han sentido a la hora de realizar el collage y durante las votaciones.

**Séptima Semana: Manejo de Conflictos**

**Lección Núm. 19: ¿Nos paramos a pensar?**

**Objetivo:** Identificar y afrontar de manera satisfactoria los conflictos cotidianos.

**Descripción:** Es difícil saber lo que nos pasa si no somos capaces de detenernos a pensar en ello. Normalmente, los problemas con lo que topamos tienen unas causas, unas consecuencias, pero también una o varias maneras de remediarlos.

**Atención:** Es importante la supervisión del adulto para la realización de estas actividades.

**Instrucciones:** Se debe identificar una historia. Se lee la historia, y anota en una hoja los diferentes problemas que consideras que tienen el protagonista.

**Lección Núm. 20: El Jardinero**

**Objetivos:**ser capaz de comprender a los demás. Reconocer sentimientos y emociones ajenos. Respetar los turnos. Reconocer la pertenencia a un grupo.

**Materiales:**una regadera o un objeto que represente una herramienta de jardinería. Algo para tapar los ojos.

**Desarrollo:**los estudiantes se sitúan frente a frente a dos metros de distancia aproximadamente, representando los árboles de una avenida. La primera persona que hace de jardinero tiene que situarse en un extremo de la avenida, con los ojos vendados, y tiene que ir en busca de la regadera (u otro objeto), que está al otro lado de la avenida. Este trayecto debe hacerse sin tocar los árboles. Sucesivamente van pasando más estudiantes, hasta pasar todo el grupo. Después haremos un diálogo en el que les preguntaremos, ¿cómo se han sentido?, ¿cómo sintieron a las demás personas?

**Lección Núm. 21: El Ovillo**

**Objetivos:**reconocer sentimientos y emociones ajenos. Respetar los turnos. Reconocer la pertenencia a un grupo. Conseguir objetivos comunes.

**Materiales:**un ovillo de lana.

**Desarrollo:**todos los participantes se sientan en círculo. El facilitador empieza lanzando el ovillo a alguien sin soltar una punta. Al tiempo que lanza el ovillo dice algo positivo que le guste o valore la persona a la que se lo lanza. Quien recibe el ovillo, agarra el hilo y lanza el ovillo a otra persona. También dice algo que le guste. Así sucesivamente, sin soltar el hilo, para que vayamos tejiendo la telaraña. El juego termina cuando todos hayan cogido el ovillo. Después realizamos un diálogo para ver ¿cómo se han sentido?, ¿cómo hemos recibido las valoraciones?, y si nos reconocemos en ellas.

**Octava Semana: Empatía**

**Lección Núm. 22: Escala de la Empatía**

**Objetivo:** Conocer cuál es nuestro grado de capacidad para percibir el estado de ánimo de los demás.

**Descripción:** la empatía es la capacidad de las personas para percibir el estado de ánimo de los demás. El siguiente cuestionario le permitirá evaluar su grado de empatía. El conocimiento del estado de ánimo de las personas con quien interacciones es importante porque nos permite modelar nuestro comportamiento en la interacción con los demás.

**Materiales:** Cuestionario y lápiz

**Participantes**: Individual

**Desarrollo:** Completar la escala de la empatía.

**Escala de Empatía**

Por favor, responde con sinceridad a las siguientes cuestiones:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Totalmente de acuerdo | De acuerdo | Ni a favor ni en contra | En desacuerdo | Totalmente en desacuerdo |
| Me gusta involucrarme en las situaciones de los demás. |  |  |  |  |  |
| Me compadezco de los deambulantes. |  |  |  |  |  |
| Siento mucha compasión por las personas desempleadas. |  |  |  |  |  |
| Siento compasión por los criminales. |  |  |  |  |  |
| Me preocupo por los demás. |  |  |  |  |  |
| Siento compasión por aquellos que están peor que yo. |  |  |  |  |  |
| Creo que los pobres merecen nuestra compasión. |  |  |  |  |  |
| Siento compasión por los adictos. |  |  |  |  |  |
| No se debe despreciar cualquier debilidad. |  |  |  |  |  |
| Creo que los criminales deberían recibir ayuda antes de ser castigado. |  |  |  |  |  |

