

HABILIDADES SOCIALES Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

AMFORMAD

C/Mariano Ortega, 28 Planta Baja

Teléfono: 925815448



¿QUÉ SON LAS HABILIDADES SOCIALES?

Son un conjunto de conductas que nos permiten interactuar y relacionarnos con los demás de manera efectiva y satisfactoria.



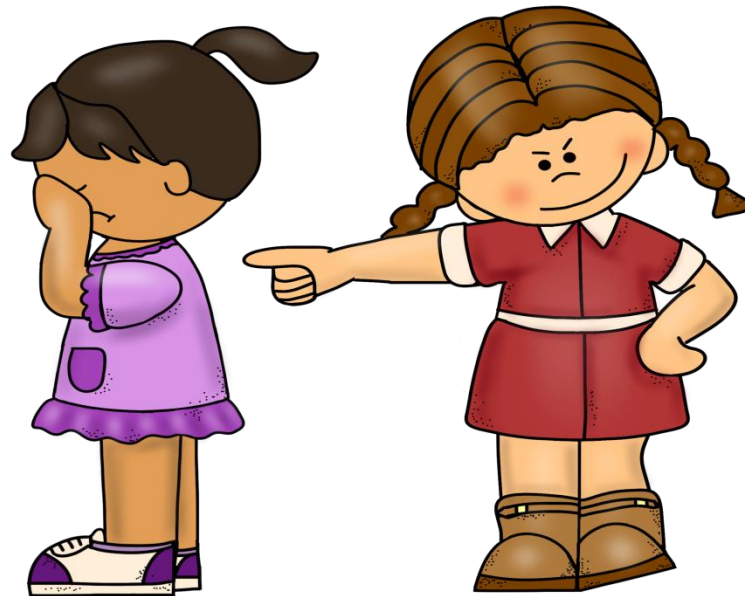
¿Qué harías o dirías si ...?

ESTILOS DE COMPORTAMIENTO

- o Pasivo: Un niño que actúa de manera pasiva es el que deja que los demás le dirijan. No defiende sus derechos, sus opiniones son ignoradas por las otras personas y en ocasiones se aprovechan de él. Suele reaccionar con ansiedad ante diferentes situaciones sociales, lo que da lugar a un bajo nivel de contacto social.



Agresivo: Se da en niños que sólo se preocupan por conseguir lo que desean, sin importar las opiniones de los demás. Suelen ser niños mandones y críticos que intimidan a los demás. Utilizan la violencia verbal y física, las burlas, las provocaciones, las peleas y los insultos. Ignoran los derechos de los demás. Consiguen lo que quieren a corto plazo, pero a la larga se encuentran con la pérdida de amigos, la reducción del contacto interpersonal y el consiguiente rechazo social.



Asertivo: Ser capaz de comunicar opiniones, sentimientos y deseos de forma clara y directa respetando posturas contrarias a la propia. Utiliza mensajes en primera persona, que mantiene un contacto ocular directo, que utiliza gestos firmes... Este estilo de comportamiento permite tener el control de la situación y solucionar los problemas de forma satisfactoria para todas las partes.



COMO SE DESARROLLAN Y ADQUIEREN LAS HABILIDADES SOCIALES

- La experiencia directa: Instrucciones sobre si una conducta es adecuada o no.
- La imitación.
- La información sobre su actuación: cuando está realizando una conducta, se le informa de lo que ha hecho bien y de lo que le falta por mejorar.
- El ensayo de la conducta socialmente habilidosa.



