

Aprendo a relacionarme con los demás

Programa de Entrenamiento en Habilidades Sociales

E Q U I P O M Á G I N A

Raya Ramos, Juan de Dios - García Cordero, Juan Carlos - García Colmenero, Juan

Dibujillos: Juan Carlos García Cordero



Unidades:

- Aprendo a dialogar
- Aprendo a pedir y agradecer favores
- Aprendo a hacer y aceptar cumplidos
- Aprendo a expresar y aceptar quejas
- Aprendo a decir NO cuando me piden algo que no me conviene
- Aprendo solucionar problemas con los demás.

Aprendo a dialogar



El diálogo es una conversación entre dos o más personas. Todos intervienen, pero... respetando el turno de palabra, es decir: uno habla y los demás escuchan. Después habla otro y los demás escuchan.

Un diálogo NO es:

- Hablar a voces
- Chillar
- Hablar varios a la vez
- No prestar atención.

En las conversaciones con los amigos y compañeros se producen:

- preguntas.
- respuestas
- acuerdos: cuando se opina o piensa lo mismo.
- desacuerdos: cuando no se piensa de igual manera.

➤ *Observa este diálogo y contesta.*



¿Quién pregunta? _____ ¿Quiénes contestan?
_____ y _____ ¿Hay alguien que
no esté de acuerdo? _____

➤ *Contesta:*

¿Cuál es tu "comportamiento" en una conversación?

- Siempre estoy callado Sí No
- A veces grito bastante Sí No
- Espero mi turno para hablar Sí No
- Escucho atentamente a los demás Sí No
- No hago caso a nadie Sí No
- No pienso lo que voy a decir Sí No

Algunas normas para mejorar tus conversaciones con los demás:

- Antes de hablar piensa bien lo que vas a decir.
- Escucha atentamente a tus compañeros/as.
- Respeta el turno de palabra
- Permite que los demás también participen en la conversación.
- Tus respuestas o preguntas deben ser adecuadas al tema de la conversación.

➤ **Asocia mediante flechas y completa.**

• Si no escucho a los demás...

• Si pienso lo que voy a decir...

• Si levanto la voz para hablar...

• Si digo tonterías...

• me saldrán las cosas bien.

• los demás pensarán que sólo sé chillar.

• los demás tampoco me escucharán a mí...

• mis compañeros no me prestarán atención.

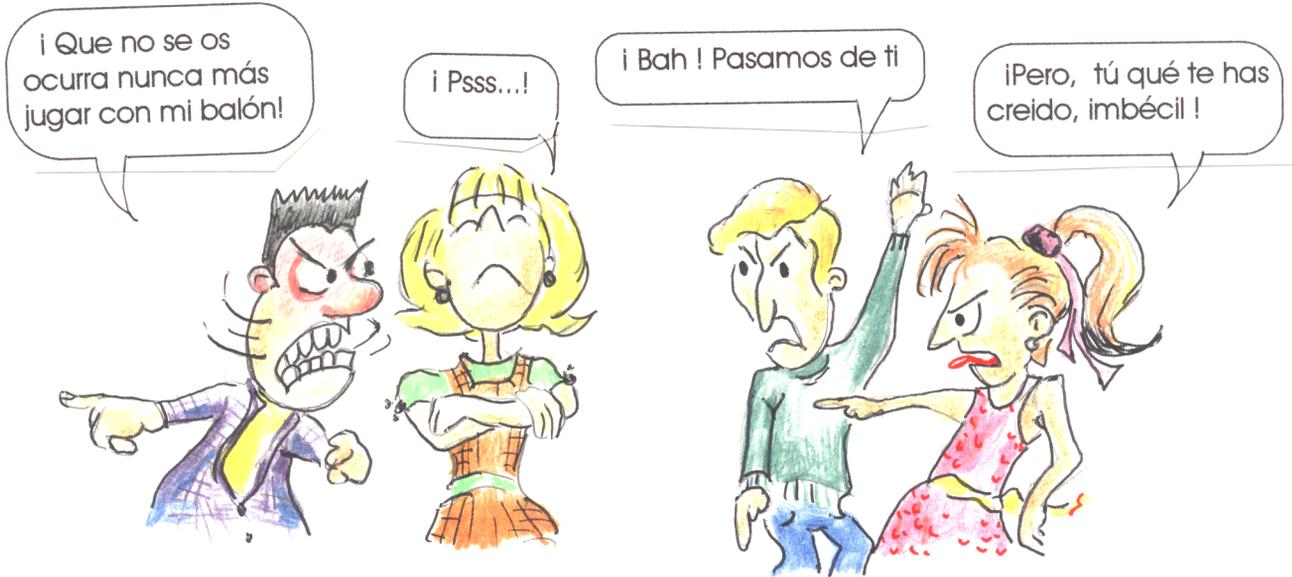
• Si no escucho a los demás los demás tampoco me escucharán a mí.

