

# ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

**PROGRAMA PRÁCTICO  
PARA APRENDER FÁCIL Y  
RÁPIDO**

# FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

# OBJETIVOS

## OBJETIVOS GENERALES

El niño/a será capaz de:

- Desarrollar habilidades sociales en el plano personal, escolar, familiar y social que conduzcan al inicio, consecución, mantenimiento y disfrute de las relaciones sociales.
- Conocer y entrenar en el procedimiento de adquisición de capacidades, recursos y habilidades de comunicación, expresión y sociabilidad.
- Aplicar en el ámbito real lo aprendido en el programa.
- Valorar el potencial de cambio positivo en todos los ámbitos de la vida.

# OBJETIVOS ESPECÍFICOS I

- Conocer las normas y comportamientos sociales adecuados y correctos a cada contexto.
- Identificar las diferentes esferas de la interacción social.
- Conocer el proceso de socialización y sus partes.
- Conocer y adquirir las diferentes técnicas de interacción social.
- Entrenar en el uso de las técnicas mediante prácticas de rol-playing.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS II

- Descubrir relaciones de causalidad entre el comportamiento social y sus consecuencias en el entorno.
- Descubrir y valorar las aptitudes y habilidades sociales propias y en los demás.
- Funcionamiento asertivo: Conocer los derechos asertivos y respetarlos.
- Funcionamiento empático: solidaridad social.
- Manejo asertivo de los conflictos.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS III

- Entrenamiento afectivo: mejora de la expresión emocional.
- Mejora de la expresividad (verbal y no verbal) y la comunicación social.
- Mejora de la comunicación en los diferentes entornos: social, escolar y familiar.
- Mejora de la calidad de vida del niño/a.
- Extrapolación a diferentes situaciones reales de la vida del niño/a lo aprendido en clase.

# CONTENIDOS TEMÁTICOS

## □ MÓDULO 1 → LA CONDUCTA DEL OTRO

- Escucha activa (turno, interrumpir, hacer preguntas).
- Seguir instrucciones, obedecer, normas y expresar opinión.

## □ MÓDULO 2 → MI CONDUCTA SOCIAL

- Hablar amablemente, expreso mi opinión (calma, pensar antes de hablar...).
- Conductas prosociales (ofrecerse para ayudar, ser generoso, compartir tus cosas, ....).
- Recibir, hacer cumplidos, dar las gracias (ante un regalo, un refuerzo...).

# CONTENIDOS TEMÁTICOS

## ❑ MÓDULO 3 → INTERACCIÓN CONJUNTA

- Proceso de la socialización.
- Resolución de conflictos (separarse del foco, buscar ayuda, intentar siempre solucionarlo primero hablando...nunca con la violencia..)
- Trabajar en grupo y participar en actividades grupales.

## ❑ MÓDULO 4 → COMUNICACIÓN Y EXPRESIÓN EMOCIONAL:

- Reconocimiento de emociones faciales.

# CONTENIDOS

## a) De carácter conceptual

- Escucha Activa.
- Interacciones sociales.
- Expresión emocional y relación empática.
- Asertividad: comunicación afectiva y efectiva
- Asertividad: una herramienta para la resolución de conflictos

# CONTENIDOS

## b) De carácter procedimental

- Recolección, registro e interpretación de información.
- Interpretación de normas básicas de funcionamiento social.
- Ordenamiento de secuencias de habilidades sociales.
- Aplicación de técnicas específicas en entornos reales.

# CONTENIDOS

## b) De carácter procedimental

- Reconocimiento de las propias limitaciones en el funcionamiento social correcto.
- Práctica de desarrollo de hábitos sociales correctos.
- Reconocimiento de los efectos negativos de los errores de comunicación e interacción.
- Desarrollo de comportamientos y conductas prosociales.

# CONTENIDOS

## c) De carácter actitudinal

- Consideración del cuidado y mantenimiento del buen comportamiento social como parte del desarrollo y bienestar de la persona.
- Valoración y mantenimiento del cuidado de las relaciones con las personas que nos rodean y con las que tenemos un vínculo de unión.

# CONTENIDOS

## c) De carácter actitudinal

- Disposición hacia la prevención de problemas y conflictos sociales y afectivos.
- Curiosidad hacia la propia persona (emociones, afectos, deseos) y hacia los demás
- Valoración de derechos propio y ajenos.

# CONOCIMIENTOS PREVIOS

## QUE SABEN LOS NIÑOS/A...

- Conocimientos acerca de las normas y pautas de funcionamiento social y sus diferentes entornos.
- Relato de situaciones vividas por cada niño y niña respecto de algunas consecuencias de la falta de habilidades sociales.
- Relato de experiencias personales sobre la historia social de cada uno.

# EVALUACIÓN

## TIPOS DE EVALUACIÓN



# EVALUACIÓN

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Conocimientos sobre el funcionamiento social y las diferentes áreas de la sociabilización.
- Adquisición de habilidades sociales básicas y su aplicación en la vida real.
- Manejo de los conflictos sociales.
- Adquisición de formas positivas de comunicación e interacción.

**Traducción al castellano de una parte significativa del texto “PROGRAMA DE HABILIDADES PARA LA INFANCIA TEMPRANA, La enseñanza de habilidades prosociales a los niños de preescolar y jardín infantil” 2, de Ellen McGinnis y Arnold P. Goldstein**

## ESCUCHA ACTIVA

Escucha a la persona que te está hablando.



## ESCUCHA ACTIVA

3.- Comprobación repetir con palabras similares las principales ideas o pensamientos que ha expresado la persona a la que escuchamos.

- Sirve para comprobar que has entendido lo que el otro ha querido decir. Entonces lo que me estás diciendo que...".



## EN QUÉ CONSISTE SEGUIR UNA INSTRUCCIÓN

ESTAR ATENTO  
CENTRARSE EN  
LO QUE NOS ESTÁN DICEN  
¡ABRIR LAS OÍDAS!  
PARA ATENDER  
LOS DETALLES Y HACER

## "CÓMO SEGUIR UNA INSTRUCCIÓN"

*Si decides que quieres seguir las instrucciones, entonces repítelas para el mismo y así no se te olvidarán.*



## PROBLEMAS DEL JUEGO: "EL TELÉFONO ROTO"

Indicad que **habilidades** de las siguientes **NO** se han producido y cuáles **SÍ** cuando estábamos escuchando al otro:

- Contacto ocular
- Postura correcta
- Distancia adecuada
- Atención en la cara agradable
- No empezar a hablar, esperar que el otro ha terminado
- No hablar de otras cosas, centrarse en aquellas partes del mensaje que no hemos entendido
- Distraernos
- Pensar en otras cosas mientras la otra persona habla
- Estar pensando en lo que nosotros vamos a decir cuando el otro estaba hablando
- Interrumpir
- Juguetear o moverse

## ACTIVIDAD 1: EXPRESIONES FACIALES

DISTINGUE ENTRE DIFERENTES  
EXPRESIONES FACIALES  
(AMABLES O NO)



## ACTIVIDAD 6: ¿CÓMO SE MUEVE EL CUERPO?