Test Psicológico. Psicología Online

**Lección Núm. 23: Este es mi Amigo**

**Objetivos:** Integración en un grupo y valorar el propio yo.

**Materiales:** no se necesitan.

**Desarrollo:** Cada estudiante presenta a su compañero al resto del grupo, así convertimos algo “mío” en algo de grupo, haciendo piña. Los estudiantes se sientan en círculo con las manos unidas. Uno comienza presentado al compañero con la fórmula “Este es mi amigo X”, cuando dice el nombre alza la mano de su amigo al aire. Se continúa el juego hasta que todos hayan sido presentados. Hay que procurar que todos los participantes se sientan integrados y aceptados dentro del grupo.

**Lección Núm. 24: Conociendo a mis Compañeros**

**Objetivos:**favorecer el conocimiento entre los participantes y valorar el propio yo.

**Materiales:**un balón.

**Desarrollo:**uno de los jugadores toma el balón y lo arroja hacia arriba al mismo tiempo que dice el nombre de otro jugador. Éste corre a coger el balón y los demás se alejan lo más posible. Para que paren de correr el jugador nombrado tiene que coger el balón y gritar el nombre del jugador que le nombró y, además, una característica suya. Cuando los demás jugadores lo oigan deben pararse para iniciar de nuevo el juego.

**Novena Semana: Reconocer y Aceptar las Diferencias**

**Lección Núm. 25: Igual, pero diferente**

**Objetivo**: Reconocer y aceptar que hay diferentes maneras, todas correctas, de percibir las cosas.

**Descripción:** No todos vemos las cosas de la misma manera, incluso nosotros mismos podemos cambiar el modo de verlas según el día.

**Materiales:** un objeto cotidiano, papel y lápiz.

**Participantes:** individual.

**Instrucciones:** Pide a cuantas personas, compañeros de clase, amigos y familia que describan el objeto cotidiano y anota sus descripciones.

**Lección Núm. 26: Álbum de Recuerdos**

**Objetivos:**conocer a los demás y a uno mismo. Tener un concepto propio de uno mismo y valorar el propio yo. Saber identificar los sentimientos propios.

**Materiales:**fotografía de pequeño de cada participante, cartulinas y lápiz.

**Desarrollo:**se reparten cartulinas dobladas por la mitad entre los participantes, en una parte pegarán la fotografía y en la otra escribirán algo sobre ellos. Por ejemplo: mi mayor travesura, a qué me gusta jugar, mis mejores amigos… Una vez hechos todos los álbumes, se barajarán y se repartirán entre los participantes, se irán leyendo uno a uno y se mostrará la fotografía, entre todos se tratará de adivinar a quién pertenece el álbum.

**Lección Núm. 27: Administración del Cuestionario de Habilidades Sociales**

**Lecciones Conductuales**

* También conocidas como *“Cool Tools”* o “Herramientas chéveres” estructuran la forma en que el personal escolar enseña las conductas esperadas dejándose llevar por la matriz de comportamiento. Se les enseñan a los estudiantes usando ejemplos de escenarios y situaciones del salón de clase y fuera del salón.
* El personal docente y de apoyo escolar modela la conducta esperada.
* Hacen actividades educativas integrando las bellas artes, juegos lúdicos, juego de roles, videos, lecturas, películas, entre otros, para desarrollar en los estudiantes nuevas habilidades socioemocionales y reforzar la demostración de comportamientos apropiados.
* También se brinda a los estudiantes oportunidades de práctica, dando espacio a madurar el conocimiento y el aprendizaje.
* Los miembros del equipo de PBIS deciden cuáles lecciones enseñar basado en los datos que han recogido y la retroalimentación de la facultad.
* El personal escolar establece ambientes regularmente predecibles, positivos para la enseñanza- aprendizaje.
* Algunas de estas lecciones incluyen lo que hay que hacer cuando otros utilizan comentarios inapropiados para hacer daño a los demás (chismes) o incidentes de agresión físicas menores.
* Los estudiantes están aprendiendo las técnicas de resolución de problemas para detener los problemas de conducta antes de que escalen de nivel.
* Ellos tienen la capacidad para ayudarse a sí mismos y a otros.
* PBIS proporciona un ambiente positivo en el que las expectativas de comportamiento estudiantil están claramente establecidas y son practicadas
* Actividad:
  + Diseña los libretos para explicar las expectativas de conducta para todos los subsistemas de la escuela. Cada miembro del equipo diseña un libreto para enseñar la conducta apropiada y dar un ejemplo de lo que sería una conducta inapropiada.
  + Busca la matriz de comportamiento y diseña un libreto para cada área