HABILIDADES QUE DEBEN ADQUIRIR NUESTROS HIJOS



SALUDAR

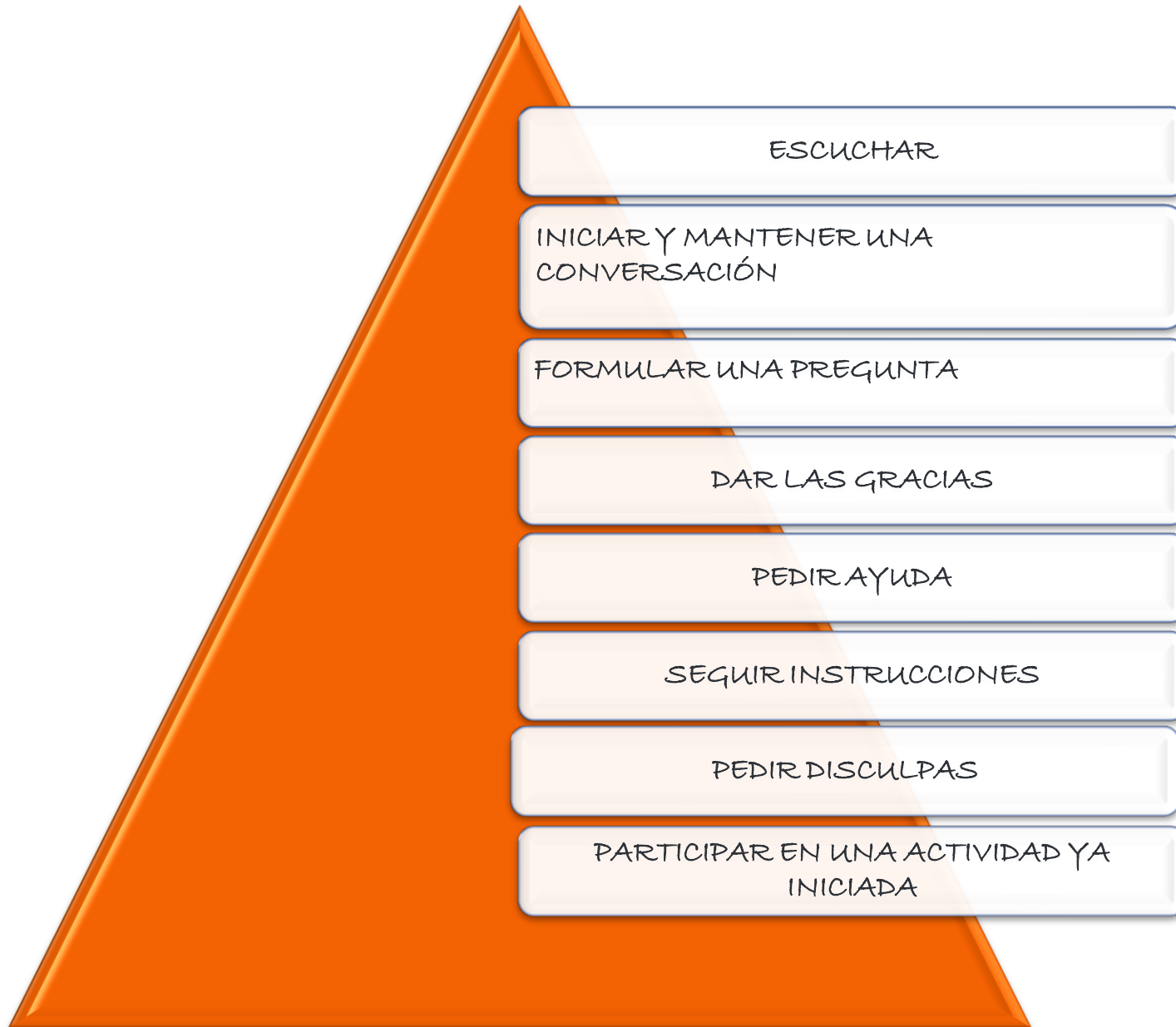
PEDIR AYUDA

DAR LAS GRACIAS

PEDIR PERDÓN

ESCUCHAR

IDENTIFICAR Y EXPRESAR EMOCIONES



PAPEL DE LA FAMILIA EN EL DESARROLLO DEL NIÑO

Te PROPONEMOS que:

- Hagas una lista de temas de conversación con tu hijo: así le ayudas a buscar aquellas actividades que le gustan para que pueda hablar de ellas con los demás. Practica con tu hijo esta habilidad y dedica un rato diario a conversar con él (un día inicias tú la conversación, otro él, una vez la acabas tú, otra él...).
- Enseñes a tu hijo a hacer y recibir críticas: así le transmites que quejarse no es criticar a nadie, sino decirle algo de su comportamiento que no nos gusta, para que intente cambiarlo.
- Enseñes a tu hijo a decir que NO: busca situaciones en las que el niño no haya querido hacer algo, pero haya cedido ante la presión de los demás. Analiza con él cómo se sintió y si lo podría haber evitado diciendo que no.