• Si digo tonterías _____

• Si levanto la _____

Seguimos conversando

➤ Observa esta conversación entre niños y niñas.



¿Están conversando adecuadamente? Sí No
¿Por qué?: _____

➤ Observa esta otra conversación y contesta.



¿Es diferente la segunda conversación? Sí No

¿Por qué? _____

➤ **Clasifica estos comportamientos en adecuados e inadecuados.**

- Decir tonterías Inadecuado
- Mirar a los ojos de quien nos habla _____
- ¡Me parece una buena idea! _____
- ¡Tú que sabes de eso! _____
- Esperar el turno para hablar. _____
- Darle la espalda al que está hablando _____
- Hablar pausadamente _____
- Hurgarse la nariz _____

Conductas adecuadas en una conversación

- Debes ser respetuoso con los demás.
- Habla con un volumen de voz no muy elevado.
- No descalifiques a tus amigos o compañeros.
- Elogia a los demás por las cosas adecuadas que hacen.
- Habla tranquilamente, sin prisas.
- Mira a los ojos de los demás.
- Permite que los demás también hablen.

➤ *Observa estos diálogos y contesta.*

Rubén, ¿me dejas un momento ese balón?



¡No me da la gana! Si quieres uno, que te lo compre tu padre.



¿Eres tú como Rubén cuando contestas a un amigo?

Sí No ¿Por qué? _____

Elena, ¿me dejáis jugar una partida con vosotros?



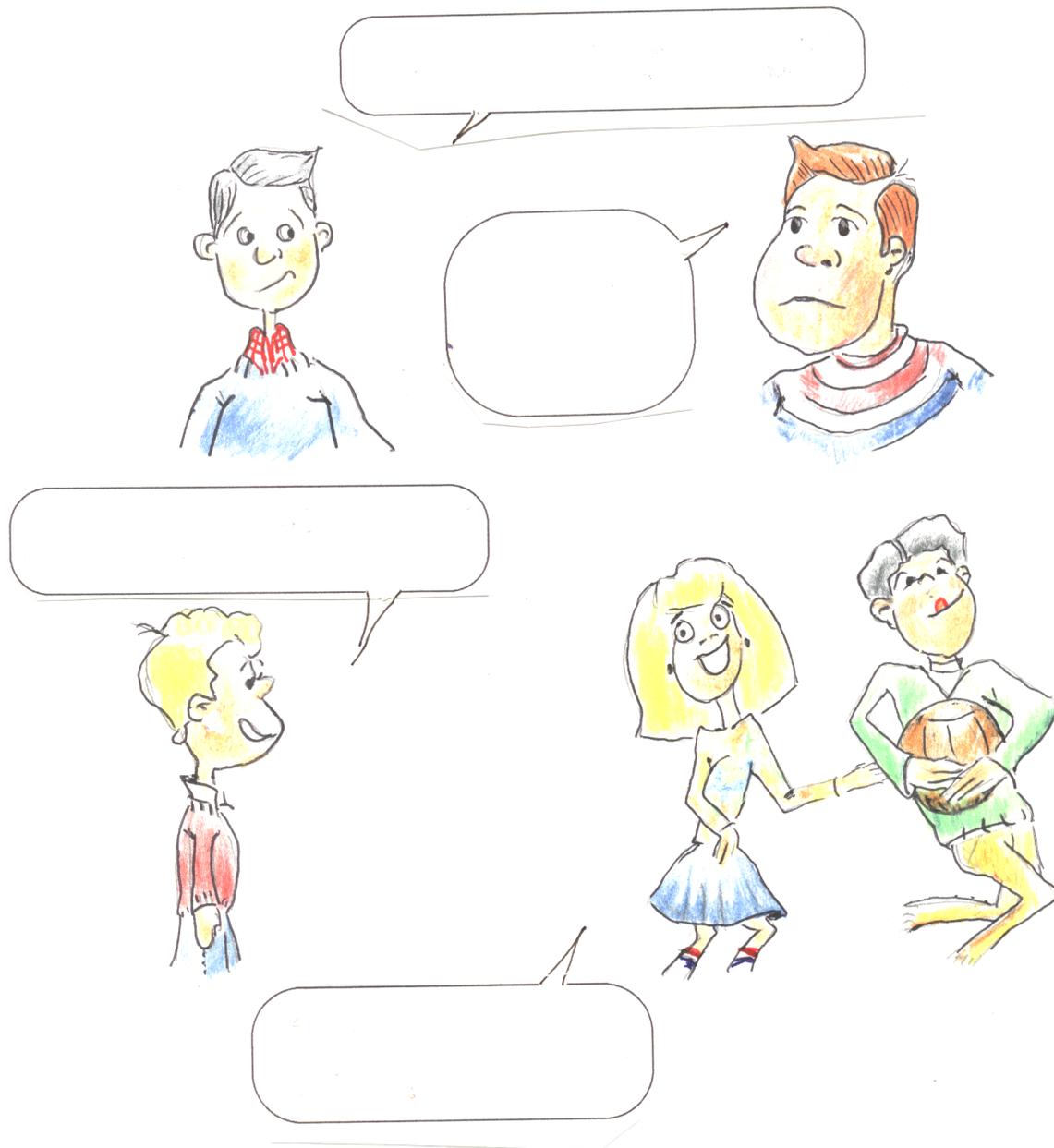
¡Ni lo pienses! Yo no pierdo el tiempo jugando con alguien que tiene ni idea.



¿Te comportas tú como Elena? Sí No

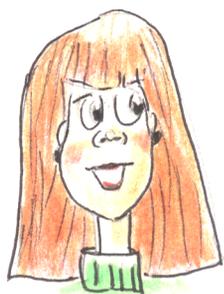
¿Por qué? _____

➤ *Completa los diálogos de los "bocadillos" con preguntas y respuestas ADECUADAS.*



Con respuestas que no "fastidien", nos relacionamos mejor con los demás. Todos tenemos derecho a que nos traten con buenos modales.

Hábitos de cortesía



¿Qué son los hábitos de cortesía?

Pues... saludar, sonreír, estar atento, dar las gracias, disculparse, pedir las cosas con educación, etc.



➤ *Completa las frases:*

- Serías tan amable de _____

- Muchas gracias por _____

- Discúlpame, no me he dado cuenta de que _____

- Por favor, ¿puedes _____

➤ *Busca en el diccionario el significado de las siguientes palabras:*

-amabilidad: _____

-cortesía: _____

-disculpar: _____

Los gestos en la conversación

Los gestos son señales que hacemos con alguna parte de nuestro cuerpo: con la cara, con las manos, con los brazos...

Los gestos nos ayudan a comunicarnos mejor cuando conversamos con los demás.

➤ **Contesta.**

¿Cuáles de estos gestos practicas tú? Señala con una equis y añade algún gesto más.

- Mover los brazos para explicar lo grande que es una cosa.
- Mover la cabeza como diciendo que sí.
- Mover la cabeza como diciendo que no.
- Arrugar la frente cuando no entiendes algo.
- Sonreír.
- Poner cara de sorpresa.
- Emplear las manos para explicar la forma que tiene una cosa.

➤ *Úne mediante flechas.*

Hacemos este gesto cuando...



- Estamos sorprendidos por algo.
- Estamos muy atentos.



- No estamos de acuerdo.
- Estamos de acuerdo con lo que está diciendo.

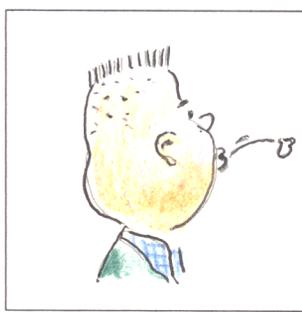


➤ *Trata de explicar bien a tus compañeros ayudándote de los gestos...*

- Lo grande que era la muñeca que le habían regalado a tu hermana.
- Lo alto que volaba un avión.
- Lo atento que estabas cuando te explicaban un juego de videoconsola.
- Lo cansado que estabas después de darte un paseo con tu bici.
- Lo aburrida que era la película que viste.
- Lo impresionante que fue la actuación de los trapecistas del circo.

Los gestos con las manos y la cara no deben ser exagerados, sino sencillos, para ayudar a explicar mejor lo que decimos.

Hay gestos muy desagradables que no debemos practicar, porque son groseros y de mal gusto.



Escupir



Eructar



Meterse el dedo en la nariz



Morderse las uñas



Estornudar brusca y exageradamente

Compruebo lo que he aprendido

1.- Dialogar es:

Hablar todos a la vez

Hablar uno solo.

Conversar entre dos o más personas.

2.- Escribe dos normas adecuadas en una conversación:

3.- Un grupo de niños están discutiendo y hablando todos a la vez. ¿Qué les recomendarías?

4.- ¿Qué hábitos de cortesía has aprendido en esta unidad?

5.- ¿Qué son los gestos? ¿Para qué sirven?

6.- Escribe algunos gestos que no debemos practicar porque son de mal gusto.