A screenshot of a cell phone

Description automatically generated

**Lecciones para mantener la seguridad**

* A los estudiantes se les enseña cómo cuidarse mediante tres pasos simples cuando se producen problemas de comportamiento. El primer paso es ***para***y se sostiene la mano abierta a alguien que no está siguiendo una o varias de las 4 expectativas.
* Si el problema sigue, a los estudiantes se les enseña a seguir el segundo paso, que les dice***aléjate*** de la conducta problemática.
* Si el problema continúa, el tercer paso es ***informar***a un adulto para obtener ayuda en la resolución de la situación, conflicto o problema.
* Al comenzar el año escolar se les enseña a todos los estudiantes cómo utilizar los tres pasos en una variedad de situaciones y luego se repasa mensualmente.

**¿Cómo trabajamos casos de Nivel 2?**

* Se crea un protocolo de procedimientos para la atención a los casos de referidos al nivel 2. Debe establecer:
  + los criterios de selección de estudiantes.
  + el tiempo límite de atención a los casos.
  + el tipo de intervenciones disponible en la escuela y sus descriptivos, la duración y criterios de entrada.
  + el proceso de entrega de nominaciones para casos.

**¿Cómo diseñar un Plan de apoyo conductual individual para el estudiante?**

* Llegó el caso al subequipo Nivel 2
* Se analizan los detalles del caso y se evalúan las necesidades
* Se identifica la intervención que llena la necesidad
* Si no se encuentra una intervención existente se diseña una que cumpla con atender la necesidad
* Hacemos un “assessment” para identificar la función del comportamiento (FBA) y la identificación y planificación de intervenciones y estrategias de apoyo.
* Por ejemplo: Trabajamos con la enseñanza de conductas de reemplazo, nos enfocamos en el ambiente para prevenir problemas conductuales y el evaluar y monitorear el progreso del plan periódicamente.

**¿Cómo podemos llenar las necesidades individuales de los estudiantes bajo la modalidad grupal?**

* En muchas ocasiones los sistemas grupales con sus estrategias minimizan la necesidad de apoyo individualizado.
* Aun así puede que algunos estudiantes necesiten complementar la intervención con apoyo de forma individual
  + Por ejemplo-
    - trabajaríamos con ellos sus rutinas escolares,
    - la ubicación física en el salón,
    - su sistema de refuerzos y recompensas.
  + Los clubes
    - Son medios para ofrecer intervenciones grupales.
    - Es importante desarrollar las lecciones sobre destrezas sociales.

**¿Como implementamos las intervenciones de Nivel 2?**

* Guiadas por la discusión de casos con el subequipo Nivel 2- pueden obtenerse datos de la red de apoyo escolar con otros comités , ej. RTI
* Fundamentadas en la matriz de expectativas conductuales de la escuela
* Apoyadas por todo el personal escolar
* Guiadas por el ABC de la conducta y el análisis funcional
* En las academias o clubes -Reuniones con el estudiante de 3 a 5 veces en semana, entre 30 a 45 minutos, para ofrecer las lecciones y medir el progreso
* En el CICO puede ser diariamente
* Se busca que el estudiante quiera participar de forma voluntaria, se presenta la intervención de forma positiva.

**¿Cómo sabemos si fuimos efectivos en la intervención NIVEL 2?**

* Analizamos los resultados de los planes de apoyo conductual de forma individual
* Observamos la participación de los estudiantes en los clubes de apoyo
* Observamos las relaciones sociales del estudiante, su autoestima y autosuficiencia
* La opinión del maestro sobre el progreso del estudiante en la sala de clases.
* Notas del estudiante
* Asistencia a la escuela
* Retroalimentación de los padres

**¿Qué instrumentos o procesos utilizaremos en el NIVEL 2?**

* El ABC de la Conducta
* El ICCA
* Análisis Funcional
* *Check in- check out*
* SAS (Self Assessment) Survey
* Assessment del manejo del aula cónsono con PBIS
* Instrumento de Fidelidad

**Modelos, Estrategias e Instrumentos De Intervención**

**Guía de Referencia Dirigida Intervenciones (Apéndice B: Inventario de Fidelidad).**

Una guía de referencia para las opciones de soportar la función de base (Horner y Todd, 2002).