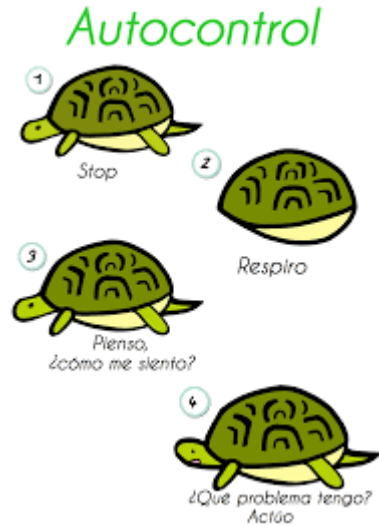
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

LOS CONFLICTOS FORMAN PARTE INEVITABLE DE LA VIDA Y DE LA CONVIVENCIA. LO IMPORTANTE ES NUESTRA ACTITUD AL ASUMIRLOS Y NUESTRA HABILIDAD PARA RESOLVERLOS ES UNA OPORTUNIDAD PARA APRENDER HABILIDADES SOCIALES Y COMPETENCIAS DE NEGOCIACIÓN, DE EMPATÍA, RESPETO, NEGOCIACIÓN, ESCUCHA Y TOMA DE DECISIONES, ENTRE OTRAS.

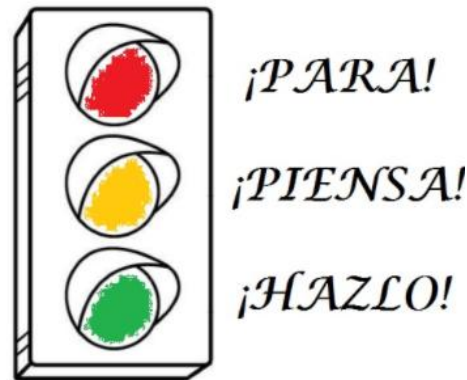


AUTOCONTROL

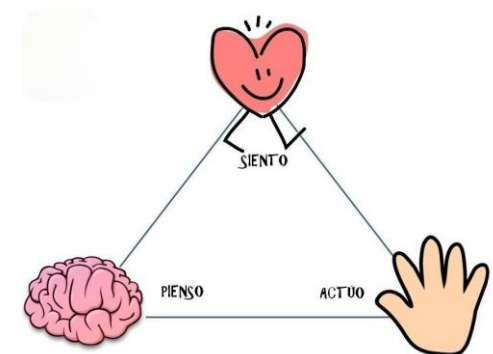
o Técnica de la Tortuga



o Técnica del semáforo



o Triangulo de la conciencia emocional



TÉCNICAS DE RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

- Identifica el conflicto. ¿Qué ha ocurrido? ¿Qué personas están implicadas?
- Expresa como te sientes. Utiliza mensajes yo.
- Expresa las necesidades de ambas partes.
- Crea con ellos una lluvia de ideas. Puedes preguntarles ¿qué podemos hacer? y proponer entre todos diferentes opciones
- Piensa y razona con ellos, las ventajas e inconvenientes de cada opción. Las cosas malas y buenas.
- Elige entre todos la opción que parece mejor. En la que no se trata de que nadie gane a nadie, sino en llegar a un consenso y un acuerdo.
- Lleva a cabo la solución escogida y una vez hecho, valora lo ocurrido.



¿CÓMO PODEMOS AYUDAR A LOS NIÑOS A RESOLVER CONFLICTOS?



- HAZ DE EJEMPLO.
- FAVORECE LA COMUNICACIÓN CON EL NIÑ@.
- SIMULA SITUACIONES EN CASA.
- UTILIZA LOS CONFLICTOS QUE SURJAN EN EL HOGAR.
- DA DIFERENTES OPCIONES.



MUCHAS GRACIAS

A mí me gustan las personas
que dicen lo que piensan.
Pero por encima de todo, me
me gustan las personas que
hacen lo que dicen.



Quino