**Propósito de la Guía de Referencia**

Esta guía de referencia está diseñada para ser utilizada como un mapa, cuando se habla de las necesidades de apoyo a base de la función para los estudiantes. Utilizar esta guía de referencia cuando se trata de determinar las opciones de intervención para los estudiantes individuales.

**Intervenciones Definidas**

Componentes de una intervención específica incluyen (a) una mayor estructura y mensajes, (b) la instrucción de habilidades, (c) el aumento de información periódica, y (d) la intervención está disponible para cualquiera en cualquier momento.

**Instrucciones:**

1. Enumerar las intervenciones específicas que están disponibles en su escuela.
2. Identificar las posibles funciones que la intervención está diseñado para ofrecer poniendo una X en la celda de la matriz.

Ejemplos

1. Check In-Check Out (CICO), puede ofrecer atención adulta predecible, estructura organizativa y una opción para acceder a las opciones durante el día.
2. La participación en el Club de Habilidades Sociales puede ofrecer oportunidades de instrucción y práctica sobre habilidades, elección, atención de pares y adultos, y apoyo individualizado.
3. Reading Buddies, puede ofrecer acceso a la atención de los compañeros, opciones, opciones para evitar situaciones adversas y apoyo individualizado.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Intervención Dirigida** | **Check in/**  **Check out** | **Club de Habilidades Sociales** | **Compañeros de Lectura** | **Club de Asignaciones** | **Compañeros del almuerzo** |
| El acceso a la atención de los adultos. | Si | Si | Si | Si | Si |
| El acceso a la atención de pares. | Si | Si | Si |  | Si |
| Acceso a la Elección de Alternativas / Actividades. | Si | Si | Si | Si | Si |
| Opción para evitar las actividades aversivas. | Si | Si | Si |  | Si |
| Opción para evitar el par social aversivo / Atención de adultos. | Si |  |  |  | Si |
| Indicaciones estructurales para "Qué hacer" durante todo el día. | Si | Si |  |  |  |
| Al menos 5 veces durante el día cuando la retroalimentación positiva está configurada. | Si |  |  |  |  |
| Un sistema de comunicación entre la escuela y el hogar. | Si |  |  | Si |  |
| Oportunidad de Adaptación a un Sistema de autogestión. | Si | Si | Si | Si | Si |

**Guía de Referencia para la Intervenciones Dirigidas (Targeted)**

Esta guía de referencia está diseñada para ser utilizado como un mapa cuando se habla de las necesidades de apoyo de base de función para los estudiantes. Utilizar esta Guía de referencia cuando se trata de determinar las opciones de intervención para los estudiantes individuales.

Escuela: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Intervención Dirigida** | **Check in/**  **Check out** | **Club de Habilidades Sociales** | **Compañeros de Lectura** | **Club de Asignaciones** | **Compañeros del almuerzo** |
| El acceso a la atención de los adultos. |  |  |  |  |  |
| El acceso a la atención de pares. |  |  |  |  |  |
| Acceso a la Elección de Alternativas / Actividades. |  |  |  |  |  |
| Opción para evitar las actividades aversivas. |  |  |  |  |  |
| Opción para evitar el par social aversivo / Atención de adultos. |  |  |  |  |  |
| Indicaciones estructurales para "Qué hacer" durante todo el día. |  |  |  |  |  |
| Al menos 5 veces durante el día cuando la retroalimentación positiva está configurada. |  |  |  |  |  |
| Un sistema de comunicación entre la escuela y el hogar. |  |  |  |  |  |
| Oportunidad de Adaptación a un Sistema de autogestión. |  |  |  |  |  |

**Procedimiento de Evaluación**

Nombre del Estudiante: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_\_\_

Fecha de Evaluación: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Datos por ser recopilados** | **Procedimiento para la Recopilación  de Datos** | **Persona Responsable** | **Línea de tiempo** |
| ¿Se está implementado el plan? |  |  |  |
| ¿Está el plan haciendo la diferencia? |  |  |  |

**Club para enseñanza de las Habilidades Sociales**

* Las competencias y habilidades sociales se refieren a todo lo que mejora el estilo de vida y cómo uno se siente, mejorar las relaciones con los demás.
  + Lograr el autocontrol
  + Relaciones Interpersonales
  + Tolerancia
  + Comunicación Asertiva
  + Manejo de las Emociones
* Club para la Enseñanza de Habilidades Sociales y Manejo de Emociones
  + Se refieren a todo lo que mejora el estilo de vida y cómo uno se siente, mejorar las relaciones con los demás.
    - Cómo lograr el autocontrol.
    - Cómo relacionarse con otros.
    - Tolerancia
    - Comunicación efectiva
    - Manejo del coraje
  + Cómo identificamos a estos estudiantes
    - **Indicadores de situaciones emocionales en niños**
      * Desanimo, ansiedad, irritabilidad, poca empatía, cansancio, pesimismo, bajo autoconcepto, desconectado de su realidad, inatento, dificultad en seguir instrucciones.
    - **Indicadores emocionales que se traducen en conducta**
      * Comerse las uñas, halarse el pelo, laceraciones en brazos y/o piernas, higiene descuidada, poca atención en clase, demandar mucha atención de otros, poco o mucho apetito, aislamiento, intranquilidad constante, falta de iniciativa en hacer actividades, lloroso, retar constantemente.
    - **Signos de problemas en salud mental**
      * Antes de tomar la decisión de referir documenta tu caso, usa el ABC.
      * Requiere una evaluación de un profesional.
      * Se refiere si se observan unos cambios que se agudizan o si es un patrón se levanta bandera roja.
      * Importante dar seguimiento al referido para ser evaluado.
      * Ojo: si son situaciones que ponen en peligro la vida se activa el protocolo de seguridad escolar. Ej. Conducta o gesto suicida, agresión grave, entre otras.
      * Es importante tener en cuenta que las manifestaciones emocionales deben impactar la funcionalidad del menor.
      * Observar la frecuencia.
      * Si son manifestaciones aisladas o hay un patrón.
      * El cambio es marcado.
* Clubs de PBIS
  + Ideal para establecer conexión entre los estudiantes, compartir, conocerse mejor en actividades fuera de la sala de clases.
  + Sirven para brindar oportunidades de desarrollo socioemocional.
  + Ayudan a desarrollar en los estudiantes las habilidades del siglo XXI: trabajo en equipo, comunicación, liderazgo, toma de decisiones, comunicación efectiva, desarrollo de relaciones interpersonales, pensamiento creativo, entre otras.
  + Pueden ser como actividades extracurriculares.
  + Puede ser clubes de 15-30 minutos durante el día.
  + Desarrollo del Club
    - El personal tiene que estar capacitado.
    - Debe poder distinguir entre qué es un déficit en habilidades sociales y qué es un problema de ejecución.
    - Preguntarse ¿Se están enseñando destrezas sociales? ¿Se realiza de forma diaria como parte de una lección estructurada?
      * Una de las características de menores con diagnósticos es la inhabilidad de construir y mantener relaciones positivas.
    - Son rechazados 3 veces más por sus pares por su conducta.
    - Conocer las señales de estudiantes con rezago en destrezas sociales.
      * Ejemplos: se observa dificultad en hacer rutinas sociales, hacer su turno, compartir, esperar en una fila, poco contacto visual, temblor cuando interactúa.
  + Recomendaciones de Scott, 2012
    - Grupos de al menos 2 estudiantes
    - Mantén las conductas adaptativas
    - Importante el uso de la observación directa
    - Refuerzo positivo
  + Planificación de los Clubes Involucra
    - Estructura y logística
      * ¿Cuándo se van a reunir? Los viernes de 12:05 pm - 12:20 pm
      * ¿Dónde se van a reunir? Salón de Español
      * ¿Quiénes participaran del grupo? José, Ana, Santiago y Karla
      * ¿Cuántos participantes? 4
      * **¿Cuáles son las destrezas relevantes?** Desarrollo de respeto y trato amable a compañeros.
      * **¿Cuánto tiempo va a tomar?** 15 minutos por 9 semanas
      * **¿Quién estará a cargo de la enseñanza y modelaje?** La maestra de Español y de Educación Física.
    - Generalización de estrategias
      * Debe **planificarse por adelantado**: antes, durante y después del adiestramiento.
      * Lo que ocurre en la intervención grupal no es suficiente para lograr una generalización, hay que asignar y monitorear.
      * **Antes del adiestramiento**
        + Que el ambiente donde se da el adiestramiento sea y se sienta natural.

Las conductas de los estudiantes ocurren en el salón de clases y es por esto por lo que se escogió este espacio para el adiestramiento.

* + - * + Realizar el adiestramiento en el ambiente natural.

El salón de español es el seleccionado para el adiestramiento ya que usualmente se dan las conductas de agresión.

* + - * + Identificar más de un adulto para el adiestramiento.

La maestra de Español y el maestro de Educación Física.

* + - * + Planificar el tiempo de duración del adiestramiento.

La duración total es de 9 semanas, una vez por semana y la reunión tendrá una duración de 15 minutos.

* + - * **Durante el adiestramiento**
        + Utilizar ejemplos reales que hayan sucedido y pregúntale al maestro qué situaciones concretas ocurrieron.

Ana se burló del trabajo de Raúl, le tiró su dibujo al piso y negó que ella lo había realizado.

* + - * + Utilizar refuerzos reales y accesibles.

Cartelón en el salón y por cada conducta se coloca una estrella al lado de su nombre.

* + - * **Después del adiestramiento, en el ambiente real**
        + Que los estudiantes lleven a cabo las destrezas.

Se utilizará el Instrumento de Reporte para que el estudiante tenga presente que hay que realizar la conducta en el día a día.

* + - * + Reforzar cuando lo realiza en el ambiente real.

Comunicar a los maestros el plan que se ha realizado con los estudiantes para que refuercen la conducta con el uso del cartelón. También estos tendrán un Instrumento de Reporte

* + - * + Realizar situaciones para facilitar la conducta deseada.

Pedir a los maestros que fomenten ejercicios en pares o grupos de tres para exponer al estudiante a situaciones en donde pueda llevar a cabo la conducta esperada.

* + - Estrategias de manejo en grupo
      * Desarrollar las normas en conjunto con los participantes.
        + Enfocar en una participación activa.
        + Enfocar en instrucciones.
        + Desarrolla estrategias para mantener la atención y conductas deseadas.
      * Cada vez que entramos, nos saludamos con *buenas tardes* y el nombre de sus compañeros.
      * En la primera sesión hay que iniciar con unas reglas con palabras claves. Dedica la primera sesión para esto:
        + Escuchar: Cuando otra persona hable, mira a la persona y mantén silencio.
        + Participar: hacer lo que el maestro solicita.
        + Congelados: parar todo lo que estás haciendo y convertirte en una estatua.
      * **Estrategias básicas**
        + Un lenguaje específico y consistente.
        + Enfoque en positivo.
        + Proveer refuerzo a conducta positiva.
        + Redirige o ignorar conductas inapropiadas.
        + Realizar recordatorios de forma constante.
    - 4. Modelar
      * Enséñalo como cualquier otra materia.
        + Maestro modela conducta.
        + Estudiantes practican las destrezas con el maestro.
        + Se realizan asignaciones o practicas individuales con ejemplos reales.

**Actividad de Aplicación: Desarrollar un Club de PBIS**

Nombre del Comité: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Propósito: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Estructura y Logística***

|  |  |
| --- | --- |
| ¿Cuándo se van a reunir? Día y Hora. |  |
| ¿Dónde se van a reunir? Lugar |  |
| ¿Cuántos participantes? Cantidad de Estudiante |  |
| ¿Quiénes participaran del grupo? Nombre de los Estudiantes |  |
| ¿Cuáles son las destrezas relevantes? |  |
| ¿Cuánto tiempo va a tomar? |  |
| ¿Quién estará a cargo de la enseñanza y modelaje? |  |

***Generalización de Estrategias***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Antes del Adiestramiento** | **Durante el Adiestramiento** | **Después del Adiestramiento** |
|  |  |  |

***Monitoria***

|  |
| --- |
| **Instrumentos de Monitoria** |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |