

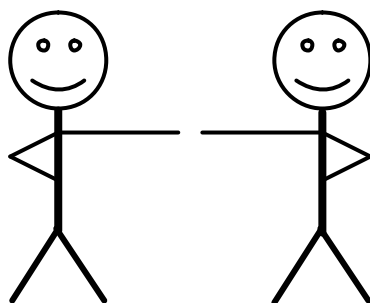
HABILIDADES COMUNICATIVAS

EN LA CONVERSACIÓN

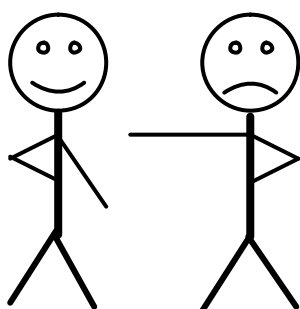
FICHA 1

Respetar el espacio de los demás

1. Permanece, como mínimo, a un brazo de distancia de tu compañero.



2. No te acerques demasiado.



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

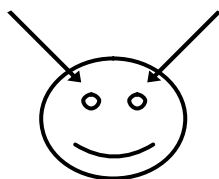
FICHA 1. Respetar el espacio de los demás

1. Realice juegos de simulación en los que el alumno tenga que modificar su espacio personal. Para cada situación, pregunte al alumno o a sus compañeros cuándo creen que los que intervienen en el ejemplo práctico están demasiado cerca o están a la distancia adecuada. Algunas sugerencias:
 - 1.1. Saludar a una persona cuando te encuentras con ella y despedirte de ella cuando te vas.
 - 1.2. Hacer cola en el colegio o en público. Por ejemplo, en el cine o en unos grandes almacenes.
 - 1.3. En un transporte público, intentar no sentarse o acercarse demasiado a los demás pasajeros.
 - 1.4. En los aseos públicos, intentar no utilizar un urinario que esté justo al lado de otro ocupado, si quedan otros libres.
 - 1.5. Pedir algo a los demás. Por ejemplo, pedir una golosina o comida a alguien o decirle a otro niño que te preste su juguete o juego.
 - 1.6. Interrumpir para hacer una pregunta sobre lo que se ha dicho o pedir permiso para hacer algo.
2. Haga que el alumno “muerda el anzuelo” y practique la habilidad sin darse cuenta. Es decir, provoque una situación en la que el alumno deba mantener la distancia apropiada. Dígale que va a comprobar su habilidad para guardar una distancia de, al menos, un brazo. Posteriormente acérquese mucho a él conforme le habla o hace cola con él.
3. Para corregir cualquier error en las distancias, dígale al alumno lo siguiente: “Respetar el espacio de los demás ya que, si no lo haces, se molestarán y no querrán jugar contigo. Ponte a un brazo de distancia”.
4. Recompense a los alumnos que consigan mantener la distancia adecuada.
 - 4.1. Elogie a los alumnos que mantengan una distancia adecuada o parcialmente adecuada.
 - 4.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que mantengan la distancia adecuada durante algún tiempo. Cuando estos consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles una recompensa, como alguna golosina, pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego, etc.

FICHA 2

Saber escuchar

1. Mira a los ojos.



2. Permanece calmado. No muevas demasiado las manos y las piernas.



3. No interrumpas. No hables cuando los demás estén hablando.



4. Si estás en clase y quieres decir algo levanta la mano y espera a que te den permiso.



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 2. Saber escuchar

1. Realice juegos de simulación en los que se practiquen los pasos a seguir para tener una postura correcta al escuchar. Los padres o el profesor muestran la forma correcta e incorrecta y preguntan al alumno cuál consideran ellos que ha sido la mejor forma. Situaciones recomendadas:
 - 1.1. Escuchar historias o atender en clase.
 - 1.2. Escuchar a los padres cuando dan órdenes.
 - 1.3. Escuchar a un compañero.
 - 1.4. Levantar la mano para hacer alguna pregunta sobre la clase o pedir permiso para ir al baño durante la clase.
2. Corrija al alumno cuando no tenga una postura adecuada al escuchar a los demás y haga que mantenga la postura adecuada.
3. Recompense a los alumnos que mantengan una postura adecuada a la hora de escuchar a los demás.
 - 3.1. Elogie a los alumnos que mantengan una postura correcta o parcialmente correcta.
 - 3.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que mantengan la distancia adecuada durante algún tiempo. Cuando estos consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles una recompensa especial, como alguna golosina, pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego, etc.

FICHA 3

Tono de voz

1. Habla con el volumen necesario para que los demás puedan escucharte.
 - 1.1. Tu voz debe ser más baja cuando estés en un lugar cerrado y haya poco ruido a tu alrededor. A esto se le conoce con el nombre de "voz de interiores".
 - 1.2. Tu voz debe ser más elevada cuando estés fuera o haya mucho ruido a tu alrededor.
2. Intenta no hablar demasiado rápido; si no, los demás no te entenderán.
3. A menos que te enfades con alguien, utiliza siempre un tono de voz respetuoso y agradable.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

Ficha 3. Tono de voz

1. Escenifique y haga que los alumnos escenifiquen situaciones en las que deban utilizar diferentes tonos de voz. Plantéelo como si se tratara de un juego, regalando fichas o premios para las respuestas correctas. Los premios puede regalárselos al alumno que tenga un tono de voz correcto o a aquéllos que indiquen con precisión si el tono de voz empleado era apropiado para la situación.
 - 1.1. Haga que un alumno comunique un mensaje a otro utilizando un tono de voz apropiado para cada una de las siguientes situaciones.
 - a. En clase o en casa cuando nadie más está hablando (voz baja).
 - b. En clase o en casa cuando hay mucha gente hablando (voz más alta).
 - c. En clase o en casa cuando estás justo al lado de tu interlocutor (voz baja).
 - d. En clase o en casa cuando estás lejos de tu interlocutor (voz más alta).
 - e. Cuando estás en el patio del colegio en el recreo (voz más alta).
 - f. Cuando ves un espectáculo en el que el público permanece en silencio (voz baja).
 - 1.2. Haga que el alumno comunique un mensaje utilizando un tono de voz enfadado, respetuoso o alegre. Un tono de voz respetuoso normalmente tiene una articulación más suave de los sonidos consonánticos, mientras que uno enfadado utiliza usualmente un tono más desgarrado, *staccato*, y requiere mayor pronunciación. Utilice una grabadora para que el niño pueda escuchar su propio tono de voz en las siguientes situaciones:
 - a. El alumno pide permiso para ir a cualquier sitio o tomar algo (tono respetuoso).
 - b. El alumno le pide a alguien que deje de gritar o de pegar a una chica (tono enfadado).
 - 1.3. Haga que el alumno comunique un mensaje más bien de forma rápida. De nuevo, utilice una grabadora para que el alumno pueda escucharse. Invente mensajes difíciles para comprobar si los demás pueden escuchar y recordar lo que el alumno ha dicho. Dé puntos o regalos cuando el mensaje se reciba de manera clara.
2. Haga que el alumno “muerda el anzuelo”, es decir, provoque una situación en la que el alumno deba utilizar un tono de voz apropiado.
 - 2.1. Por ejemplo, colóquese lejos o cree un ambiente ruidoso intencionadamente para comprobar si el alumno ajusta su volumen de voz a la comunicación.

3. Corrija al alumno cuando su tono sea inapropiado.
4. Recompense a los alumnos que usen un tono de voz adecuado a la situación.
 - 4.1. Elogie a los alumnos cuando su tono de voz sea total o parcialmente apropiado.
 - 4.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que utilicen un tono de voz apropiado. Cuando estos consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles una recompensa especial, como alguna golosina, pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego, etc.

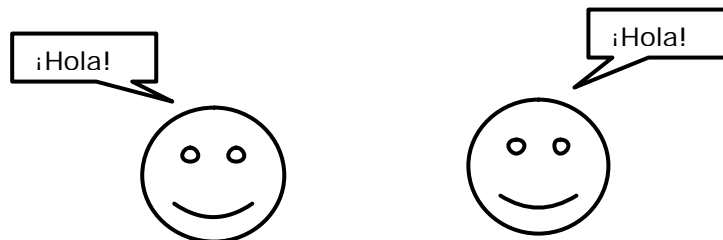
FICHA 4

Saludos

1. La primera vez que veas a alguien que no has visto en todo el día, debes decir: "Hola, ¿qué tal?".



2. Cuando te cruzas con alguien en el pasillo, dile: "Hola".



3. Cuando alguien se marcha y no lo vas a ver en todo el día, dile: "Adiós".



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 4. Saludos

1. Represente y proponga a los alumnos los siguientes juegos de simulación para que practiquen la habilidad aprendida en algunas de estas situaciones:
 - 1.1. Haga como si fuera la primera vez que un alumno se encuentra con su profesor y sus compañeros por la mañana. Escenifique cómo les diría "hola" y "buenos días". Señale que es incorrecto no saludar o saludar muchas veces a la misma persona.
 - 1.2. Imagine que se cruza con alguien en el pasillo. Diga "hola" o bien, salude con la mano.
 - 1.3. Imagine que es el último día de clase o que sus invitados se van de casa. Represente de la mejor manera posible cómo diría adiós. Señale que es incorrecto no despedirse o decir "adiós" varias veces a la misma persona.
2. Haga que el alumno "muerda el anzuelo", es decir, provoque una situación en la que el alumno deba poner en práctica su destreza. A primera hora de la mañana en la escuela, acérquese intencionadamente al alumno y espere a que le salude. Realice la misma acción cuando acabe la clase y se marchen los alumnos, esperando que le digan el acostumbrado "adiós". Si no dicen nada, salúdelos/despídase de ellos y espere su respuesta. Si siguen sin decir nada, anímelos a saludar/despedirse.
3. Corrija al alumno cada vez que no salude.
4. Recompense a los alumnos que saluden de forma adecuada.
 - 4.1. Elogie a los alumnos cuando saluden de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que saluden de forma adecuada. Cuando estos consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles una recompensa especial, como alguna golosina, pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego, etc.

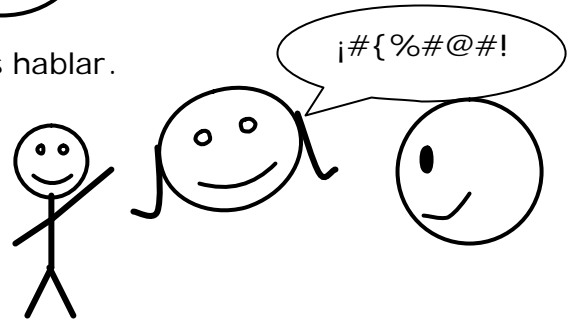
FICHA 5

Cuándo y cómo interrumpir

1. Decide si necesitas interrumpir.

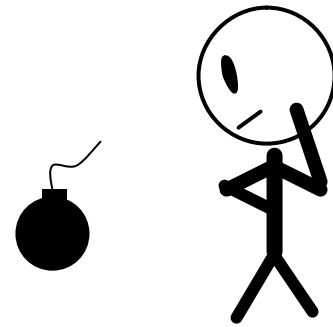


2. Acércate a la persona con la que quieras hablar. Si estás en el colegio y quieres hablar con el profesor, levanta la mano.

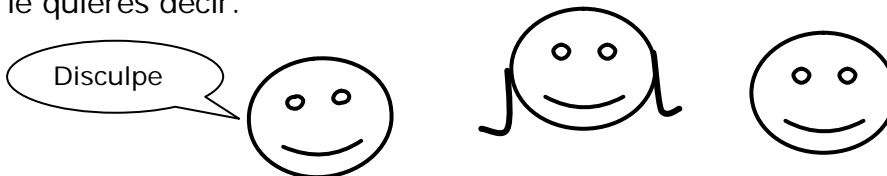


3. Si esa persona está manteniendo una conversación, espera hasta que paren de hablar o hasta que te miren. Quizá tengas que acercarte y levantar el dedo índice para captar su atención.

NOTA: Si lo que vas a contar tiene que ver con alguna situación de peligro no tienes que esperar.



4. Di «Disculpe» o «Perdone que le interrumpa», y después, cuenta lo que le quieres decir.



5. No interrumpas si alguien te dice que no debes hacerlo.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	



Actividades complementarias

FICHA 5. Cuándo y cómo interrumpir

1. Represente todos los pasos de la ficha «Cuándo y cómo interrumpir». Le sugerimos juegos de simulación de dichos pasos en las siguientes situaciones:
 - 1.1. Al pedir permiso en clase o el campamento, por ejemplo, para ir al baño, para beber agua o para pedir algo prestado.
 - 1.2. Cuando necesite ayuda para algo, por ejemplo, para hacer los deberes, subir una cremallera, atarse un zapato o abrir un bote.
 - 1.3. Cuando le pidan dar un recado a alguien de otra clase o a alguien de su familia.
 - 1.4. Si el alumno oye a alguien hablando sobre algo que le interesa (por ejemplo, un personaje conocido de televisión, un videojuego, planes para un fin de semana). Después de decir «Perdona», el alumno puede decir «¿Estás hablando de ...?» y, a continuación, preguntar algo relacionado con el tema. (Véase FICHA 10. «Cómo unirse a una conversación»).
 - 1.4. Cuando el alumno informa a alguno de los padres o al profesor sobre alguna situación de peligro (por ejemplo, si alguien está herido, algo está ardiendo o algún hermano suyo se ha escapado). Haga hincapié en que el alumno no debe esperar, sino que puede interrumpir inmediatamente si se produce alguna de estas situaciones.
2. Haga que el alumno “muerda el anzuelo”, es decir, provoque una situación en la que se obligue al alumno a interrumpir.
 - 2.1. Por ejemplo, coja el lápiz del alumno y, posteriormente, diga en clase: «Por favor, sacad todos un lápiz».
 - 2.2. Haga como si no viera al alumno que necesita su ayuda, obligándolo así a interrumpir para pedir lo que quiere.
3. Corrija las interrupciones inadecuadas. Si el alumno interrumpe de forma incorrecta, hágale que interrumpa de nuevo, esta vez correctamente.
4. Recompense a los alumnos que interrumpan en el momento y la forma adecuada.
 - 4.1. Elogie a los alumnos que interrumpan en el momento y en la forma correctos o parcialmente correctos.
 - 4.2. Premie a los alumnos que interrumpan correctamente con céntimos, puntos o fichas. Cuando consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles un premio, como alguna golosina, pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego o la posibilidad de presenciar algún espectáculo especial.

FICHA 6
Centrarse en un tema de conversación

Tema:

<p>Tiene que ver con el tema</p> 	<p>No tiene que ver con el tema</p> 
<p style="text-align: center;"><u>Pregunta</u></p> <p>¿Quién?</p> <p>¿Qué?</p> <p>¿Dónde?</p> <p>¿Cuándo?</p> <p>¿Por qué?</p> <p>¿Cómo?</p> <p>¿Qué más?</p> <p style="text-align: center;"><u>Cuenta</u></p> <p>Me gusta</p> <p>También</p> <p>Fui</p> <p>Voy a</p>	

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 6. Centrarse en un tema de conversación

1. Escoja un tema y escríbalo en la parte de arriba de la página, donde dice "Tema:". Luego pida a los alumnos que hagan una pregunta o un comentario sobre ese tema.
 - 1.1. Comience con temas concretos como mostrar y describir un objeto que los alumnos puedan ver. Cambie de forma gradual a temas más abstractos, como una imagen de algún acontecimiento del pasado. Luego intente utilizar menos las imágenes y use las palabras para describir situaciones del pasado o del futuro (por ejemplo, un tema podría ser "¿Qué hice ayer?").
 - 1.2. Con la ayuda de las indicaciones de la hoja de habilidades, escriba tarjetas con preguntas o comentarios para aquellos alumnos que al principio no puedan crear sus propias preguntas o comentarios.
 - 1.3. Premie con puntos cada aportación que se haga sobre el tema, pero no dé ningún punto a las que no sean sobre el tema señalado. Los alumnos que consigan puntos suficientes pueden conseguir un premio.
2. Corrija los comentarios o preguntas que no tengan que ver con el tema diciendo: "Eso no tiene que ver con el tema, estamos hablando sobre...". Pida a los alumnos que continúen hablando sobre el mismo tema hasta que no tengan más preguntas o comentarios sobre él y que entonces podrán hablar sobre cualquier otra cosa.
3. Recompense a los alumnos que hagan intervenciones relacionadas con el tema de conversación elegido.
 - 3.1. Elogie a los alumnos que hagan intervenciones relacionadas con el tema, o más o menos relacionadas con el tema.
 - 3.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que mantengan el tema de conversación durante algún tiempo. Cuando consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles un premio, como pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de presenciar algún espectáculo especial.

FICHA 7
Mantener una conversación

1. Tu postura debe ser la adecuada para escuchar a otra persona.
 - a. Mantén el contacto visual con tu interlocutor. Míralo a los ojos.
 - b. Ponte de cara a él.
 - c. Permanece a una distancia de, al menos, un brazo de tu interlocutor.

2. Espera un poco antes de hablar. No interrumpas.

3. Haz preguntas que continúen el tema del que están hablando.

- ¿Quién
- ¿Qué
- ¿Dónde
- ¿Cuándo
- ¿Por qué
- ¿Cómo

4. Haz comentarios que tengan que ver con el tema de conversación.

- A mí también me gusta
- Yo también
- Fui a

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 7. Mantener una conversación

1. Explique los pasos para mantener una conversación. Puede representar las habilidades descritas en las siguientes situaciones:
 - 1.1. Preguntar a uno de los padres, compañero o profesor cómo le ha ido el día e intentar que la conversación se centre en el tema. Dé al alumno fichas por cada pregunta o comentario que tenga que ver con el tema.
 - 1.2. Traer algún objeto para que los demás hagan preguntas y comentarios sobre él.
 - 1.3. Coger una bolsa misteriosa que contenga objetos escondidos dentro, como una pelota, comida u otros artículos cotidianos. Los alumnos han de hacer preguntas o comentarios hasta que adivinen el contenido de la bolsa.
 - 1.4. Una persona imita a algún famoso, y los demás intentan adivinar de quién se trata haciéndole preguntas que vienen al caso.
 - 1.5. Simular que se está entrevistando a algún famoso.
 - 1.6. Escoger un tema y escribir en un papel «Tiene que ver con el tema» y «No tiene que ver con el tema». Pedir al alumno que haga comentarios y preguntas relativas al tema. Adjudique puntos por todos los comentarios que tengan que ver con el tema en cuestión, y puntos negativos por los comentarios no relacionados con el tema. Una vez que los alumnos hayan conseguido suficientes puntos, podrán recibir un premio.

2. Corrija las desviaciones del tema de conversación y la escucha inapropiada. El alumno ha tener la postura adecuada para escuchar a los demás y decir algo referente al tema de conversación. Si lo cree conveniente, repita cuál es el tema de conversación para ayudar al alumno a formular preguntas o comentarios relativos al tema. Para obtener información sobre cómo y cuándo cambiar de tema, consulte la ficha «Cambiar de tema».

3. Haga que el alumno “muerda el anzuelo” y practique la habilidad sin darse cuenta. Mediante la bolsa misteriosa citada anteriormente o cualquier otro elemento sorpresa, intente motivar al niño para que pregunte y hable hasta que adivine la información que le ha ocultado.

4. Recompense a los alumnos que escuchen de forma apropiada.
 - 4.1. Elogie a los alumnos que hayan escuchado de forma correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Premie con céntimos, puntos o fichas por cada intervalo en que los alumnos hayan escuchado de forma apropiada. Cuando consigan un número determinado de fichas, obséquielos con algo especial como una golosina, pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un espectáculo especial.

FICHA 8

Hablar por turnos (La regla de las dos preguntas)

1. Cuando otros te saluden, devuélveles el saludo.

1.1. Si te dicen "hola", tienes que responder "hola"



2. La regla de las dos preguntas: cuando los otros te pregunten algo y respondas, puedes hacerles también otra pregunta parecida.



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 8. Hablar por turnos

1. Explique en qué consiste hablar por turnos. Los juegos de escenificación propuestos engloban las siguientes situaciones:
 - 1.1. Salude a los alumnos y haga que le devuelvan el saludo. Repita la misma operación para despedirse.
 - 1.2. Pregúnteles qué tal están y qué están haciendo. Después de obtener la respuesta, intente que le pregunten también a usted. Haga lo mismo con preguntas sobre planes de futuro, como lo que van a hacer ese fin de semana, y con preguntas relativas al momento, por ejemplo, a qué están jugando o qué están comiendo o haciendo.
 - 1.3. Seleccione temas que se presten a suscitar opiniones diferentes como el cine, los programas de televisión, la comida, las asignaturas, etc. Pida a los alumnos que se turnen para hablar sobre sus preferencias referentes a cada tema (Por ejemplo, "Me gusta la pizza, ¿Qué es lo que te gusta a ti?"). Esta actividad sirve también para utilizar los puntos que tienen los alumnos en común como base de conversación y amistad.
 - 1.4. Utilice dos colores diferentes para las fichas, uno para las preguntas y otro para los comentarios. Durante las conversaciones reparta fichas a medida que los alumnos vayan haciendo preguntas y comentarios. El objetivo de los alumnos consiste en conseguir el mismo número de fichas de cada color y tener el mismo número de fichas que el resto de los alumnos.
2. Cuando no respeten los turnos, corríjales advirtiéndoles de cuándo un alumno se adueña de la conversación. Incítelos a que hagan preguntas a otros para así mantener los turnos.
3. Haga que el alumno "muerda el anzuelo" y practique la habilidad sin darse cuenta. Formúlele una pregunta o cuénteles algo que usted hizo y hágale señas para que éste le haga preguntas o para que le cuente también algo. Dígale, por ejemplo que ha ido al zoo ese fin de semana. En lugar de preguntar dónde ha ido él, límitese a esperar a que por propia iniciativa le cuente lo que hizo ese fin de semana.
4. Recompense a los alumnos que hayan hecho un uso apropiado de los turnos.
 - 4.1. Elogie a los alumnos que hayan utilizado los turnos de forma correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Premie con céntimos, puntos o fichas por cada intervalo en que los alumnos hayan participado cuando les tocaba. Cuando obtengan un número determinado de fichas, obséquielos con algo especial, como una golosina, pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un espectáculo especial.

FICHA 9

Cómo empezar una conversación

1. Saluda
Di "hola" o pregunta "¿cómo estás?" la primera vez del día que veas a una persona.
2. Pregúntale qué está haciendo en ese MOMENTO.
"¿Qué estás [haciendo], [comiendo], [leyendo]?" "¿De qué estás hablando?"
"¿Te gusta [esta clase], [esta comida], [este proyecto], [este juego]?"
"¿Dónde te has comprado [la camiseta], [el gorro], [las zapatillas], [el reloj]?"
3. Pregúntale por el PASADO.
"¿Qué tal ha ido [el día], [la semana], [el fin de semana], [las vacaciones]?"
"¿Has oído lo que ha pasado [en las noticias], [en el nuevo programa], [en los deportes]?"
4. Pregúntale por el FUTURO.
"¿Qué vas a hacer [después del colegio], [este fin de semana], [esta semana], [durante las vacaciones]?"
5. Pregúntale por sus INTERESES PERSONALES.
"¿Sigues practicando tu actividad favorita?" "¿Sigues [jugando a tu juego favorito], [viendo tu programa favorito], [trabajando en tu proyecto favorito]?"
6. Acuérdate de hacer preguntas de seguimiento y hacer comentarios sobre algunos asuntos.
¿Quién?, ¿Qué?, ¿Dónde?, ¿Cuándo?, ¿Por qué?, ¿Cómo?, ¿Qué más?

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 9. Cómo empezar una conversación

1. Se proponen a continuación algunas actividades para repasar la ficha «Cómo empezar una conversación» o suscitar conversaciones:
 - 1.1. Pregunte a los alumnos qué dirían al empezar una conversación en cada una de las situaciones que se mencionan a continuación. Por cada respuesta acertada, dé puntos o dinero como si fuera un concurso.
 - 1.2. Cuando los alumnos estén en clase de lengua, intente que escriban frases o párrafos que sean fórmulas para empezar una conversación en diferentes situaciones. Es decir, cuando los alumnos estén trabajando en gramática o en redacción, pueden trabajar también sobre cómo empezar una conversación.
 - 1.3. Haga una lista de personas que conozca y escriba a lo que se dedican. Por ejemplo, escriba sus profesiones, sus pasatiempos o intereses y en qué clases participan. Utilícela como base para una conversación. Por ejemplo, si sabe que hay compañero en el grupo aficionado al baloncesto, pregunte: "¿Has visto últimamente algún buen partido de baloncesto?"

2. Juegos de simulación para aprender cómo empezar una conversación:
 - 2.1. Utilice las situaciones descritas anteriormente o pregunte al alumno sobre las últimas situaciones que ha vivido. Deje que cada conversación dure varios minutos; así el alumno también trabajará en cómo mantener una conversación.
 - 2.2. Juegue a detener la conversación. Los alumnos deben deambular por la sala hasta que el profesor diga: "Quietos". En ese momento, cada alumno se acercará al compañero más cercano y se dirigirá a él con una de las fórmulas que se han visto para empezar una conversación, aunque el profesor puede decirles la pregunta (por ejemplo, "¿Qué vas a hacer después del colegio?"). Luego tienen que intercambiar la información. Más tarde, el profesor pregunta a cada alumno lo que ha aprendido del compañero. Con esto, los alumnos tienen que escucharse entre sí. Se les puede dar puntos si recuerdan lo que sus compañeros han dicho. Después, el profesor les pide que sigan andando hasta que oigan "Quietos", con lo cual tendrán la oportunidad de hacer una nueva pregunta a otro compañero. El profesor (o uno de los padres) puede hacer esto cada día con el mismo grupo de frases para empezar una conversación, hasta que el alumno pueda memorizarlas todas.
 - 2.3. Otra variante de este juego consiste en poner varios carteles en la pared con dichas fórmulas. Así los alumnos irán a una parte de la clase y se harán las preguntas del cartel. Luego el profesor o el progenitor preguntará a los alumnos sobre lo que han aprendido de sus compañeros para comprobar si se han escuchado entre sí.

3. Haga que el alumno “muerda el anzuelo”, es decir, haga algo que obligue al alumno a empezar una conversación sin darse cuenta.
 - 3.1. Por ejemplo, quédese quieto a propósito la primera vez del día que vea al alumno o cuando tenga algo en la mano que llame la atención del alumno (por ejemplo, un dibujo, un juego nuevo o un libro). Luego incítelo o espere a que él empiece la conversación.
4. Corrija las formas inapropiadas de empezar una conversación, como empezar un monólogo sobre algo que tenga poco interés para los otros compañeros. Incítelos diciendo, “primero pregunta a tu interlocutor cómo le va o qué es de su vida y luego pregunta si quiere escuchar lo que quieres decir” (Véase también la habilidad llamada HABLAR BREVEMENTE)
5. Dé una recompensa cada vez que se EMPIECE LA CONVERSACIÓN de manera adecuada.
 - 5.1. Elogie a los alumnos cada vez que comiencen una conversación de manera correcta o parcialmente correcta.
 - 5.2. Déle fichas, céntimos o puntos cada vez que los alumnos empiecen una conversación de forma apropiada. Cuando consigan cinco fichas déles una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, una pegatina o la posibilidad de jugar a algún juego).

Situaciones propicias para empezar una conversación

Pasado:

1. Oyes por casualidad a alguien hablar de sus vacaciones.
2. Ves a un amigo el lunes por la mañana.
3. Te encuentras con tus compañeros de clase después de las vacaciones.
4. Un amigo acaba de hacer un examen difícil.

Presente:

5. Estás comiendo con tus compañeros.
6. Ves a alguien jugando con la Gameboy® o con algún juego electrónico.
7. Ves a alguien que lleva una camiseta que tiene el nombre de un colegio.
8. Estás en la cola del cine y ves a alguien del colegio en la cola.

Futuro:

9. Es viernes, está a punto de comenzar el fin de semana y estás con tus compañeros.
10. Al final de un día de colegio como el miércoles, te estás despidiendo de tus amigos.
11. Oyes por casualidad a tus amigos hablar sobre sus planes para las vacaciones.

FICHA 10
Cómo unirse a una conversación

1. Escucha lo que dice la gente para identificar el tema de la conversación.
2. Dirígete hacia donde están las personas que hablan.
3. Espera a que te miren o a que hagan una pausa.
4. Di:
 "Perdonad, ¿estáis hablando de... (tema)?"
 "Perdonen, ¿estaban hablando de... (tema)?"
5. Haz una pregunta sobre el tema:
 ¿Quién...?, ¿Qué...?, ¿Cuándo...?, ¿Dónde...?, ¿Por qué...?, ¿Cómo...?,
 ¿Qué más...?

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 10. Cómo unirse a una conversación

1. Juego de simulación para UNIRSE A UNA CONVERSACIÓN. Los juegos de simulación complementarios contemplan los siguientes contextos:
 - 1.1. Pida a dos alumnos que empiecen una conversación sobre lo que han hecho durante el fin de semana, lo que harán después de clase o de la reunión del grupo o sobre cualquier otro tema que elijan (por ejemplo, películas, equipos deportivos, comida, programas de televisión, noticias, videojuegos, lugar de vacaciones). Un tercer alumno se unirá a la conversación escuchando primero y haciendo una pregunta o un comentario relevante. Uno de los dos alumnos iniciales se va, y comienza una nueva conversación con los dos que quedan. Luego se une otro alumno. El juego sigue hasta que todos los alumnos hayan tenido la oportunidad de unirse a una conversación en la que intervienen dos personas.
 - 1.2. Se inicia una conversación en un grupo y se otorgan puntos o fichas a los alumnos que pregunten o cuenten algo relacionado con el tema; así participarán y se unirán a la conversación. Esto puede tener lugar en un grupo pequeño, donde los alumnos cuenten lo que han hecho durante la semana o discutan sobre un tema concreto como los mencionados con anterioridad.
2. Incite a los que dejan la conversación a unirse de nuevo. Puede ser de manera simple, (por ejemplo, “¿puedes preguntar o decir algo relacionado con lo que están hablando?”) o de forma más compleja (por ejemplo, “Tus compañeros están hablando sobre películas, ¿puedes preguntarles qué película les ha gustado más?”).
3. Haga que el alumno “muerda el anzuelo” y practique la habilidad sin darse cuenta. Hable sobre temas interesantes para los alumnos delante de ellos hasta que espontáneamente se unan con una pregunta o un comentario.
4. Dé una recompensa a los alumnos que se unan a la conversación.
 - 4.1. Elógielos por haberse unido de manera correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Reparta fichas canjeables por premios, céntimos o puntos por las veces en que el alumno se una a una conversación. Cuando reúna cierto número de fichas déle una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, unas pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego).

FICHA 11

Cómo finalizar una conversación

1. Decide si necesitas terminar la conversación.
 - 1.1. ¿Es porque tienes que hacer algo o porque llegas tarde a algún sitio?
 - 1.2. ¿Es porque estás aburrido?

2. Haz una pregunta complementaria más o un comentario sobre el tema para mostrar interés por lo que la otra persona está diciendo. Por ejemplo, di: "¡Qué interesante!"

3. Decide qué puedes decir para finalizar la conversación.
 - 3.1. Si llegas tarde, di: "Bueno, me tengo que ir porque llego tarde"
 - 3.2. Si tienes que hacer algo, di: "Bueno, me tengo que ir porque tengo cosas que hacer".
 - 3.3. Si estás aburrido, no digas a la otra persona que te estás aburriendo. Pon una excusa. Di: "Tengo que irme porque tengo cosas que hacer".

4. Di "Hasta luego" y vete.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 11. Cómo finalizar una conversación

1. Juegos de simulación para FINALIZAR UNA CONVERSACIÓN. Los juegos de simulación complementarios requieren los siguientes contextos:
 - 1.1. Un alumno está hablando con otro sobre su videojuego, comida, película, programa de televisión o deporte preferidos. Uno de los alumnos se da cuenta de que llega tarde a clase y por tanto debe terminar la conversación.
 - 1.2. Dos alumnos hablan sobre uno de los temas descritos anteriormente. Uno de los alumnos comienza a hablar sólo sobre sus gustos e intereses mientras el otro alumno se aburre. El alumno que está aburrido debe terminar la conversación adecuadamente.
 - 1.3. Esta vez uno de los alumnos tiene que hacer deberes y no podrá terminarlos si no abandona la conversación. Tiene que terminar la conversación adecuadamente.

2. Corrija los finales inapropiados o bruscos. Haga que el alumno muestre interés con una pregunta y luego termine la conversación adecuadamente con una excusa.

3. Haga que el alumno “muerda el anzuelo” y practique la habilidad sin darse cuenta. Hable intencionadamente sobre algo aburrido o empiece a hablar cuando el alumno quiera jugar o irse para así provocar un final adecuado.

4. Recompense a los alumnos que finalicen la conversación de forma correcta.
 - 4.1. Elógielos por terminar una conversación de manera correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Déle fichas, céntimos o puntos en el momento en que el alumno termine la conversación correctamente. Cuando el alumno consiga el número de fichas establecido déle una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, unas pegatinas, la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa de televisión especial).

FICHA 12
Cómo preguntar cuando no entiendes algo

1. Cuando no entiendes lo que alguien está diciendo, di: "No lo entiendo".
2. Si la otra persona repite lo que dijo pero no la entiendes
 - 2.1. Di: "Sigo sin entenderlo. ¿Puede explicarlo de otra forma?".
 - 2.2. Pide a otra persona que te lo explique.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 12. Cómo preguntar cuando no entiendes algo

1. Juego de simulación para practicar cómo preguntar cuando uno no entiende algo. Los juegos de simulación complementarios requieren los siguientes contextos:
 - 1.1. El profesor o uno de los padres del alumno le da instrucciones para realizar un trabajo de clase, pero lo dice en otro idioma o utilizando una palabra extraña. Por ejemplo: "Rodea con un círculo todas las palabras polisílabas de las siguientes frases". Uno puede sugerir al alumno que pregunte para que le expliquen lo que no entiende y explicarle que las palabras polisílabas son las que tienen más de una sílaba.
 - 1.2. Dé instrucciones poco precisas como: "Pon tu nombre en el folio y escribe sobre el tema" (sin referencia al tema sobre el que se debe escribir).
2. Anime a los alumnos a preguntar cuando no entiendan algo.
3. Haga que el alumno "muerda el anzuelo" y practique la habilidad sin darse cuenta. Diga a los alumnos que pueden recibir una gran recompensa cuando completen la tarea o hagan una pregunta. Pregúnteles algo que no entiendan o dé instrucciones confusas para que le pregunten motivados por la recompensa.
4. Recompense a los alumnos que preguntan cuando no entienden algo.
 - 4.1. Elógielos por pedir que se les aclare algo que no entienden, incluso si no lo han hecho completamente bien.
 - 4.2. Déle fichas, céntimos o puntos cuando el alumno diga que no entiende algo. Cuando el alumno consiga el número de fichas establecido déle una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa de televisión especial).

FICHA 13
Cuándo decir “no lo sé”

1. Si te hacen una pregunta que comprendes, pero no sabes la respuesta, di algo para responderla. Puedes decir,
 - 1.1. “No lo sé”, si no sabes la respuesta.
 - 1.2. “Déjame que piense”, si necesitas más tiempo para pensar la respuesta.
2. No te quedes en silencio. Hazle ver a los demás que estás pensando en la pregunta o que no sabes la respuesta.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 13. Cuándo decir “no lo sé”

1. Juego de simulación para aprender a decir «No lo sé». Los juegos de simulación complementarios comprenden los siguientes contextos:
 - 1.1. El profesor o uno de los padres del alumno le hace preguntas objetivas al alumno utilizando un lenguaje simple. Por ejemplo, el profesor puede preguntar al alumno cuántos pares de calcetines tiene su madre o cómo se llama el dentista de su vecino. Induzca a los alumnos a decir «No lo sé», en lugar de quedarse callados.
 - 1.2. Algunas veces los niños no saben qué es lo que les apetece o prefieren cuando pueden elegir la comida, ven la tele o realizan otras actividades. Indúzcalos a decir «No lo sé» o a decidirse por algo, más que a quedarse callados.
2. Haga que los alumnos digan «No lo sé» cuando se les formula una pregunta directa y no responden.
3. Ponga a prueba la habilidad sin que se den cuenta. Diga a los alumnos que pueden recibir una gran recompensa cuando respondan correctamente una pregunta. Explíqueles que una respuesta correcta puede ser «No lo sé». Después, pregúnteles algo que saben y algo que no, induciéndolos a decir con exactitud que no lo saben cuando así sea el caso.
4. Proporcione recompensas cuando practiquen la habilidad de forma correcta.
 - 4.1. Elogie a los alumnos cuando dicen que no saben algo, incluso si no lo hacen del todo bien.
 - 4.2. Déles fichas, céntimos o puntos en los ejemplos en los que digan «No lo sé» cuando, en realidad, no saben la respuesta. Cuando consigan el número de fichas establecido, déles una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, unas pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa especial).

FICHA 14

Cómo presentarte a alguien

1. Decide si te apetece conocer a la persona que tienes enfrente.
 - 1.1. A lo mejor, tienes algo en común con esa persona y podríais ser amigos.
2. Espera una pausa antes de hablar.
3. Intenta atraer la atención de esa persona con un gesto o diciendo: «Perdona».
4. Mírale a los ojos y habla con un tono seguro y positivo.
5. Di, «Me llamo... ¿Cómo te llamas?».
6. Después, di, «Me alegro de conocerte».

Cómo presentar a otros

1. Cuando estás con varias personas que conoces, pero que no se conocen entre sí, tu trabajo consiste en presentarlos.
2. Dile a Fulanito: «Fulanito, me gustaría presentarte a Menganito».
3. Dile a Menganito: «Menganito, me gustaría presentarte a Fulanito».
4. Después, puedes explicar de qué conoces a cada uno. Por ejemplo, «Fulanito es mi [amigo] [vecino]».

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 14. Cómo presentarte a alguien

1. A continuación se proponen juegos de simulación complementarios que comprenden los siguientes contextos:
 - 1.1. Haga que los alumnos simulen una situación en la que se presenten a otros niños que no conocen en clase, en el parque o en la cafetería.
 - 1.2. Los alumnos hacen como si se encontraran a amigos de sus padres, a un profesor o a su párroco.
 - 1.3. Haga que los alumnos presenten sus amigos a sus padres y viceversa.
 - 1.4. Los alumnos hacen como si estuvieran presentando algunos de sus amigos a los nuevos amigos que han hecho.
2. Anime a los alumnos a presentarse a personas que no conocen, pero que están en su clase o en su casa. Dígalos que no deben presentarse a la misma persona más de una vez o a desconocidos con los que no tienen nada en común para entablar una amistad o con los que no tendrán en el futuro ninguna relación.
3. Ponga a prueba la habilidad sin que sus alumnos se den cuenta. Haga lo posible por invitar a nuevas personas a clase o a casa, de forma que los primeros tengan que practicar la habilidad en cuestión.
4. Proporcione recompensas cuando los alumnos se presenten o presenten a otras personas de forma adecuada.
 - 4.1. Elogie a los alumnos, aunque no lo hagan del todo bien.
 - 4.2. Déles fichas, céntimos o puntos en los ejemplos en los que se presenten de forma adecuada. Cuando consigan el número de fichas establecido, déles una recompensa (por ejemplo, una chocolatina, unas pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa especial).

FICHA 15

Qué decir le a alguien nuevo para conocerlo

1. Si quieres conocer a alguien, empieza la conversación haciéndole una pregunta sobre algo que estás viendo en ese momento o sobre algo que puedas tener en común con esa persona:
 - 1.1. Pregúntale: «¿Qué estás [haciendo], [leyendo], [comiendo], [jugando]?»
 - 1.2. Si estáis en la misma clase o en el mismo lugar, pregúntale: «¿Qué te parece [esta clase], [este lugar]?»

2. Preséntate.

- 2.1. Dile: «Por cierto, me llamo ..., ¿cómo te llamas tú?»

3. Hazle preguntas para conocerla:

TEMAS VÁLIDOS	PREGUNTAS VÁLIDAS
COLEGIO	¿A qué colegio vas? ¿En qué curso estás? ¿Quiénes son tus maestros?
EDAD (sólo para niños)	¿Cuántos años tienes? (no se lo preguntes a un adulto)
BARRIO	¿Qué te gusta hacer para divertirte? ¿Qué juegos te gustan? ¿Qué programas de TV ves? ¿Qué música te mola?
FAMILIA	¿Tienes una familia grande? ¿Tienes hermanos o hermanas?

4. No hagas preguntas sobre “temas delicados”, a no ser que la otra persona los saque a relucir. Son temas delicados aquellos que pueden molestar a los demás. Por ejemplo:
 - 4.1. La primera vez que ves a una persona, no hables con ella sobre religión, sobre políticas, etc.
 - 4.2. No preguntes sobre temas que hacen que a tu interlocutor le cambie la cara o el tono de voz.
 - 4.3. No le preguntes a esa persona sobre sus problemas.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 15. Qué decirle a alguien nuevo para conocerlo

1. Juego de simulación para enseñar al alumno qué puede decirle a una persona a la que quiere conocer. Los juegos de simulación complementarios contemplan los siguientes contextos:
 - 1.1. Los alumnos hacen como si quisieran conocer al nuevo de la clase. Pueden comenzar, por ejemplo, preguntándole qué le parece la nueva clase o el colegio.
 - 1.2. Los alumnos quieren conocer a alguien en el parque y le preguntan si le gusta el parque y las cosas que tiene (por ejemplo, «¿Te gustan los columpios? A mí también. Me llamo...»).
 - 1.3. Los alumnos hacen como si quisieran conocer a alguien nuevo en la cafetería. Pueden comenzar diciendo: «¿Qué estás comiendo?» o «El comedor es muy bonito, ¿verdad?».
 - 1.4. Los alumnos quieren conocer a alguien en una fiesta y le preguntan: «Y ¿cómo conociste a Fulanito» (refiriéndose al anfitrión de la fiesta).
2. Incite a los alumnos a conocer a alguna persona nueva en clase o en casa. Corrija a los alumnos que traten sobre temas delicados durante el primer encuentro.
3. Ponga a prueba la habilidad sin que se den cuenta. Traiga a propósito a gente nueva a la clase o a casa, de forma que los alumnos tengan que practicar la habilidad.
4. Recompense a los que sigan adecuadamente los pasos para conocer a alguien nuevo.
 - 4.1. Elogie a los alumnos cuando su intento por conocer a otras personas se realice de manera correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Reparta fichas, céntimos o puntos a aquellos que estén dispuestos a conocer a nuevos alumnos y a hablar con ellos. Cuando consigan el número fichas establecido, déles una recompensa especial (por ejemplo, una chocolatina, unas pegatinas o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa especial).

FICHA 16

Sacar temas de conversación de interés para los demás

1. Cuando quieras decirle algo a alguien, espera el momento adecuado; por ejemplo, cuando exista una pausa durante la conversación o cuando la persona no esté ocupada haciendo otra cosa.
2. A continuación, pregunta si puedes hablar. Puedes decir:
 - 2.1 «Me gustaría hablar sobre algo. ¿Es un buen momento?»
 - 2.2. «Perdone, ¿puedo hacerle una pregunta? ¿Se ha enterado de que...?»
3. Elige un tema que resulte interesante para los demás. Por ejemplo:
 - 3.1. Habla acerca de algo que te ha ocurrido o que has vivido recientemente.
 - 3.2. Habla sobre algo que has visto en las noticias, como una historia emocionante o un acontecimiento deportivo.
 - 3.3. Pregunta acerca de algo que podrías tener en común con tu interlocutor. Por ejemplo, podéis conversar sobre un programa de televisión, un juego, un lugar o la comida que os gusta a ambos.
 - 3.4. Pide a los demás que te den su opinión o un consejo. Por ejemplo, si tienes un problema, puedes preguntarles qué puedes hacer para resolverlo.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 16. Sacar temas de conversación de interés para los demás

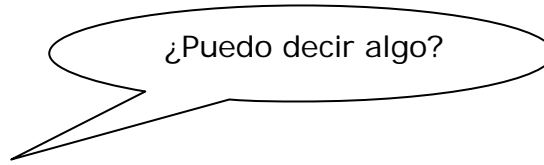
1. Si dirige un grupo pequeño, en primer lugar, haga que los estudiantes hablen de diferentes áreas temáticas tales como programas de televisión, comidas, aficiones, libros, juegos, deportes, asignaturas, etc. Averigüe qué temas son de interés común y anótelos. Este ejercicio servirá como base para que los niños introduzcan temas interesantes comunes.
2. En el caso de alumnos de últimos cursos de primaria y estudiantes de niveles superiores, indíqueles que tomen nota de las noticias de actualidad del periódico. Los estudiantes podrán hacer uso de ellas posteriormente para hablar sobre ellas.
3. Practique los pasos que se explican en la ficha «Introducir temas de conversación de interés para los demás» en juegos de simulación que se pueden desarrollar en las siguientes situaciones:
 - 3.1. Haga que los estudiantes presenten un tema de interés común para entablar un debate. Compare esta situación con otra en la que los estudiantes exponen un tema que sea solamente de su interés delante de sus compañeros.
 - 3.2. Proponga a los niños que hablen acerca de una experiencia que hayan vivido y, a continuación, que pregunten a los demás si han tenido alguna vez una experiencia similar. Por ejemplo, «Ayer fui al Museo de... y vi... ¿Habéis estado alguna vez en ese museo?». Compare esta situación con otra en la que los niños hablen sobre una experiencia sin hacer preguntas al resto de los compañeros, de forma que vean cómo esta actitud aburre a los demás al poco tiempo.
 - 3.3. Haga que los niños presenten temas que aparezcan en los periódicos. «¿Te has enterado de que...?»
 - 3.4. Haga que los niños pidan consejo a sus compañeros. Hágales ver a los que son más mayores que pedir consejo puede ayudarles a la hora de conquistar a alguien. Pueden pedir consejo acerca de cómo comportarse en una cita o qué ropa o peinado llevar. Este ejercicio puede ayudar a los amigos del niño a que adopten el papel de "hermano o hermana mayor" con respecto al niño discapacitado, facilitando así su integración en el grupo social.
4. Corrija la presentación inapropiada de temas, como cuando un niño habla sobre sus intereses con poca sensibilidad hacia los que lo escuchan. Anime a los estudiantes a que expongan un tema de interés común, un acontecimiento o experiencia o a que pidan consejo.
5. Recompense a los alumnos que introduzcan temas interesantes en la conversación.

- 5.1. Felicítelos cuando introduzcan o intenten introducir temas de interés para todos.
- 5.2. Déles una ficha, una moneda o puntos cuando introduzcan correctamente temas de interés general. Cuando consigan un número determinado de puntos, déles un premio especial (por ejemplo, una golosina, una pegatina o la posibilidad de jugar a algún juego o de ver un programa especial).

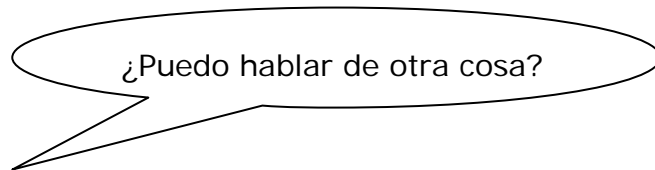
FICHA 17
Dar información contextual de lo que se habla

Pasos

1. Si no habla nadie, di a los demás que vas a hablar sobre un tema nuevo.



2. Si alguien está hablando y quieres cambiar de tema, pregunta si puedes hablar de algo diferente.



3. Explica de qué estás hablando.
- 3.1. Si estás hablando de personas, di quiénes son. ¿Es un AMIGO, FAMILIAR, PROFESOR O UNA PERSONA FAMOSA?
- 3.2. Si estás hablando de una cosa, explica de qué se trata. ¿Es un JUEGO, PROGRAMA DE TELEVISIÓN, UN LUGAR O UN JUGUETE?

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 17. Dar información contextual de lo que se habla

1. Divida la pizarra o un cartel grande en dos columnas. La primera columna se titulará CONTEXTUALIZADO y la segunda, NO CONTEXTUALIZADO. Pida a los niños que hablen de diferentes temas y decida si han proporcionado o no información contextual sobre el tema que han escogido (si el tema está o no explicado). Ponga una cruz en la columna CONTEXTUALIZADO por cada tema para el que se haya proporcionado la información contextual adecuada y uno en la NO CONTEXTUALIZADO cada vez que falte información. Convierta esta actividad en un juego. Dé a los niños una recompensa cuando consigan un determinado número de cruces en la columna CONTEXTUALIZADO.
 - 1.1. Habla de un acontecimiento que le haya ocurrido. Por ejemplo: «Ayer fui a ver a Juan»; plantéate si has dado información suficiente; ¿saben los que te escuchan quién es Juan? Repite la frase correctamente: «Ayer fui a ver a mi hermano Juan». Plantéate de nuevo si has dado suficiente información.
 - 1.2. Habla sobre alguna de tus aficiones. Por ejemplo, «Las que más me gustan son las más antiguas porque son más valiosas». Repita la frase dando más información: «Colecciono monedas. Las que más me gustan son las más antiguas porque son más valiosas».
 - 1.3. Hable sobre sus preferencias sobre comida, juegos o entretenimientos. Por ejemplo, la frase «Me gusta con pimientos» está mal explicada mientras que «Me encanta la pizza; me gusta con pimientos» da suficiente información para que los demás sepan de qué estás hablando.
2. Escoja a varias personas con las que los niños suelen relacionarse como, por ejemplo, otros niños, sus profesores, padres o abuelos. Haga que los niños hablen sobre algún compañero de clase, algún hermano o algún personaje de un videojuego. A continuación, invítelos que hagan como si estuvieran hablando de ese tema con las personas elegidas. Avíselos de que quizá sus padres o sus abuelos no sepan el nombre de sus compañeros de clase o de los personajes de los videojuegos, y de que sus profesores u otros niños pueden no conocer los nombres de sus hermanos. Haga que los niños decidan a qué personas tienen que darles información contextual antes de hablar con ellos sobre un tema concreto.
3. Corrija a los niños cuando no proporcionen la información contextual adecuada. Pregúnteles si la persona con la que hablan sabe a quién o a qué se están refiriendo y qué información tienen que darle para que los entienda totalmente.
4. Ponga a prueba la habilidad sin que los estudiantes se den cuenta. Hábleles sobre algo sin darles la información contextual que necesitan. Anímelos a que le digan si lo que usted está diciendo está CONTEXTUALIZADO o no.

5. Recompense a los niños cada vez que den INFORMACIÓN CONTEXTUAL.
 - 5.1. Elógielos cada vez que den o intenten dar la información contextual adecuada.
 - 5.2. Déles una ficha, una moneda o puntos cada vez que den la información contextual necesaria. Cuando uno de ellos consiga un número máximo de puntos o monedas, déle un premio (por ejemplo, una golosina, una pegatina, déjelo jugar a un juego especial o ver su programa favorito).

FICHA 18

Cambiar de tema de conversación

1. Espera el momento adecuado para cambiar el tema de conversación.
Esto es:
 - 1.1. Cuando la otra persona deje de hablar o diga que ya ha terminado.
 - 1.2. Cuando la otra persona haya hablado de un tema y tú hayas mostrado tu interés haciéndole, al menos, una pregunta sobre ese tema.

2. Prepara a la otra persona para cambiar de tema preguntándole si le parece bien cambiar de tema o utilizando una frase de transición.
 - 2.1. Ejemplos de frases para preguntar a la otra persona si le parece bien cambiar de tema:
 - a. «¿Puedo cambiar de tema?»
 - b. «¿Puedo hablar de otra cosa?»
 - 2.2. Ejemplos de frases de transición.
 - a. «Por cierto, sabes que...»
 - b. «Hablando de...» (Esta frase se utiliza cuando tomas algo de lo que la otra persona ha hablado para empezar un nuevo tema)

3. Ya puedes empezar a hablar sobre el nuevo tema.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 18. Cambiar el tema de la conversación

1. Practique los pasos explicados en la ficha «Cambiar de tema de conversación» con juegos de simulación. Se recomiendan las siguientes situaciones:
 - 1.1. Haga que los niños imaginen que alguien está hablando sobre su programa de televisión preferido y que hay alguien que quiere empezar a hablar sobre sus proyectos para el fin de semana. En el primer juego de simulación, haga que los niños empiecen a hablar sobre el nuevo tema sin hacer ningún comentario ni indicar el cambio de tema (forma incorrecta).
 - 1.2. Plantee el mismo ejemplo, pero esta vez haga que utilicen una frase de transición adecuada para cambiar de tema.
 - 1.3. Plantee de nuevo el mismo juego utilizando frases de transición correctas, pero sin esperar a que el tema anterior se haya dado por acabado; es decir, haga que se vaya cambiando de tema continuamente sin realizar preguntas sobre lo que se hablaba, como si no tuviera demasiado interés por el tema de conversación. Hable con los niños sobre la importancia de esperar antes de cambiar de tema.
2. Pida a los niños que escriban frases de transición para pasar de un tema a otro. Propóngales dos temas y haga que escriban la frase adecuada para pasar de uno a otro. Ejemplo:
 - 2.1. De ir al zoo a ir al museo. Ejemplo: «Hablando de excursiones...»
 - 2.2. De ver un partido de baloncesto a jugar al fútbol. Ejemplo: «Hablando de deportes...»
 - 2.3. De alguna vez en la que se hayan burlado de uno a tener un examen (ejemplo: hablando de malas experiencias...”).
3. Corrija cada cambio brusco de conversación. Anime a los niños a esperar hasta que haya una pausa en la conversación, a que utilicen una frase de transición adecuada o a que pidan correctamente el cambio de la conversación.
4. Incite a los niños a practicar esta habilidad sin que ellos se den cuenta. Para ello, hable de un tema aburrido hasta que los niños sientan la necesidad de cambiar de tema.
5. Recompense a los niños cada vez que cambien de tema correctamente.
 - 5.1. Elógielos cada vez que cambien o intenten cambiar de tema correctamente.
 - 5.2. Déles una ficha, una moneda o puntos cada vez que cambien de tema correctamente. Cuando uno de ellos consiga un número máximo de puntos o monedas, déle un premio especial (por

ejemplo una golosina, una pegatina, déjelo jugar a un juego especial o ver su programa favorito).

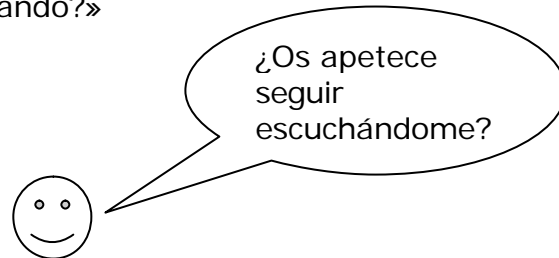
FICHA 19. No hablar demasiado (Niños de 8-9 años)

1. Cuando hables sobre algún tema, observa la cara de los demás niños para saber si también les interesa o se están aburriendo.

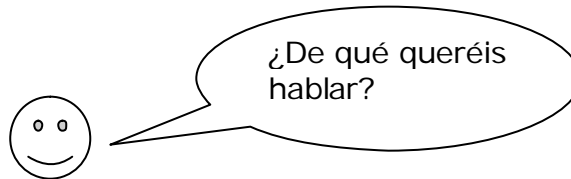


Aburrido Interesado

2. Si te parece que se aburren, pregúntales «¿Os apetece seguir escuchando lo que os estoy contando?»



3. Si te contestan que no, deja de hablar o pregúntales: «¿De qué queréis hablar?»



Si no hablas demasiado, los demás te escucharán (Niños mayores de 9 años)

1. Recuerda que si hablas mucho tiempo seguido y das muchos detalles, tus compañeros se aburrirán.
2. Busca indicios que te hagan ver si tus compañeros están interesados o, por el contrario, se aburren mientras hablas:
 - 2.1. Muestras de interés: tus compañeros te miran, se aproximan a ti o te hacen preguntas.
 - 2.2. Muestras de aburrimiento: tus compañeros no te miran, bostezan, suspiran o parecen tener interés en otra cosa.
3. Si notas muestras de aburrimiento, comprueba si tu interlocutor se está aburriendo.
 - 3.1. Di: «¿[He hablado demasiado] [Te estoy soltando un rollo] o quieres seguir escuchándome?»

4. Si los demás están aburridos, piensa en lo que puedes hacer para evitarlo.
 - 4.1. Para de hablar y deja a los demás que lo hagan.
 - 4.2. Pregunta a tus compañeros de qué quieren hablar o qué es lo que quieren que les cuentes.
 - 4.3. Cambia de tema.
 - 4.4. Cuenta lo que quieras de forma breve y sin dar demasiadas explicaciones.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 19. No hablar demasiado

1. Es importante que tanto el compañero que habla como el que escucha participen activamente en este ejercicio. El que habla deben leer los gestos de aburrimiento en su interlocutor y preguntarle si quiere seguir escuchándolo, y el que escucha debe responder con educación que prefiere que cambie de tema o que termine la conversación (véase la ficha TERMINAR UNA CONVERSACIÓN). Si el compañero pregunta si quieren seguir escuchándolo, es conveniente que previamente se haya enseñado a sus compañeros a decir: «Quizá en otro momento», en lugar de decir, «No quiero escuchar nada más».
2. Practique los pasos indicados en la ficha «No hablar demasiado» con juegos de simulación. Se recomiendan las siguientes situaciones:
 - 2.1. Dado que muchos de los alumnos que padecen el síndrome de Asperger y otros trastornos relacionados suelen hablar de forma obsesiva acerca de sus intereses, sería bastante útil seleccionar uno de esos intereses en un juego de simulación para demostrar que puede aburrir a los compañeros que le escuchan. Escoja un tema que sólo le interese a uno de los niños, al que le pedirá que comience a hablar acerca de dicho tema. Haga que el resto de los niños muestren interés al principio y que, poco a poco, muestren que lo están perdiendo. La delicadeza y la sutileza son muy importantes, ya que no queremos que los niños aprendan a demostrar un aburrimiento extremo. Pida al alumno que identifique cuándo los compañeros que le escuchan están aburridos y que les pregunte si quieren seguir escuchándolo. Anime a los otros alumnos a que respondan: «Quizá en otro momento».
 - 2.2. Haga un juego de simulación con la misma situación haciendo que el alumno comience la conversación en el momento en el que los demás compañeros que se tienen que marchar. A menudo, los alumnos comienzan a comentar algo cuando está terminando la reunión o el grupo. Hágales ver que no es el momento apropiado para empezar un debate largo.
 - 2.3. Si tiene un debate en un grupo pequeño dentro del grupo, puede realizar la siguiente actividad para demostrar a varios miembros del grupo que hablan mucho más de lo que piensan. Reparta obsequios por cada comentario o pregunta que realicen los niños. Al final del ejercicio, revise quién tiene más obsequios. Si uno de sus niños ha recibido más que los otros, esto significa que está hablando demasiado. Este ejercicio es útil porque suele ayudar a los niños que se quejan de que no tienen suficiente tiempo para hablar a percatarse de que hablan demasiado y suelen dominar todas las conversaciones.
 - 2.4. Pida a los alumnos que describan una experiencia de forma breve utilizando sólo tres oraciones y eliminando detalles, a menos que alguno de sus compañeros le haga preguntas para saber más.

3. Corrija a los alumnos que hablan durante demasiado tiempo señalándoles que presten atención a sus compañeros. Anímelos a que pregunten a los otros si quieren seguir escuchándoles o si prefieren que dejen de hablar de ese tema. Anímelos también a preguntarles a los demás sobre sus intereses, de forma que se introduzcan dichos intereses en la conversación.
4. Incite a los niños a que practiquen esta habilidad sin darse cuenta. Mientras los alumnos le hablan, simule estar aburrido o inquieto, hasta que le pregunten si quiere seguir escuchándolos.
5. Déles una recompensa por no hablar demasiado.
 - 5.1. Felicite a aquellos que hablen durante poco tiempo o casi lo consigan.
 - 5.2. Déles fichas, monedas o puntos por cada momento en el que hablen con brevedad o muestren interés en saber si sus compañeros quieren continuar escuchándolos. Cuando un niño consiga un número determinado de puntos, déle un premio especial (por ejemplo, una golosina, una pegatina o la posibilidad de jugar a un juego especial o de ver su programa favorito).

FICHA 20

Temas delicados

1. Se consideran “temas delicados” aquellos sobre los que no deberías hablar porque pueden hacer que los demás se sientan mal, ofendidos, dolidos, tristes o enfadados.
2. Antes de decir algo, decide sobre si se trata de un tema delicado como alguno de estos:
 - 2.1. Algo negativo acerca de la apariencia física de otra persona.
 - 2.2. Cuántos años tiene la persona. (A los niños no les importa decir su edad pero muchos adultos prefieren no hablar de ese tema).
 - 2.3. Una diferencia física (como estar en una silla de ruedas, haber perdido algún miembro o ser sordo o ciego)
 - 2.4. Una diferencia en el aprendizaje (tener dificultades al leer o al entender el trabajo de clase)
 - 2.5. Una diferencia en el comportamiento (tener dificultades para prestar atención o para permanecer sentado sin moverse, o decir cosas extrañas)
 - 2.6. Quedarse sin trabajo o la muerte de un familiar o amigo.
3. Si se trata de un tema delicado:
 - 3.1. No hables sobre el mismo con tu compañero, a menos que él saque el tema.
 - 3.2. Exceptuando las preguntas relacionadas con el aspecto, puedes pedir permiso para hablar de un tema delicado; por ejemplo, puedes decir: «¿Te puedo hacer una pregunta un poco delicada?»

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 20. Tratar temas delicados

1. Una buena forma de iniciar el aprendizaje de esta habilidad es aparecer en clase llamando la atención, algo que se puede conseguir llevando una bolsa en la cabeza, en vez de un sombrero, o poniéndose un enorme grano de mentira en la nariz. No diga nada hasta que los alumnos le pregunten. Intente ignorar los comentarios que haga el alumno con SA hasta que vea que los demás estudiantes también hacen comentarios. En ese momento, hable sobre el hecho de que existen temas delicados, indicando a los alumnos que algunas veces podemos observar algo extraño en los demás, pero es mejor no decir nada para evitar que la otra persona se sienta mal.

2. No es fácil representar esta habilidad mediante juegos de simulación porque en muchos casos la mejor respuesta es no hacer nada. Por ello, la práctica de esta habilidad no consiste en mostrar lo que se piensa, sino más bien en un proceso de reflexión, de ahí la utilidad de exponer diversas situaciones posibles en lugar de representarlas en clase. Incluso puede plantearse la posibilidad de realizar un concurso utilizando dinero de mentira para premiar a los niños. Estos deberán dar su opinión sobre los ejemplos que se propongan y decidir si se trata de un tema delicado o no. Aquí se indican algunos ejemplos:
 - 2.1. Crees que alguien lleva unas gafas bonitas (No es un tema delicado)
 - 2.2. Crees que alguien lleva gafas de culo de vaso (Tema delicado)
 - 2.3. Alguien dice que hace un buen día (No es un tema delicado)
 - 2.4. Un alumno le pregunta la edad a la profesora. (Tema delicado)
 - 2.5. El profesor pregunta a un alumno cuántos años tiene su hermano pequeño. (No es un tema delicado)
 - 2.6. Le preguntas a un amigo si tiene un profesor de apoyo para matemáticas y lengua. (Tema delicado)
 - 2.7. Te preguntas por qué un niño de tu clase es tan fuerte (No es un tema delicado)
 - 2.8. Te preguntas por qué un niño de tu clase está gordo (Tema delicado)
 - 2.9. Te preguntas por qué una niña de tu clase es tan buena en gimnasia. (No es un tema delicado)
 - 2.10. Te preguntas por qué una niña de tu clase no sabe leer sus tareas. (Tema delicado)
 - 2.11. Se ha muerto el abuelo de tu amigo (Es un tema delicado, aunque en estos casos suele decirse: «Lo siento»)
 - 2.12. La profesora tiene bastante barriga y te preguntas si está embarazada. (Es un tema delicado)
 - 2.13. Te enteras de que a tu amigo se le ha muerto el perro (Es un tema delicado)
 - 2.14. Te enteras de que tu amigo ha sido el mejor en los ejercicios de ortografía (No es un tema delicado)

3. Incite a los niños a practicar esta habilidad sin que se den cuenta. Por ejemplo, cambie a conciencia su aspecto físico llevando ropa extraña o poniéndose manchas con un poco de maquillaje. También puede equivocarse deliberadamente al hacer el trabajo o las tareas domésticas. Con estos comportamientos podrá ver si los alumnos se abstienen de realizar comentarios negativos.
4. Cada vez que un alumno no tenga tacto al hacer un comentario sobre algo delicado, es conveniente demostrarle que se trata de un aspecto delicado y que, por tanto, ese comentario puede herir la sensibilidad de los demás.
5. También puede plantearse premiar a los alumnos con la actitud adecuada y "sancionar" a aquellos con actitud negativa.
 - 5.1. Para las actitudes negativas puede advertirles de que, si continúan realizando comentarios sin tacto, perderán algunos privilegios, aunque siempre deberá asegurarse de que los alumnos eran conscientes de que podían herir la sensibilidad de alguien.
 - 5.2. Cuando vea que los alumnos reprimen comentarios directos sobre temas delicados o preguntan a un adulto qué es mejor decir en algunas situaciones puede premiarlos con fichas, monedas o puntos. Cuando uno de ellos consiga un número máximo de puntos o monedas, déle un premio especial (por ejemplo una golosina, una pegatina o la posibilidad de jugar a un juego especial).

FICHA 21. Halagar a los demás

1. Piensa en las ventajas que tiene decirle un cumplido a alguien:
 - 1.1. Esa persona te tendrá en buena consideración.
 - 1.2. A esa persona le gustará estar contigo.

2. Señala las cosas buenas que veas en los demás, como por ejemplo:
 - 2.1. Su forma de vestir, su aspecto físico o su nuevo peinado.
 - 2.2. Algo que hayan hecho bien.
 - 2.3. Sus habilidades.

3. Haz el cumplido de manera sincera, de todo corazón.
 - 3.1. Si hablas de su apariencia puedes decir: «Estás estupenda», «Llevas un vestido chulísimo», y lo mismo con una corbata, una camisa, unos zapatos, un peinado...
 - 3.2. Si alguien ha hecho algo bien, puedes decirle: «Lo has hecho muy bien».
 - 3.3. Para hacer un cumplido a alguien por poseer alguna habilidad puedes decir: «¿Sabes?, eres muy bueno en inglés», y lo mismo con las matemáticas, bailando, cantando, en un juego, en el deporte...

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 21. Halagar a los demás

1. Practique los pasos indicados en la ficha «Halagar a los demás» con juegos de simulación. Se recomiendan las siguientes situaciones:
 - 1.1. Forme un pequeño grupo en el que cada uno tenga que decirle un cumplido a quien se siente a su izquierda hasta dar una vuelta completa. Cambie el tipo de cumplidos que deben decirse unos a otros, que pueden ser sobre el aspecto físico, destrezas o comportamiento.
 - 1.2. Diga un cumplido de manera sincera, y otro de manera hipócrita cambiando el tono de voz, y después, pregunte al grupo si pueden diferenciarlos entre sí. Es aconsejable que no dirija los cumplidos a nadie del grupo para evitar así herir sensibilidades.
2. Anime a los niños a que halaguen a los demás cuando estos hayan conseguido algo, cuando tengan un nuevo corte de pelo o un nuevo *look* o cuando hayan hecho un buen trabajo.
3. Incite a los niños a que practiquen esta habilidad sin darse cuenta. Dígales o muéstreles que ha cambiado de ropa o de corte de pelo, o enséñeles alguna habilidad propia, y recuérdelos que pueden halagarle y que con eso se sentirá mejor.
4. Recompense a los niños cada vez que halaguen a los demás.
 - 4.1. Felicítelos cada vez que halaguen o intenten halagar de forma correcta.
 - 4.2. Evite los premios materiales, ya que el niño que recibe el cumplido no lo verá como sincero si el niño que se lo hace recibe una recompensa por ello.

FICHA 22
Ten Cuidado Al Dialogar (T.C.A.D.)

Tono de voz alegre: Usa un tono de voz alegre y moderado cuando tengas una conversación. No grites ni hables en voz baja.
Contacto visual: Mira a los ojos cuando hables o escuches a alguien.
Alternancia: Habla y escucha. Respeta los turnos en la conversación.
Distancia: Mantén una distancia de aproximadamente un brazo con las personas con las que hables. No invadas el espacio de los demás acercándote demasiado al hablar.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 22. Ten Cuidado Al Dialogar (T.C.A.D.)

1. Para aquellos niños con una buena memoria verbal, recordar la frase "**T**en **C**uidado **A**l **D**ialogar" puede servir como truco mnemotécnico para recordar las cuatro habilidades más importantes a la hora de mantener una conversación. Cada una de las iniciales de los cuatro elementos que forman la frase corresponden a una habilidad detallada en otros capítulos del libro. Por ejemplo, la **T** de "ten" sirve al niño para recordar el TONO DE VOZ (ficha 3) que debe utilizar; la **C** de "cuidado" recuerda al niño que debe mantener "contacto visual" con la persona con la que hable (el contacto visual se trata en la ficha 2, SABER ESCUCHAR). La **A** de "al" sirve al niño para recordar la palabra "alternancia", como parte de la ficha 8, HABLAR POR TURNOS y la **D** de "dialogar" sirve al niño para recordar "distancia", es decir, que debe RESPETAR EL ESPACIO DE LOS DEMÁS (ficha 1).

2. Haga juegos de simulación para cada una de las habilidades:

2.1. **Tono de voz alegre** (véase ficha 3. TONO DE VOZ)

Se recomienda grabar al niño para que pueda escuchar su voz al usar los diferentes registros.

- (1) Voz "de exteriores" (volumen alto) frente a voz "de interiores" (volumen bajo).
- (2) Voz enfadada, en lugar de voz agradable.
- (3) Habla con un ritmo demasiado rápido o demasiado lento que no sea el apropiado.

2.2. **Contacto visual** (véase SABER ESCUCHAR)

- (1) En clase, mantén el contacto visual con el profesor.
- (2) Cuando hables con alguien, mantén el contacto visual.
- (3) Mantén el contacto visual cuando saludes o te despidas.

2.3. **Alternancia** (véase ficha 8. HABLAR POR TURNOS)

- (1) Haga juegos de simulación en los que intercambie saludos (por ejemplo, diga «Hola» y pida al niño que le devuelva el saludo).
- (2) Practique las frases para iniciar una conversación (por ejemplo, pregunte al niño qué hizo el fin de semana e incítelo a que le devuelva la pregunta).
- (3) Cuente lo que va a hacer después del colegio e incite al niño a que le cuente lo que va a hacer él.

2.4. **Distancia** (véase ficha 1. RESPETAR EL ESPACIO DE LOS DEMÁS)

- (1) Alterne situaciones en las que esté demasiado cerca y demasiado lejos de su interlocutor. Haga que los niños le digan cuándo están manteniendo la distancia adecuada y cuándo no.
 - (2) Muéstreles la distancia correcta e incorrecta al saludar.
 - (3) Muéstreles la distancia correcta e incorrecta cuando hable de lo que hizo el fin de semana pasado.
 - (4) Muéstreles la distancia correcta e incorrecta cuando hable de los planes que tiene para después de clase.
3. Utilice un juego para preguntarle a los niños qué significa cada letra y para que den ejemplos. Por ejemplo, pregúnteles qué significa la "T" de T.C.A.D. y pídeles que le den ejemplos. Déles fichas o billetes de mentira cada vez que den una respuesta correcta. Asegúrese de que todo el mundo responde y gana un premio.
4. Incite a los niños a practicar esta habilidad sin darse cuenta, es decir, haga algo que requiera que los niños demuestren que han entendido la habilidad.
- 4.1. Cambie el volumen de voz, deje de mantener el contacto visual, acérquese demasiado o no respete el turno de los demás al hablar. Pídale al niño que enumere las cosas que ha hecho mal.
 - 4.2. Pregúntele qué ha hecho esa semana o use cualquier otra frase para empezar la conversación. Mire al niño como si estuviera esperando que le preguntara algo. Si el niño olvida hacerle una pregunta en su turno, incítelo a hacerlo.
5. Recompense a los niños cada vez usen las habilidades representadas en la ficha «Ten Cuidado Al Dialogar».
- 5.1. Felicítelos cada vez que cada vez que usen o intenten utilizar el tono de voz correcto, mantengan el contacto visual adecuado, respeten los turnos de palabra y mantengan la distancia apropiada.
 - 5.2. Déles una ficha, una moneda o puntos cada vez pongan en práctica estas habilidades. Cuando uno de ellos consiga un número determinado de puntos o monedas, déle un premio especial (por ejemplo una golosina, una pegatina o la posibilidad de jugar a un juego especial).

FICHA 23

MÁS PIPAs. Indicaciones para mantener una conversación

<u>M</u>omento oportuno:	El momento apropiado para comenzar una conversación es cuando la otra persona no está hablando o cuando se produce una pausa en su conversación.
<u>S</u>aludo:	El saludo es lo primero que se le dice a alguien para comenzar una conversación. Hola. ¿Qué hay? ¿Qué tal? ¿Cómo estás?
<u>P</u>regunta <u>I</u>nicial:	Una pregunta inicial es la que se pregunta a una persona para comenzar una conversación sobre algún asunto en particular. ¿Cómo fue tu ...? ¿Qué estás ...? ¿Qué vas a hacer...?
<u>P</u>reguntas <u>A</u>dicionales:	Estas son las preguntas que se hacen para obtener más información sobre un tema y para continuar la conversación. ¿Quién...? ¿Qué...? ¿Qué más...? ¿Dónde...? ¿Cuándo...? ¿Cómo...? ¿Por qué...?

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 23. MÁS PIPAs. Indicaciones para mantener una conversación.

1. A aquellos alumnos que tienen una buena memoria, la expresión «MÁS PIPAs» (**M**omento oportuno, **S**aludo, **P**regunta **I**nicial, **P**reguntas **A**dicionales) puede ayudarles a recordar algunas habilidades importantes relacionadas con mantener una conversación. Todas las habilidades reflejadas en esta expresión mnemotécnica aparecen como habilidades independientes y se tratan con más detalle en otros capítulos de este libro. Por ejemplo, “Momento oportuno” está relacionado con la ficha 5, CUÁNDO Y CÓMO INTERRUMPIR. La habilidad “Saludo” está recogida en la ficha 4, SALUDOS. En la ficha 9, CÓMO EMPEZAR UNA CONVERSACIÓN se tratan con más detalle las “Preguntas iniciales”, mientras que las “Preguntas adicionales” se ven con más detalles en la ficha CÓMO MANTENER UNA CONVERSACIÓN. La decisión de enseñar estas habilidades por separado o todas juntas usando la expresión «MÁS PIPAs» se debe basar en la memoria verbal del alumno y su capacidad para servirse de reglas mnemotécnicas que guíen su conducta.
2. Juegos de simulación en los que se practique cada habilidad por separado.

2.1. Momento oportuno

- (1) Muestre que no es conveniente interrumpir una conversación diciendo «¿Qué tal estáis?». Es mejor esperar a que haya una pausa en la conversación.
- (2) Muestre que no es conveniente ponerse a hablar con alguien que está muy ocupado trabajando. Es mejor esperar hasta que la persona haya acabado o preguntarle si es un buen momento para hablar.

2.2. Saludo

- (1) Juego de simulación para comenzar una conversación con alguien que ves por primera vez durante el día sin decir hola.

2.3. Pregunta inicial

- (1) Juego de simulación para comenzar conversaciones sobre el pasado, presente y futuro (véase ficha 9, CÓMO COMENZAR UNA CONVERSACIÓN para practicar otros juegos de simulación).
 - ? Pregunte a la persona con la que quiere hablar lo que hizo ayer, el fin de semana o la semana pasada. Pregúntele qué está haciendo, comiendo, jugando, leyendo o viendo.
 - Pregúntele qué va a hacer después del colegio, mañana, el próximo fin de semana o durante las vacaciones.

2.4. Preguntas adicionales para continuar la conversación

- (1) Juego de simulación para continuar una conversación con preguntas y comentarios sobre el tema en cuestión (véase CÓMO MANTENER UNA CONVERSACIÓN para practicar más juegos de simulación).
 - (2) Haga como si estuviera entrevistando a una persona famosa y hágale preguntas para continuar la conversación.
 - (3) Introduzca alguna cosa en una mochila y haga que los alumnos adivinen qué es lo que ha metido haciendo preguntas.
 - (4) Juego de simulación de las conversiones típicas del colegio y de casa. Pregunte a los alumnos qué hicieron ayer, el fin de semana o la semana pasada. Pregúnteles qué están haciendo, comiendo, jugando, leyendo o viendo. Pregúnteles qué quieren hacer después del colegio, mañana, el próximo fin de semana o durante las vacaciones. Haga que la conversación continúe con preguntas adicionales.
3. Pregunte a los alumnos qué significa cada letra mayúscula de la expresión «MÁS PIPAs», como si fuese un concurso de televisión. Por ejemplo, pregúnteles qué significa la **M** y pida que pongan un ejemplo de cada habilidad representada en la expresión. Déles fichas o billetes de mentira cada vez que contesten bien. Asegúrese de que todo el mundo responde y gana un premio.
 4. Incite a los alumnos a practicar la habilidad sin darse cuenta de forma que hagan algo que demuestre que han comprendido bien estas habilidades. Comience una conversación con el alumno y espere a que él le haga preguntas. No dirija la conversación haciendo preguntas solamente usted; haga pausas hasta que el alumno le haga preguntas. Si fuera necesario, incítelo a continuar la conversación con preguntas o comentarios.
 5. Recompense a los niños cada vez que utilicen de forma adecuada las habilidades representadas en la ficha 23.
 - 5.1. Elogie a los alumnos cuando utilicen de manera correcta o parcialmente correcta las preguntas correspondientes a los pasos explicados en esta ficha: Momento oportuno, Saludo, Pregunta Inicial y Preguntas adicionales para continuar la conversación.
 - 5.2. Déles una ficha, céntimos o puntos cuando utilicen estas habilidades. Cuando uno de ellos consiga un número determinado de fichas o puntos (por ejemplo, cinco fichas), recompénsele con un premio (una chocolatina, unas pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego especial).

EN JUEGOS

FICHA 24

Preguntarle a alguien si quiere jugar contigo

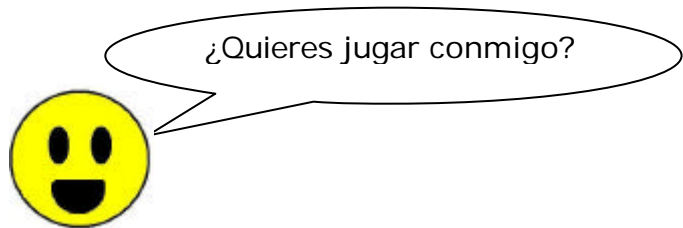
1. Decide si quieres jugar con alguien.
2. Piensa en algo a lo que apetezca jugar y que le pueda gustar a los demás.



3. Acércate a la persona con la quieres jugar.
4. Espera una pausa en la conversación o a que te miren.



5. Pregunta: «¿Quieres jugar conmigo?»



6. Si te dicen que no, pregúntale a otra persona o elige otro juego.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 24. Preguntarle a alguien si quiere jugar contigo.

1. Practique los pasos explicados en la ficha 24, PREGUNTARLE A ALGUIEN SI QUIERE JUGAR CONTIGO con juegos de simulación como los siguientes:
 - 1.1. Es la hora del recreo y nadie ha empezado a jugar. Haga que el niño tome la iniciativa para jugar con alguien. Haga que el receptor de la pregunta acepte y, algunas veces, haga que se niegue para que el niño recuerde que puede invitar a otra persona a jugar o elegir otro juego.
 - 1.2. Póngalo en una situación en la que nadie quiera jugar a nada con él, de forma que deba pedir ayuda al profesor, en lugar de enfadarse con sus compañeros, algo que pondría en peligro su amistad con los demás.
 - 1.3. Haga como si hubieran quedado en casa de alguien para jugar. Represente una situación en la que se seleccionan juegos que les gustan mucho a los otros niños y otra en la que los juegos no le gustan a los otros niños. Así resaltará lo importante que es elegir juegos que les gusten a los demás.
 - 1.4. Los niños están ocupados leyendo o acabando sus deberes en clase. Represente que está esperando a que terminen su trabajo para invitarlos a jugar, en lugar de preguntarles si quieren jugar mientras están trabajando.
2. Incite a los niños a practicar esta habilidad sin darse cuenta. Es decir, haga algo que requiera que el niño empiece a jugar. Por ejemplo, juegue a algo que le encante al niño, sin invitarlo a jugar. Si él no se decide a preguntar si puede jugar, incítelo a que lo haga. Diga, por ejemplo «Si quieres jugar, invítame a jugar a ese juego contigo».
3. Corrija las formas inapropiadas de preguntarle a los demás si quieren jugar, como exigir a los demás que jueguen o insistir en jugar a algo que no le guste a los otros niños. Además, anime a aquellos niños que no se atreven a preguntar a sus compañeros si quieren jugar con ellos.

NOTA IMPORTANTE: Si quiere animar a los niños tímidos a que inviten a otros niños a jugar, haga que se dirijan a niños a los que previamente haya instruido para que acepten dicha invitación (Consulte el capítulo 9 para ver cómo instruir a los compañeros del niño con SA).
4. Recompense las formas apropiadas de PREGUNTAR A ALGUIEN SI QUIERE JUGAR.
 - 4.1. Elogie a aquellos alumnos que realicen los pasos de la ficha 24 de forma correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Déles fichas, monedas o puntos cada vez pregunten a alguien si quiere jugar. Cuando obtengan una cantidad determinada de fichas

(p.ej., cinco), déles una recompensa especial (p.ej., golosinas, pegatinas o la posibilidad de jugar a algo especial).

FICHA 25
Unirte a otros niños que están jugando

1. Acércate a niños que estén jugando, por ejemplo, al fútbol.
2. Espérate a que hagan una pausa o a que te miren. Deberás acercarte más y levantar la mano para que te miren.



3. Di algo agradable sobre el juego.



4. Pregunta si puedes jugar tú también.



5. Si te dicen que no, pregunta a alguien distinto.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 25. Unirte a otros niños que están jugando

1. Represente los pasos para «Unirte a otros niños que están jugando». Puede simular las siguientes situaciones:
 - 1.1 Dos niños están jugando en el recreo, por ejemplo, al fútbol, y un tercero quiere unirse a ellos. Haga que los niños acepten unas veces, y otras no, para que el niño recuerde que puede dirigirse a otros niños y preguntarles si puede jugar.
 - 1.2 Unos hermanos invitan a sus amigos a jugar. Haga que el estudiante les pregunte si se puede unir.
 - 1.3 Unos compañeros están jugando con un profesor. Haga que el alumno pregunte si se puede unir.

2. Incite al alumno a usar la habilidad sin darse cuenta. Esto significa hacer algo que empuje al alumno a pedir que lo dejen jugar a algo. Por ejemplo, juegue a un juego que le encante al niño en cuestión, pero no le pregunte si quiere participar. Provoque que el niño pida permiso para jugar o espere a que lo haga.

3. Corrija modos inapropiados de unirse al juego, como ponerse a jugar sin pedir permiso y empezar a disponer en él. Anime a aquellos niños que no se atreven a preguntar a sus compañeros a que lo hagan.

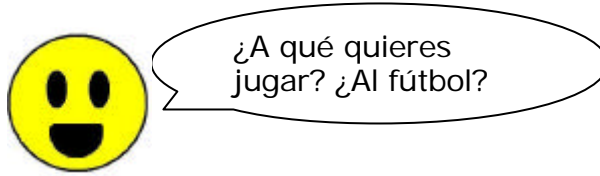
NOTA IMPORTANTE: Si quiere animar a los niños tímidos a que se unan al juego, haga que se dirijan a niños a los que previamente haya instruido para que los acepten en el juego (Consulte el capítulo 9 para ver cómo instruir a los compañeros del niño con SA).

4. Recompense a los alumnos que se unan a otros en el juego de forma apropiada.
 - 4.1. Elógielos cuando se unan a otros en el juego de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que el alumno se una a otros niños para jugar. Cuando consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles un premio especial, por ejemplo, chucherías, pegatinas o la posibilidad de participar en un juego especial.

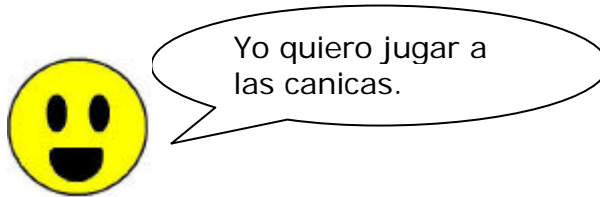
FICHA 26

Llegar a un acuerdo

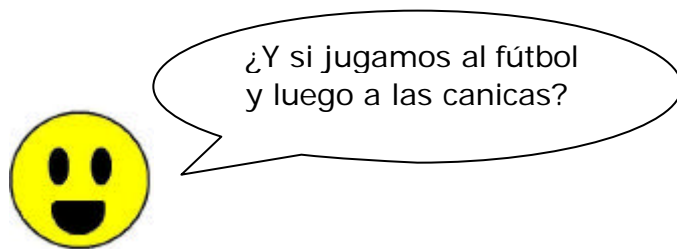
1. Entérate de lo que la otra persona quiere hacer.



2. Dile a la otra persona lo que quieres hacer.



3. LLEGA A UN ACUERDO: Propón hacer algo de lo que la otra persona quiere y algo de lo que tú quieres hacer.



4. No exijas que se haga sólo lo que tú quieres.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

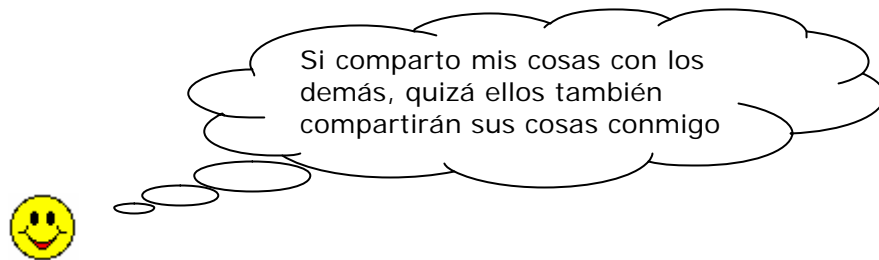
Actividades complementarias

FICHA 26. Llegar a un acuerdo

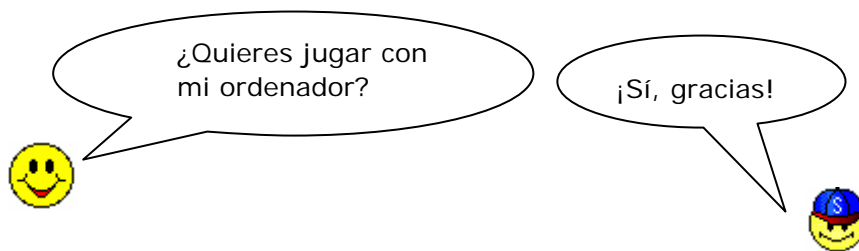
1. Represente los pasos para «Llegar a un acuerdo» en las siguientes situaciones:
 - 1.1 Dos niños quieren jugar con el mismo juguete.
 - 1.2 Dos niños van a jugar juntos, pero quieren jugar a cosas diferentes.
 - 1.3 Unos hermanos que discuten porque quieren ver cosas distintas en la televisión.
 - 1.4 Dos niños quieren el último trozo de tarta.
2. Incite al alumno a practicar la habilidad sin darse cuenta. Esto significa hacer algo que requiera que el alumno llegue a un acuerdo con otros compañeros. Por ejemplo, diga intencionadamente que quiere hacer algo diferente a lo que quiere el alumno y añada: «Me pregunto si podríamos llegar a un acuerdo».
3. Reprenda al alumno que exige que se haga lo que él quiere. Haga que el niño proponga una solución de compromiso entre las distintas opiniones.
4. Recompense a los alumnos cuando lleguen a un acuerdo de forma apropiada.
 - 4.1 Elógielos cuando lleguen a un acuerdo de forma correcta o casi correcta.
 - 4.2 Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que el alumno llegue a un acuerdo. Cuando haya alcanzado un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles un premio especial, por ejemplo, chucherías, pegatinas o la posibilidad de participar en un juego especial.

FICHA 27 Compartir

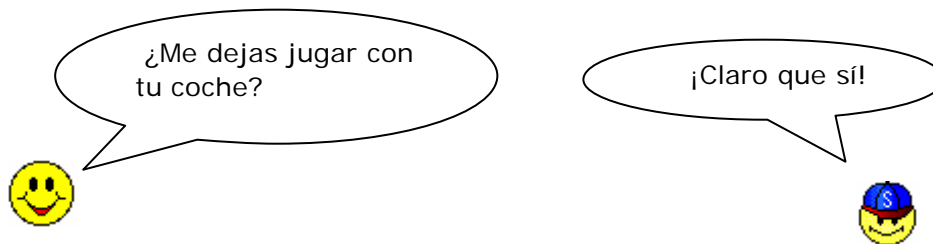
1. Si compartes tus cosas con los demás, ellos lo harán contigo.



2. Proponle a alguien que utilice algo tuyo.



3. Pregunta a los demás si puedes usar algo suyo, en lugar de cogerlo directamente



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 27. Compartir

1. Represente una situación en la que haya que «Compartir» como las siguientes:
 - 1.1. Dos niños (compañeros o hermanos) quieren jugar con el mismo puzzle o con el mismo juguete en clase o en casa.
 - 1.2. Un niño quiere jugar con un juguete de otro niño en casa o en el colegio.
 - 1.3. Alumnos (o hermanos) deben hacer una manualidad con materiales comunes, de manera que tengan que compartirlos.
 - 1.4. En el recreo, hay un alumno que no tiene merienda.

2. Incite al alumno a usar la habilidad sin darse cuenta.
 - 2.1. Mande a los alumnos (o a sus hijos) que hagan un trabajo manual sin darle a cada uno materiales por separado. Disponga sólo de un juego de rotuladores, un bote de pegamento, etc., de forma que tengan que compartir.
 - 2.2. Reparta chucherías y haga como si se acabaran, para forzar a los alumnos a compartir con los demás. En caso de que no compartan, tenga chucherías suficientes a mano.

3. Intente convencer a los niños para que compartan, reprendiendo a los que no lo hagan. Algunos niños comparten las cosas con más facilidad cuando se les dice que van a compartir sus cosas o juguetes sólo durante un tiempo y que se les devolverán después.

4. Recompense a los alumnos que compartan.
 - 4.1. Elogie al niño que comparta de buen grado (o casi de buen grado).
 - 4.2. Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que el alumno comparta con los demás. Cuando este consiga un número determinado de fichas (por ejemplo, cinco) déle un premio, como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego especial.

FICHA 28 Turnarse

1. Turnarse significa esperar a que otras personas terminen de jugar con algo. Luego, mientras tú juegas, ellos tendrán que esperar.

NO ES MI TURNO



AHORA ME TOCA A MÍ



2. Puede que tengas que esperar, pero si sabes tener paciencia, ganarás amigos.

Decidir quién es el primero

1. Lee esta ficha para decidir quién es el primero en jugar con algo.
2. Elige una de las siguientes opciones para decidir quién va primero:
 - 2.1 Si sois dos personas, juega a «Piedra, papel o tijeras». En este juego, ambos participantes forman una piedra, papel o tijera con su mano derecha por detrás de la espalda (piedra=puño cerrado; papel=mano extendida; tijera=dedos. Después de decir «piedra, papel o tijeras, una, dos y tres, ¡ya!» enseñan la mano los dos al mismo tiempo. La piedra gana a las tijeras, las tijeras al papel, y el papel a la piedra.
 - 2.2. Juega a «Pares o nones». Este juego es apropiado para dos personas. Para empezar a jugar, uno de los jugadores escoge “pares” y otro “nones”. Con una mano a la espalda cuentan hasta tres y la sacan con cualquier número de dedos extendidos manteniendo el resto plegados. Se suman los dedos. Si el resultado es impar, gana el que lleva “nones”. Si es par, gana el que llevaba “pares”.
 - 2.3. «Cara o cruz». Una persona elige cara o cruz mientras la moneda está en el aire.
 - 2.4. Juega a «Pinto, pinto, gorgorito, ¿dónde vas tú, tan bonito? Voy a casa de mi abuela, pin, pon, fuera». Alguien va señalando a todos los jugadores uno a uno mientras se dice cada palabra y la persona a la que se señala cuando se dice la última palabra (*fuera*) va primero.

3. La próxima vez que juegues a algo, que no te importe que alguien juegue antes. Si esperas tu turno, esa persona estará contenta y querrá jugar contigo.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias FICHA 28. Turnarse

1. Represente una situación en la que haya que «Turnarse». Los niños pueden decidir entre dejar a los demás ser los primeros o bien decidirlo de un modo justo (véase DECIDIR QUIÉN ES EL PRIMERO). Se sugieren las siguientes posibilidades:
 - 1.1. Dos o más niños quieren usar el único ordenador disponible en casa o en la escuela.
 - 1.2. Dos o más niños quieren montarse a la vez en un columpio que es para una sola persona.
 - 1.3. Los niños tienen que decidir quién será en primero en un juego de mesa. Después tendrán que decidir qué color quieren para jugar (véase DECIDIR QUIÉN ES EL PRIMERO).
 - 1.4. Represente las situaciones anteriores pero esta vez haga como si fuera otro día, y la persona que fue primero el día anterior, ahora debería ir en segundo o último lugar.
2. Incite al alumno a usar la habilidad sin darse cuenta. Diga que quiere algo que ha visto y que el alumno está a punto de pedir. De este modo, el alumno se verá obligado a respetar turnos. Diga que quiere ser el primero o que quiere la parte del juego que todos los niños quieren, de forma que se pueda poner en práctica uno de los métodos indicados para decidir quién va primero.
3. Corrija a aquellos niños que se niegan a turnarse con los demás. Recuérdeles que dejar a los demás en primer lugar es algo temporal y que ellos podrán jugar más tarde o ser los primeros la próxima vez.
4. Recompense a sus alumnos cuando se turnen correctamente.
 - 4.1. Elogie al niño que comparta de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que el alumno lo haga bien. Cuando este consiga un número determinado de fichas (por ejemplo, cinco), déle un premio especial, como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego especial.

FICHA 29

Jugar a un juego

1. Averigua las reglas del juego.
 - 1.1. ¿Cuál es el objetivo del juego?
 - 1.2. ¿Cómo se juega?
2. Decidid quién va primero.
 - 2.1. Deja a los demás que vayan primero para hacerte su amigo.
 - 2.2. Echadlo a suertes, por ejemplo, a cara o cruz, con dados o jugando a «Piedra, papel o tijeras».
3. Espera que llegue tu turno en el juego.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 29. Jugar a un juego

1. Represente los pasos necesarios para «Jugar a un juego». Por ejemplo:
 - 1.1. Utilice cualquier juego de mesa para trabajar siguiendo los pasos de la habilidad.
 - 1.2. Haga que los alumnos inventen una nueva regla para un juego determinado y la apliquen a cada turno, hasta obtener una variante de ese juego. Con esto se consigue que los jugadores presten mayor atención a las reglas, al tiempo que adquieren una mayor predisposición a jugar a juegos nuevos. Si lo desea, puede dar ejemplos de reglas nuevas, de forma que tengan un modelo para fabricar las suyas propias. Por ejemplo, se puede jugar al «Pilla-pilla» con varias personas que se la quedan y con varias zonas seguras donde no te pueden pillar. O jugar a las damas de forma normal y también saltando fichas en ángulo recto (damas chinas).
2. Incite a los alumnos a usar la habilidad sin darse cuenta.
 - 2.1. Comience jugando a un juego y no les diga las reglas a los alumnos, a menos que pregunten. Cámbielas continuamente hasta que protesten. Entonces, recuérdelos que sigan las reglas de antes del juego.
 - 2.2. Mientras juegan, insista en ser el primero y, de vez en cuando, hágalo incluso si no es su turno, a menos que alguien proteste. Entoncesanímeles a turnarse de forma justa.
3. Corríjales si no juegan por turnos o si olvidan seguir las reglas.
4. Recompense a los algunos por SEGUIR LAS REGLAS y TURNARSE en el juego.
 - 4.1. Elógielos si juegan de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que un alumno juegue bien. Cuando este consiga un número determinado de fichas puntos (por ejemplo, cinco), déle un premio especial, como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego especial.

FICHA 30 Saber perder

1. Si pierdes, repítete a ti mismo: «Es sólo un juego, otra vez será».
2. Recuerda que, aunque pierdas el juego, puedes ganar una amistad (que es más importante), si muestras buena deportividad.
3. Para mostrar buena deportividad, debes decirle al ganador:
«¡Enhorabuena!», «¡Buen juego!» o «Has jugado muy bien».
4. Estrecha la mano del ganador y ayúdale a guardar el juego en su caja o los materiales.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 30. Saber perder

1. Para enseñar esta habilidad, los padres y los profesores deben exagerar, temporalmente, la idea de que saber perder es estupendo y que ganar no es tan importante. Justo antes del juego, los adultos deberían recordar a los alumnos que están más interesados en que aprendan a saber perder que en que ganen. Mientras juegan, el adulto debe estar pendiente de qué niño va perdiendo y debe recordarle que, si no se enfada, ganará un amigo y quizás reciba una recompensa por no alterarse. El adulto debe mostrar poco entusiasmo cuando alguien gane, y mucho cuando alguien demuestre que sabe perder.
2. Represente los pasos de la ficha 30, «Saber perder». Por ejemplo, escoja juegos de corta duración, de forma que la habilidad se pueda poner en práctica sin tener que esperar mucho tiempo para que termine el juego.
 - 2.1. Juegue con una moneda a «Cara o cruz» o juegue a «Pares o nones» para decidir quién va primero. Al que pierda se le debe enseñar a tener en cuenta los consejos planteados en la ficha «Saber perder». Además, se le debe aplaudir por mantener la calma.
 - 2.2. El «tres en raya» es otro juego breve, adecuado para practicar esta habilidad. Como es un juego para dos personas, los alumnos pueden jugar delante de un grupo mayor. Es obligatorio aplaudir al alumno que pierda y permanezca tranquilo, antes de que pueda enfadarse.
 - 2.3. El «Juego de las sillas» y «Simón dice» son juegos de grupo rápidos y muy apropiados para practicar esta habilidad. Cuando los alumnos pierden y se les recuerdan los pasos de la ficha «Saber perder», se les debe aplaudir mientras se retiran y esperan que comience el siguiente juego. Si un niño se enfada mucho, intente distraerlo en lugar de razonar con él. Con la repetición del juego se lograrán reducir estos arrebatos.
 - 2.4. Para niños mayores (más de 9 años), es conveniente emplear juegos de mesa o deportes. Las habilidades relacionadas con «Saber perder» se pueden utilizar no sólo cuando se pierde un juego, sino también cuando haya indicios de que se va perdiendo (por ejemplo, cuando se falla un disparo, la tirada de los dados es baja, etc.)
3. Incite a los alumnos a usar la habilidad sin darse cuenta, haciendo algo que los lleve a poner de manifiesto si saben perder. Por ejemplo, diga: «Voy a intentar ganarte a este juego para ver si sabes perder. Es mucho más difícil saber perder que ganar este juego. Veamos si puedes hacerlo».
4. Cuando un alumno se enfade al perder, haga que controle su ira siguiendo los pasos explicados en la ficha «Saber perder». Si el alumno

sigue enfadado o muy mal genio, distráigalo con algo (p. ej., aléjelo del juego y entreténgalo con algo nuevo).

5. Ofrezca recompensas a los alumnos que sean buenos perdedores.

5.1. Elogie al niño que se esfuerce por mantener la calma cuando está a punto de perder o ha perdido.

5.2. Conceda fichas, céntimos o puntos cada vez que un alumno acepte haber perdido con deportividad. Cuando este consiga un cierto número de fichas (por ejemplo, cinco) déle un premio especial, como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego especial.

Ficha 31

Saber ganar

1. Si ganas en un juego, también puedes ganar un amigo si eres capaz de mostrar deportividad hacia tus compañeros de juego.
2. Tener *deportividad* quiere decir:
 - 2.1. No fanfarronear ni presumir de que has ganado, ya que esto hace que los demás se sientan mal.
 - 2.2. Saber decir: «Has jugado bien»
 - 2.3. Si alguien se ha molestado por haber perdido, recordarle que sólo se trata de un juego y que quizá gane la próxima vez que juegue.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

Ficha 31. Saber ganar

1. Al igual que en la ficha 30 «Saber perder», es necesario recordar a nuestros alumnos que el objetivo no es ganar el juego sino ganar un amigo. Por tanto, destaque la importancia de esta habilidad para poder ganar amigos mientras juegan.
2. Represente los pasos de la ficha 31, «Saber ganar». Los juegos de simulación que aquí se proponen son los mismos de la ficha 30, «Saber perder», por lo que ambas habilidades deben practicarse a la vez. Escoja juegos de corta duración, de forma que estas habilidades se puedan poner en práctica sin tener que esperar mucho tiempo para el final del juego.
 - 2.1. Juegue con una moneda a «Cara o cruz» o juegue a «Pares o nones» para decidir quién va primero. Al que pierda se le debe enseñar a tener en cuenta los consejos planteados en la ficha «Saber perder», mientras que el ganador debe poner en práctica los consejos de la ficha «Saber ganar». Además, los dos recibirán un aplauso por seguir siendo amigos, por no enfadarse o jactarse de la derrota del otro. Por último, no se debe aplaudir su habilidad en el juego, ya que esta es mucho menos importante que la habilidad para hacer amigos.
 - 2.2. El «Tres en raya» es otro juego breve y muy útil para practicar esta habilidad. Como es un juego para dos personas, los alumnos pueden jugar delante de un grupo mayor. De nuevo, se debe premiar a ambos jugadores por seguir siendo amigos y no fanfarronear ni perder la calma.
 - 2.3. El «Juego de las sillas» y «Simón dice» son juegos de grupo breves, ideales para practicar estas habilidades.
 - 2.4. Para niños de más edad (más de 9 años), es mejor utilizar juegos de mesa o deportes. Las habilidades practicadas con las fichas «Saber perder» y «Saber ganar». se pueden utilizar no sólo cuando se gana o pierde el juego, sino también durante cualquier fase del juego en que sientes que estás ganando o perdiendo el juego (por ejemplo, cuando se falla o se marca un gol).
3. Incite al alumno a practicar la habilidad sin darse cuenta, haciendo que aprenda a ganar siendo agradable con los demás. Así, cuando usted como profesor pierda en un juego, diga al alumno en cuestión: «Eres mucho mejor que yo. Eres el mejor de todos los tiempos. Yo soy muy malo» Intente que el alumno trate de animarle, en vez de jactarse de su victoria.
4. Recompense a los alumnos que sepan ser buenos ganadores:
 - 4.1. Elogie a sus alumnos por esforzarse en saber ganar
 - 4.2. Establezca un sistema por el que se otorguen fichas, puntos o céntimos a los alumnos que sean capaces de saber ganar con

deportividad. Cuando consigan un número determinado de puntos, déle un premio especial: pegatinas, chucherías o la posibilidad de jugar a algo especial.

FICHA 32 Terminar un juego

1. Decide por qué no quieres seguir jugando:
 - 1.1. Porque quieres hacer otra cosa.
 - 1.2. Porque la persona con la que estabas jugando hizo algo que no te gustó.
 - 1.3. Porque no te gusta tu compañero de juego.

2. No dejes el juego a la mitad. Intenta acabar el juego si tu compañero quiere llegar hasta el final.

3. Comunica a tu compañero de juego, de buena manera, por qué ya no quieres jugar más:
 - 3.1. Si quieres hacer otra cosa, di: «Vamos a dejar el juego porque quiero hacer otra cosa».
 - 3.2. Si no te gusta lo que ha hecho, di: «No quiero seguir jugando porque no me ha gustado lo que has hecho».
 - 3.3. Si no te gusta la otra persona, invéntate la excusa de que tienes cosas que hacer. Di: «Tengo que dejar este jugar porque tengo cosas que hacer».

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 32. Terminar un juego

1. Represente los pasos explicados en la ficha «Terminar un juego». A continuación, presentamos diferentes propuestas de juegos de simulación:
 - 1.1. Está jugando a un juego y que está resultando ser aburrido. Pruebe a decirle a tu compañero de juego que quieres jugar a otra cosa, en vez de abandonar el juego.
 - 1.2. Después de estar jugando con alguien, no le apetece seguir jugando. Pruebe a terminar el juego en proceso, diciéndole a su compañero de juego que quieres tomarte un descanso, en vez de abandonar juego sin acabarlo.
 - 1.3. Finja que está jugando a un juego y que uno de los jugadores hace trampas. Pruebe a decirle al tramposo que no quiere seguir jugando, pero no pierda la calma y permanezca sosegado.
 - 1.4. Finja que alguien que no te gusta te ha invitado a jugar. Pruebe a inventar una excusa, como que no te apetece jugar, para así no tener que decirle a esa persona que es santo de su devoción.
2. Intente que sus alumnos eviten los finales abruptos o inapropiados. Haga que inventen una excusa apropiada para terminar el juego.
3. Incite a los alumnos a practicar la habilidad sin darse cuenta. Dígale a sus alumnos que van a practicar su habilidad para poner fin a un juego de forma apropiada. Para ello, haga trampa o proponga juegos que sean aburridos de forma consciente hasta que sus alumnos sean capaces de poner fin al juego de forma correcta.
4. Recompense a sus alumnos por terminar un juego correctamente:
 - 4.1. Elogie a sus alumnos por terminar un juego de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Establezca un sistema por el que otorgue fichas, puntos o céntimos a los alumnos que sean capaces de terminar el juego de forma adecuada. Cuando consigan un número determinado de puntos, déle un premio especial: pegatinas, chucherías o la posibilidad de jugar a algo especial.

PARA HACER AMIGOS Y MANTENERLOS

FICHA 33

Comportamiento en contextos formales e informales

A continuación se ve cómo es necesario cambiar la forma de hablar y de comportarse en función del grado de confianza que se tenga con el interlocutor. Se puede distinguir entre un contexto formal y un contexto informal.

	Contexto formal	Contexto informal
Definición	Muy educado y respetuoso	Informal y relajado
Gente	Gente a la que no conoces bien. Personas que tienen autoridad sobre ti: adultos, padres de otros niños, profesores, el director del colegio, tutores, policía, el jefe.	Los amigos íntimos y los familiares cercanos.
Saludos	«Buenos días, cómo está usted?» «Hola, ¿qué tal?»	«¿Qué pasa?» «¿Cómo va eso?»
Pedir permiso	Pide permiso siempre «¿Puedo marcharme?» «Tengo algo que hacer»	A veces no es necesario que pidas permiso para hacer algo. «Me marcho, que tengo algo que hacer»
Postura para escuchar (véase ficha 2, «Saber escuchar»)	Siéntate derecho. Mira a los ojos de tu interlocutor. No muevas las manos ni los pies. No interrumpas.	Puedes sentarte en una posición más relajada. A veces puedes interrumpir.
Decidir qué hacer	Puedes decirle a la otra persona qué te gustaría hacer, pero si la otra persona tiene autoridad sobre ti, ella será quien decida.	Puedes negociar con tu interlocutor para que ambos podáis conseguir parte de lo que queréis.
Contar chistes o hacer tonterías	No cuentes chistes ni hagas tonterías en las situaciones formales, a no ser que la persona con autoridad lo haga primero.	Puedes contar chistes si tus amigos quieren escucharlos. Puedes hacer tonterías, pero debes parar si tus amigos te piden que no las hagas.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 33. Comportamiento en contextos formales e informales

1. Después de explicar la habilidad, puede repasar las situaciones descritas anteriormente simulando un concurso de televisión como *Saber y ganar*. (véase Capítulo 4). Y así, los alumnos responden por turnos a preguntas sobre el comportamiento que deben tener en diferentes contextos, según sean formales o informales. A continuación, se proponen algunas preguntas para este «concurso»:
 - 2.1. Un alumno ve al director de su colegio en un centro comercial. ¿Cómo debería saludarle?
 - 2.2. Un alumno ve a unos amigos en un centro comercial. ¿Cómo debería saludarlos?
 - 2.3. Un alumno está en clase y quiere beber agua. ¿Qué diría?
 - 2.4. Un alumno está en casa de un amigo porque los padres de este lo han invitado a cenar. ¿Cómo debería preguntar si puede repetir el postre?
 - 2.5. Un alumno está viendo la televisión y comiendo chucherías con unos amigos. ¿Qué debería hacer si quiere más chucherías?
 - 2.6. Representa qué postura debe tener un alumno cuando está en sentado en clase atendiendo a alguien.
 - 2.7. Representa qué postura debe tener un alumno cuando escucha a sus amigos mientras están jugando en el salón de su casa.
 - 2.8. Si un alumno quiere comer pizza y otro, un bocadillo de jamón serrano, y cada uno trae su propio dinero ¿cómo deciden qué es lo que van a comer?
 - 2.9. Los padres de tu amigo te invitan a ver una película en su casa. A la hora de cenar, a ellos les apetece encargarse de una pizza, pero tú quieres canelones. Teniendo en cuenta que los padres de tu amigo pagan, ¿cómo decidís qué vais a comer?
 - 2.10. Hablad sobre a quién podéis contar chistes. Si un profesor cuenta chistes en clase, ¿pueden los alumnos contarlos también? ¿Deben seguir contando chistes si alguien les ha dicho que paren?
2. Corrija niveles inapropiados de informalidad, si se diera el caso. Haga hincapié en las personas que hay en ese contexto y en por qué ese comportamiento no es el adecuado.
3. Ponga a prueba la habilidad. Actúe de manera formal en clase o en casa ante personas desconocidas que le hacen una visita, y después, compórtese de manera muy relajada con gente que conoce en casa o en casa de un amigo. Observe si los alumnos pueden aprender de su comportamiento y usarlo como referencia para determinar su propio nivel de formalidad.
4. Recompense a sus alumnos cuando sepan adaptar su comportamiento a situaciones formales e informales.

- 4.1 Felicítelos cuando su nivel de formalidad sea correcto o parcialmente correcto.
- 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando demuestren el nivel apropiado de formalidad que requiera la situación. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 34

Respetar el espacio personal de los demás

1. La gente tiene derecho a estar sola o a no compartir sus cosas. Si respetas el espacio y las pertenencias de los otros, ellos te respetarán a ti.

2. Respetar el espacio de los demás significa:
 - 2.1. Mantener cierta distancia física con tu interlocutor. Por ejemplo, deja aproximadamente la longitud de un brazo entre él y tú, a no ser que pida que te acerques.
 - 2.2. Permitir que los demás tengan tiempo para ellos.
 - 2.3. Dejar que los demás hablen y hagan cosas con otras personas. Es decir, no les obligues a estar sólo contigo.
 - 2.4. No pedirle a tu interlocutor que te hablen sobre asuntos privados sobre los que no quiera hablar.

3. Respetar las pertenencias de los demás significa:
 - 3.1. No tocar las cosas de los demás, a no ser que nos hayan dado permiso o nos hayan invitado a hacerlo.
 - 3.2. No coger o tomar prestadas las cosas de los demás sin permiso.
 - 3.3. Conservar las pertenencias de los demás limpias y en buenas condiciones cuando te las presten.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 34. Respetar el espacio personal de los demás

1. Después de explicar la habilidad, puede repasar las situaciones descritas anteriormente con un debate (alumnos mayores) o simulando un concurso de televisión como *Saber y ganar*. (véase Capítulo 4). Y así, los alumnos responden por turnos a preguntas en las que deban describir cómo se debe respetar el espacio personal de los demás. A continuación, se proponen algunas preguntas al respecto:
 - 1.1. ¿Qué distancia se debe mantener con los demás cuando se está hablando o jugando?
 - 1.2. Si tus amigos quieren hacer algo solos, pero tú quieres estar con ellos, ¿qué debes hacer y por qué?
 - 1.3. Si le pides a un amigo que vaya contigo y él te dice que no puede porque va a otro sitio con otros amigos, ¿qué debes hacer o decir? ¿Por qué?
 - 1.4. Si le preguntas a un amigo por qué nunca habla de ciertos temas (por ejemplo: sus padres, a qué colegio iba antes, por qué no se cambia en el vestuario, por qué nunca puede salir los sábados) y te dice que no quiere hablar de ello, ¿qué debes hacer o decir? ¿Por qué?
 - 1.5. Si ves las cosas de un amigo y sientes deseos de cogerlas y mirarlas ¿qué debes hacer? ¿Por qué?
 - 1.6. ¿Es correcto coger prestado algo de un amigo sin pedirle permiso? ¿Puede ser correcto hacerlo en alguna ocasión (por ejemplo, si le coges prestado un lápiz)?
 - 1.7. Si coges prestado el reproductor de CD de un amigo y se rompe, ¿qué debes hacer? ¿Por qué?
2. Corrija al alumno cuando invada el espacio privado y personal de los demás.
3. Ponga a prueba la habilidad de que hay que preguntar antes de tocar las pertenencias de los demás. Sitúe intencionadamente objetos atractivos o chucherías cerca de los alumnos y observe si piden permiso antes de coger nada.
4. Recompense a sus alumnos cuando respeten el espacio privado de los demás.
 - 4.1 Felicítelos cuando vea que respetan el espacio personal de los demás.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando practiquen esta habilidad de forma adecuada. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 35
Diferenciar entre un hecho y una opinión (Respetar otras opiniones)

1. Definiciones:

- 1.1. Un hecho es una idea aceptada por todos. Si una persona no está de acuerdo, la idea sería entonces una opinión, y no un hecho.
- 1.2. Una opinión es una idea que no todo el mundo comparte. Las personas tienen diferentes opiniones.

2. Para llevarte bien con los demás:

- 2.1. Expón tus ideas como opiniones, no como hechos.
- 2.2. Respeta el derecho que tienen los demás a tener su propia opinión. Puedes decir: «Bueno, esa es tu opinión, la mía es diferente».
- 2.3. A veces, sé flexible e intenta hacer las cosas a la manera de otros.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 35. Respetar otras opiniones

1. Escenifique los pasos indicados en la página anterior. Los juegos de simulación complementarios se desarrollarán en las siguientes situaciones:
 - 1.1. Inicie una conversación en la que los alumnos hablen sobre sus preferencias en cuanto a comida, televisión o videojuegos. Mientras descubren que sus preferencias difieren de las de otros, enséñelos a respetar los gustos de los demás diciéndoles que respeten los gustos de los demás. Proponga juegos de simulación en los que haya que criticar los gustos de los demás, aunque en este caso y para evitar una pelea, sería conveniente que sólo el educador hiciera las críticas. Por ejemplo, debe enseñarles que no está bien decir cosas como, por ejemplo, «Tu equipo favorito es caca de la vaca» o «Ese videojuego es para nenas».
 - 1.2. Como educador, exponga una opinión que pueda suscitar diversas reacciones o valoraciones por parte de los alumnos. Pídales que digan que respetan el derecho a expresar opiniones con libertad, incluso si no las comparten. Por ejemplo, si a alguien no le gustan las espinacas, dile: «Me encantan las espinacas; son lo mejor que hay». Cuesta más trabajo aceptar los comentarios de los demás sobre religión y política. Simule que le dice a un miembro de un partido político que su partido no es el que mejor se enfrenta a la realidad. Comente que en esta situación hay que mantener la calma y respetar el derecho a expresar nuestra opinión, y luego, dígales cómo pueden mostrar su desacuerdo con algo.
 - 1.3. Haga que cada miembro del grupo, de la clase o en casa, cree nuevas normas para juegos que ya conocían. Que cada vez que jueguen a ese juego apliquen las distintas normas, para que se den cuenta de que hay diferentes maneras de jugar a un mismo juego.
2. Ponga a prueba la habilidad. Comparta opiniones polémicas como las mencionadas anteriormente y haga que los alumnos muestren su respeto por ellas, antes de expresar su desacuerdo con las opiniones de los demás. Igualmente, proponga que se cambie la manera de llevar a cabo una tarea o un juego para ayudar al alumno a ser flexible.
3. Corrija al alumno cuando pretenda que los demás estén de acuerdo con su manera de hacer algo o cuando crea que sólo él tiene derecho a opinar sobre algo.
4. Recompense a sus alumnos que respeten las opiniones de los demás.
 - 4.1 Felicítelos cuando respeten total o parcialmente las opiniones de los demás.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando practiquen esta habilidad de forma adecuada. Cuando obtengan un número determinado de puntos, incentívelos con una recompensa especial

como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 36

Compartir un amigo

1. Algunas veces tus amigos quieren hablar o relacionarse con otros.
2. Si no te enfadas y dejas a tus amigos que hagan lo que quieran, se sentirán a gusto y relajados cuando estén contigo.
3. Si te enfadas cuando tus amigos hablan o se relacionan con otras personas se sentirán incómodos. Entonces, en lugar de querer estar contigo, se sentirán obligados a estar contigo.
4. Decide si quieres un amigo que quiera estar contigo o sólo alguien que se sienta forzado a hacerlo. Los amigos son personas que quieren estar contigo y con las que quieres estar.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 36. Compartir un amigo

1. Esta habilidad se presta más a practicarla como un debate que como un juego de simulación, ya que se pretende que los alumnos distingan entre los verdaderos amigos y las relaciones de amistad forzadas. La siguiente actividad puede ayudar a los alumnos a entender la necesidad de compartir amigos.
 - 1.1. Mantenga a un alumno sentado en una parte de la clase o de casa jugando a un juego muy aburrido con usted. Dígale a otro alumno que le pregunte si quiere jugar a un juego más interesante mientras le dice que él sólo puede jugar con usted. Piense en las pocas ganas que tendrá el niño de jugar con usted en otra ocasión.
 - 1.2. Realice la actividad de nuevo. Deje al alumno que juegue a algún juego con otros niños. Después de un rato, vuelva a él e invítelo a jugar a un juego divertido. Comente las diferencias en cuanto a disposición, entre la segunda vez y la vez que se vio forzado a jugar.
2. Ponga a prueba la asimilación de la habilidad. Cuando el alumno esté jugando con un amigo, intente convencer a su amigo para que juegue sólo con usted. Anime al alumno a presentarle a su amigo y compartir su amistad.
3. Corrija los casos en los que el alumno no quiera compartir a sus amigos. Recuérdele que los amigos pueden volver si les permite que se vayan.
4. Recompense a sus alumnos por compartir a sus amigos.
 - 4.1 Felicítelos cuando practiquen la habilidad de forma total o parcialmente correcta.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando sepan compartir la amistad de un amigo. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 37

Lograr con buenas maneras que te presten atención

1. Cuando la gente te mira y te escucha, está prestando atención a lo que dices.
 - 1.1. Cuando la gente te mira y te escucha y le gusta lo que estás haciendo, llamas la atención de una forma positiva (*atención positiva*). Si logras de buenas maneras que te presten atención, te resultará más fácil hacer amigos y mantenerlos.
 - 1.2. Cuando la gente te mira y te escucha, pero no le gusta lo que estás haciendo, estás llamando la atención de una forma negativa (*atención negativa*). Si te comportas de forma incorrecta para lograr que te presten atención, puedes perder tus amigos.

Buenas maneras

Malas maneras

Escucha a los demás y pregunta sobre qué están hablando.	No acapares toda la conversación. No hables tú todo el tiempo
Comienza una conversación acerca de los gustos de otra persona.	No hables sólo de lo que a ti te gusta.
Haz cumplidos a los demás	No insultes a los demás o hables sobre temas delicados (cosas que hagan sentirse mal a los demás)
Pregunta a qué quieren jugar los demás	No le digas a todos a qué deberían jugar.
Pregunta a los demás si te puedes quedar con ellos. Si te dicen que no, pregunta a otros niños.	No te enfades con los demás si no quieren hablar o juntarse contigo.
No cuentes un chiste a menos que los demás quieran escucharlo. Pregunta: "¿Queréis que os cuente un chiste?"	No cuentes chistes cada dos por tres
Di siempre la verdad.	No te inventes cosas que no son verdad. No intentes conseguir nuevos amigos fingiendo que te has hecho daño.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 37. Lograr con buenas maneras que te presten atención

1. La cantidad de información sobre esta habilidad puede abrumar a alumnos más jóvenes. A veces, es mejor centrarse en un ejemplo de atención positiva y negativa. Si un alumno tiene un problema para atraer la atención y utiliza malas maneras, céntrese en lo que hace mal (por ejemplo, portarse como un gracioso todo el tiempo) y enséñele lo que sí debería hacer. (por ejemplo, preguntar a los otros niños si puede jugar con ellos). Para los alumnos mayores que ya han aprendido las habilidades para iniciar un juego, comenzar conversaciones, evitar hablar sobre temas delicados y hablar sin acaparar toda la conversación, este ejercicio es una buena forma de repasar muchos de aquellos aspectos positivos que facilitan hacer amigos.
2. Tras la enseñanza teórica de las habilidades, simule un concurso de televisión como *Saber y ganar*. (véase Capítulo 4). Los alumnos responderán por turnos a preguntas que los lleve a describir maneras de llamar la atención o de conservar la amistad de sus amigos. A continuación, se proponen algunas preguntas:
 - 2.1. Si logras que te presten atención, ¿significa que les caigas bien? (No, lograr de malas maneras que te presten atención hará que nadie se acerque a ti).
 - 2.2. Si estás todo el tiempo haciéndote el gracioso, ¿le caerás mejor a los demás? (No, si te dicen que dejes de hacerte el gracioso, debes hacerlo para evitar que se aburran contigo).
 - 2.3 Comenta y representa una buena manera de llamar la atención.
 - 2.4 Muestra una mala manera de llamar la atención y di qué deberías hacer en su lugar.
 - 2.5 Muestra otra buena manera de hacer que te presten atención y di qué hiciste.
 - 2.6. Muestra otra mala de llamar la atención y di qué hiciste.
3. Represente buenas y malas maneras de llamar la atención. Los alumnos se pueden ir turnando para mostrar diferentes buenas y malas maneras, mientras el resto del grupo intenta adivinar qué están haciendo. Esta actividad se puede agilizar si se escribe cada manera de atraer la atención en un papelito. Cada alumno puede coger un papelito y representar lo que está escrito.
4. Desvíe las malas maneras de llamar la atención hacia buenas maneras para mantener las amistades. Algunos alumnos necesitarán un sistema concreto que les avise sobre cuándo cometen actos inapropiados para que sepan que cuando lo hagan un número de veces concreto, no podrán salir al recreo o ya no dispondrán de algún privilegio que antes tenían.

5. Ponga a prueba la habilidad simplemente deteniendo la actividad cuando los alumnos comiencen a inquietarse y a hacer el tonto . Recuérdelos que, si paran mantendrán sus amistades.
6. Premie a los alumnos que consigan atraer la atención de los demás con buenas maneras o que eviten las malas maneras para atraerla.
 - 6.1 Felicite a los alumnos que atraigan la atención de los demás con buenas maneras y no se hagan los graciosillos.
 - 6.2 Dé regalos, monedas o puntos si los alumnos llevan mucho tiempo realizando bien la habilidad. y evitando hacerse los graciosillos. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 38

No sermonees a los demás sobre lo que deben hacer

1. No estés siempre diciéndole a los demás lo que deben hacer. Tú no tienes que hacer que cumplan las normas. Si les dictas las normas que deben seguir o les sueltas un sermón, se aburrirán.
2. Sin embargo, hay algunas excepciones en las que sí tienes que decirle a la gente las normas que debe seguir:
 - 2.1. Cuando eres el profesor, el jefe o tienes personas a tu cargo.
 - 2.2. Cuando te preguntan cuáles son las normas.
 - 2.3. Cuando alguien rompe alguna norma y puede crear peligro para él o para los demás.
 - 2.4. Si alguien hace algo para hacerte daño, puedes emplear una frase asertiva en la que expreses tu opinión o tus sentimientos o chivarte.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 38. No sermonees a los demás sobre lo que deben hacer

1. Para los alumnos más pequeños o para aquellos que tengan dificultades de comprensión del lenguaje, quizá sea conveniente enseñarle cuándo hay que decir algo, en lugar de estar siempre diciéndole a los demás lo que deben hacer. Ambas fichas tratan la misma materia pero esta última puede resultar más abstracta. Después de explicar la habilidad, puede repasar las situaciones descritas como si se tratara de un concurso de la televisión como *Saber y ganar* (véase capítulo 4). Los alumnos responden por turnos a preguntas en las que deban discriminar entre dos situaciones diferentes: cuando es preciso que le digan a los demás lo que deben hacer y cuando no lo es. A continuación, se proponen algunas preguntas al respecto:
 - 1.1. ¿Por qué no debes decirle a los demás lo que tienen que hacer?
 - 1.2. Si alguien está comiendo chicle en clase, cosa que va contra las normas de la escuela, ¿qué tienes que hacer? (Seguramente nada. Aunque se rompan las normas, esta situación no crea ningún peligro.)
 - 1.3. Si alguien se pone a dibujar cuando el profesor dice que hay que leer, ¿qué tienes que hacer? (Seguramente nada, porque tú no tienes por qué chivarte de nadie.)
 - 1.4. Si alguien está prendiendo fuego al papel higiénico, ¿qué tienes que hacer? (Díselo a un adulto, porque la situación es peligrosa. Pero no debes dar el nombre del otro chico para evitar enfrentamientos.)
 - 1.5. Se supone que todo el mundo tiene que coger un vaso leche en la cafetería, pero hay alguien que coge dos, ¿qué tienes que hacer? (Si queda para todos, no tienes que hacer nada.)
 - 1.6. Si alguno de tus compañeros te está molestando, susurrándote cuando el profesor habla, ¿qué debes hacer? (Quizá deberías decirle a tu compañero que pare porque te está molestando.)
 - 1.7. Si uno de tus compañeros está molestando a otro, porque le está dando golpecitos en el hombro, ¿qué tienes que hacer? (Quizá nada, porque no es peligroso y no te afecta a ti directamente.)
2. Escenifique situaciones anteriores u otras situaciones reales en las que los alumnos no debían haber dicho a los demás lo que tenían que hacer.
3. Corrija situaciones en las que el alumno se pone a decirle a los demás lo que deben hacer preguntándoles si la situación era peligrosa, si la persona le estaba haciendo daño o si él era el responsable. Si la respuesta es no, entonces dígales que no tienen por qué sermonear a los demás.
4. Ponga a prueba la habilidad. Rompa usted mismo alguna regla que no sea peligrosa delante de los alumnos (por ejemplo, mascar chicle, no seguir las indicaciones).

5. Recompense a sus alumnos cuando sepan controlar sus ganas de decirle a los demás lo que deben hacer.
 - 5.1 Felicítelos cuando lo consigan.
 - 5.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando alguien no cumpla alguna norma y los alumnos sepan cuándo deben actuar o callarse. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o la posibilidad de jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 39 Ofrecer tu ayuda

1. Piensa en las ventajas de ayudar a los demás:
 - 1.1. Los demás pueden ayudarte si tu les ayudas a ellos.
 - 1.2. Los que vean que estás ayudando a los demás pensarán que eres amable y querrán ser tus amigos.
 - 1.3. Puedes sentirte bien contigo mismo siendo útil a los demás.

2. Busca indicios que muestren que los demás pueden necesitar ayuda:
 - 2.1. Tienen problemas al hacer una tarea.
 - 2.2. Tienen problemas para llevar algo que pesa mucho
 - 2.3. Les hace falta un lápiz o una hoja que tu podrías prestarle
 - 2.4. No les hacen caso y necesitan que juegue o hable con ellos.
 - 2.5. Tienen las manos ocupadas y no pueden abrir la puerta

3. Di, «Deja que te ayude», y luego, ayúdales.

4. Si rechazan tu ayuda, no insistas.

5. Ten cuidado y no seas demasiado servicial con los profesores cuando no necesiten tu ayuda porque otros niños pueden enfadarse contigo por intentar ser 'el preferido del profesor'.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 39. Ofrecer ayuda

1. Haga un juego de simulación con las pautas que se han explicado en la página anterior, utilizando las siguientes situaciones o con situaciones que tienen lugar en la vida cotidiana de los alumnos.
 - 1.1. Un compañero de clase tiene problemas con una tarea.
 - 1.2. Un padre o profesor tiene problemas para llevar algo pesado.
 - 1.3. Un compañero de clase necesita un lápiz o una hoja que podrías prestarle.
 - 1.4. Están ignorando a un compañero y necesita que alguien juegue o hable con él.
 - 1.5. Un alumno, profesor o padre tiene las manos ocupadas y no puede abrir la puerta.
 - 1.6. Vuelva a hacer un juego de simulación con alguna de las situaciones anteriores pero haga un cambio: en estas situaciones, la otra persona no quiere su ayuda.
 - 1.7. Haga un juego de simulación en el que continuamente esté ofreciendo su ayuda a un profesor delante de sus compañeros de clase, incluso cuando el profesor no solicita su ayuda. Recuerde al profesor los deberes que mandó y otros trabajos que iba a mandar. Reflexione con los alumnos cómo se sentirán los demás alumnos con este tipo de comportamiento.
2. Anime a los alumnos a ayudar a las personas que puedan sentirse marginadas de un juego o una conversación.
3. Ponga a prueba la habilidad actuando como si necesitara ayuda sin pedirla directamente. Por ejemplo, haga grandes esfuerzos para abrir una puerta con las manos ocupadas o lamentese de que no sabe cómo arreglar algo.
4. Recompense a los alumnos que sean serviciales.
 - 4.1 Felicítelos cuando ayuden a los demás.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando sepan practicar la habilidad de forma adecuada. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 40 Cuándo chivarse

1. Intenta no ser un chivato porque esto puede hacer que otras personas se enfaden contigo.

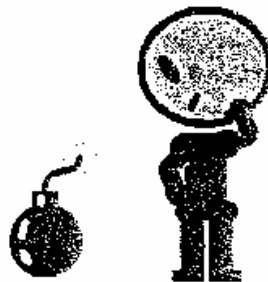


2. Chívate de los demás si:

- 2.1. Siguen molestandote después de haberles dicho que te dejen en paz y de haber hecho caso omiso a sus comentarios.



- 2.2. Los demás hacen algo peligroso que puede dañar a los demás o a ellos mismos.



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 40. Cuándo chivarse

1. Esta ficha es muy parecida a la ficha 38, «No sermonees a los demás sobre lo que deben hacer», aunque normalmente es más apropiada para los niños menores de 8 años. Después de explicar la habilidad, puede simular situaciones que podrían producirse en el aula o en clase, o las que se proponen a continuación. En el caso de niños que pueden imaginar situaciones ficticias, puede repasar las situaciones descritas como si se tratara de un concurso de la televisión como *Saber y ganar* (véase capítulo 4). Los alumnos responden por turnos a preguntas en las que deban discriminar entre dos situaciones diferentes: cuando es preciso delatar a un compañero y cuando no lo es. A continuación, se proponen algunas preguntas al respecto:
 - 1.1. Si alguien te está dando golpecitos con un bolígrafo, ¿qué deberías hacer? (Primero, dile que pare; si no lo hace, entonces puedes chivarte.)
 - 1.2. Si alguien tiene chicle en clase, lo cual va contra las normas del colegio, ¿qué deberías hacer? (Probablemente nada; esta situación no es peligrosa, a pesar de infringir las normas).
 - 1.3. Si alguien dibuja mientras el profesor os ha mandado leer un libro, ¿qué deberías hacer? (Probablemente nada, porque tú no eres un chivato).
 - 1.4. Si alguien te tira papel higiénico en el cuarto de baño, ¿qué deberías hacer? (Dile que pare; si no lo hace, entonces cuéntaselo a un adulto).
 - 1.5. Si se supone que cada alumno de la clase tiene que coger sólo una chuchería en la fiesta de Carnaval, pero alguien coge dos, ¿qué deberías hacer? (Si hay suficientes para todos, entonces quizás no deberías decir nada).
 - 1.6. Si un compañero de clase te está molestando, murmurándote cuando el profesor habla, ¿qué deberías hacer? (Probablemente deberías decirle al compañero que pare porque te está molestando; cuéntalo sólo si no para)
 - 1.7. Si un compañero está molestando a otro, dándole golpecitos en el hombro, ¿qué deberías hacer? (Probablemente nada, porque esto no es peligroso y no te afecta directamente).
2. Corrija situaciones en las que el alumno se chive de algo, y no debería haberlo hecho. Pregúntele: «¿Era una situación de peligro? ¿Te hizo daño esa persona?, ¿Le dijiste que parara?»
3. Ponga a prueba la habilidad incumpliendo normas que no sean peligrosas delante de los alumnos o haciendo algo que los moleste un poco (por ejemplo, mascar chicle o darles golpecitos en el hombro repetidas veces).
4. Recompense a sus alumnos cuando no se chiven a la primera de cambio y sólo lo hagan cuando sea necesario.

- 4.1 Felicítelos cuando lo consigan.
- 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando alguien no cumpla alguna norma y los alumnos sepan cuándo deben callarse o cuándo deben decírselo a alguien con autoridad. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 41

Hay que ser modesto

1. Si eres modesto, consideras tus capacidades buenas, en lugar de excepcionales. Esto quiere decir que no vas por ahí alardeando de tu talento o logros delante de los demás.
2. Piensa en las ventajas que conlleva actuar de forma modesta.
 - 2.1. Cuando una persona es modesta, normalmente se la espeta más.
 - 2.2. Los demás pensarán que eres igual, y no mejor, que ellos, por lo que se sentirán bien cuando estén a tu lado.
3. La gente pensará que eres modesto si...
 - 3.1. Entregas los deberes sin decirle a toda la clase «He hecho todo el trabajo».
 - 3.2. No contestas todas las preguntas que el profesor plantea en clase, sólo algunas.
 - 3.3. Piensas, pero no dices nada, a menos que alguien te pregunte, cuáles son los logros que has conseguido y para qué tienes talento.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 41. Hay que ser modesto

1. Al enseñar esta habilidad, asegúrese de que los estudiantes no comiencen con la autoestima baja. De hecho, pueden mostrarse optimistas sin necesidad de fanfarronear o hablar mal de ellos mismos. Practique la habilidad en las siguientes situaciones o en otras que estén presentes en la vida diaria de los estudiantes:
 - 1.1. Haga que cada estudiante escriba algunos de sus talentos y puntos fuertes, por ejemplo, talento artístico, escolar, deportivo o musical. Haga que practiquen describiendo sus destrezas a otros estudiantes de forma modesta, en lugar de fanfarronear. Corrija a los alumnos que hablen mal de sí mismos.
 - 1.2. Haga como si fuera un estudiante que responde todas las preguntas que se plantean en clase. Comenten qué deben de pensar sobre él sus compañeros de clase.
 - 1.3. Simule que un estudiante está teniendo problemas con sus deberes. Represente que le está prestando su ayuda, pero fanfarroneando, y después, simule que le ayuda con modestia.
 - 1.4. Simule que un estudiante está hablando sobre los problemas que tuvo en cierta ocasión practicando un deporte, tocando un instrumento musical o realizando las tareas de la escuela o del hogar. Muestre cómo podría responder un estudiante de forma fanfarrona, diciendo cosas como «Soy mucho mejor que tú en eso» o «Puedo ayudarte porque soy mucho mejor que tú», en oposición a la forma generosa de ayudar a los demás, diciendo cosas como: «¿Sabes que a mí me ocurrió lo mismo una vez» o «¿Quieres que te ayude con eso?».
2. Corrija comportamientos arrogantes y recuerde a los estudiantes cómo se sentirían si alguien se comporta así.
3. Ponga a prueba la habilidad actuando como si estuviera teniendo problemas con algo que ellos dominan; diga por ejemplo: «Me está costando mucho escribir esto sin faltas de ortografía». Anime a los estudiantes a que ofrezcan su ayuda en vez de fanfarronear.
4. Premie los comportamientos modestos.
 - 4.1. Felicite a los alumnos que sean modestos.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cada vez que sean modestos. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 42

Te gusta alguien y le pides que salga contigo

1. Inicia una conversación informal utilizando la habilidad descrita en la ficha 15, QUÉ LE PUEDES DECIR A ALGUIEN NUEVO PARA CONOCERLO y en la ficha 9, CÓMO EMPEZAR UNA CONVERSACIÓN.
 - 1.1. Piensa en las cosas que tienes en común con esa persona para tratar de encontrar una pregunta que te permita romper el hielo.
 - 1.2. Haz preguntas complementarias (quién, qué, dónde, cuándo, por qué, cómo) y comentarios sobre el tema.
 - 1.3. Preséntate diciendo: «Soy [...], y tú, ¿cómo te llamas?»
2. Antes de pedirle a esa persona que quede contigo, debes haber hablado con ella, al menos, dos o tres veces.
 - 2.1. Averigua si compartís intereses comunes. Por ejemplo, pregúntale: «¿Qué estás estudiando? ¿Qué estás haciendo? ¿Cuáles son tus aficiones?»
 - 2.2. Intenta averiguar de forma indirecta si esa persona está libre. Por ejemplo, si te dice lo que le gusta hacer, podrías preguntarle: «¿Sueles hacer eso con tu familia, con tus amigos o con tu novio?»
 - 2.3. De forma indirecta, intenta averiguar si la persona que te gusta tiene interés en quedar contigo en otra ocasión. Fíjate en si muestra interés por ti: ¿Intenta buscar excusas para irse o, por el contrario, intenta entablar una conversación contigo?
3. Después de varias conversaciones, pregúntale a la otra persona si le gustaría salir contigo.
4. Invítala a un sitio que le guste: a un restaurante, al cine, al parque o a cualquier otro lugar de interés.
5. Recógela o queda con la otra persona donde le venga bien. Sorpréndela con una flor o algún detalle.
6. Paga tú la cena, el cine o la actividad que hagáis, a menos que la otra persona insista en pagar o compartir los gastos.
7. En la cita puedes:
 - 7.1. Decirle a la otra persona que está muy guapa.
 - 7.2. Preguntarle sobre sus gustos, dónde se crió, su trabajo, su colegio, su familia (por ejemplo, preguntarle si tiene hermanos), etc.
 - 7.3. Habla brevemente sobre tus intereses.

Actividades complementarias

FICHA 42. Te gusta alguien y le pides que salga contigo

1. La primera parte de esta habilidad pone en práctica la habilidad descrita en la ficha 15, cuyas actividades y juegos de simulación son relevantes para la ficha 42. Es importante que los estudiantes entiendan que deben conocer un poco a una persona antes de pedirle salir. Pedirle salir a un desconocido puede ocasionar problemas, incluso de tipo legal (acoso).

2. Muchos estudiantes con SA no tienen la oportunidad de tener un compañero sentimental debido a sus problemas con las habilidades sociales. Puede ser útil organizar un debate o elaborar una lista con posibles candidatos que puedan ser receptivos. A continuación, se ofrecen consejos para saber a quién pedirle salir:
 - 2.1. No es apropiado pedirle salir a alguien que trabaje en tu colegio.
 - 2.2. Puede ser productivo pedirle salir a otros miembros del grupo o de una asociación a la que pertenezcas, sobre todo, porque puedes tener experiencias similares o intereses comunes con los demás.
 - 2.3. No es muy recomendable «tirarle los tejos» a alguien que sale con otra persona o que es tan popular que no tiene intención de hacer nuevos amigos.
 - 2.4. Muchos adolescentes chatean con otros adolescentes. Esta puede ser una forma menos estresante de empezar a conocer a alguien porque no es necesario responder de inmediato ni interpretar lenguaje no verbal. Si se contempla la posibilidad de chatear para citarse con otras personas, hay que advertir a los estudiantes sobre lo peligroso que puede ser quedar con un extraño que se ha conocido en Internet. Los padres deberían estar al corriente de que su hijo quiere concertar una cita con alguien que ha conocido en un chat.

3. Dé a los estudiantes una lista con lo que no deben hacer cuando les gusta una persona por las consecuencias legales que esto puede tener. Algunas personas con SA han agobiado o perseguido a las personas por las que sienten atracción por no haber entendido bien las señales no verbales y las indicaciones relacionadas con cómo pedirle salir a alguien. Deje claro que no pueden pedirle salir a alguien repetidamente, si esta última ya ha rechazado su petición. No deben seguir a alguien a todas partes o escribirle notitas de amor, si la persona en cuestión ha mostrado desinterés. Se puede comunicar desinterés hacia otra persona con afirmaciones verbales directas o indicaciones sutiles, tales como poner excusas para no hablar con el estudiante o alejarse cada vez que le ve.

4. Si es posible, forme grupos de edades similares para reuniones sociales, incluyendo grupos de chicos y chicas por separado. En esta situación, los estudiantes tienen la oportunidad de conocer a otros que tienen también necesidades sociales, y por tanto, algunas experiencias comunes. Las

oportunidades para conseguir una cita son a veces mayores en esta situación que en el contexto escolar.

FICHA 43
Lenguaje no verbal: saludar a alguien

1. Si saludas a los demás con el gesto apropiado, no se enfadarán. Un saludo inapropiado hará que los demás se sientan mal.
2. Si estás seguro de que tu forma de saludar es la correcta, pregunta antes de saludar.

Por ejemplo: «¿Puedo darte un abrazo?»

3. En esta tabla aparecen diferentes formas de saludar. Aquellos saludos en los que necesites preguntar primero aparecerán con el signo de interrogación «?»

	MADRE	AMIGO	NOVIO/NOVIA	EXTRAÑO
Palmadita en el hombro	BIEN	BIEN	BIEN	?
Apretón de manos	BIEN	BIEN	BIEN	?
Abrazo	BIEN	?	BIEN	NO
Beso	BIEN	?	BIEN	NO
Palmadita en el trasero	NO	NO	?	NO

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 43. Lenguaje no verbal: saludar a alguien

1. No es conveniente hacer juegos de simulación de esta habilidad porque alguien se puede sentir molesto. La alternativa para repasar esta habilidad es simular un concurso de la televisión como *Saber y ganar* (véase capítulo 4). Los alumnos responden por turnos a preguntas en las que deban decidir si se trata de un gesto es apropiado o no. Por ejemplo:
 - 1.1. Consulte el cuadro de la página anterior y pregunte qué gesto sería apropiado para saludar a cada persona del cuadro. Por ejemplo: "¿puedes estrechar la mano de tu madre?". En caso de duda (signos de interrogación del cuadro), premie a los alumnos que hagan buenas sugerencias.
 - 1.2. Realice de nuevo las preguntas anteriores a cada uno de los estudiantes, pero esta vez pregunte si estaría bien pedir permiso para realizar un saludo en concreto. Por ejemplo: "¿está bien preguntar a un extraño si le puedes dar una palmadita en la espalda?".
2. Considerando los distintos tipos de saludos, pregunte a los estudiantes cómo se sentirían si uno de sus amigos saludara de forma inapropiada a su madre, a su padre, a su hermano o a su hermana. Al conectar la situación con sus vivencias personales, el niño con SA se pone en el lugar de la persona que recibe un saludo inapropiado.
3. Si alguien saluda habitualmente de forma inapropiada y los demás se sienten incómodos y acosados sexualmente, es importante acudir a un psicólogo para que realice un diagnóstico y determine la intervención más adecuada. En algunos casos, puede ser necesario contactar con alguna administración pública de protección del menor.

FICHA 44
Afrontar la presión de los compañeros

1. A veces tus compañeros te piden o te presionan para que hagas algo. ¿Cómo puedes saber si es bueno o malo lo que te están pidiendo?

1.1. **Bueno**, si con ello ayudas a los demás o a ti mismo.

Ejemplo: ser amable con los demás, practicar deporte, hacer los deberes o ayudar a un amigo.

1.2. **Malo**, si con ello te metes en un lío, haces daño a alguien o cuando te dicen que si no lo haces no serán tus amigos.

Ejemplo: Gastarle una broma pesada a alguien, probar drogas o hacer algo peligroso.

2. Si algún compañero te pide que hagas algo malo:

2.1. Mira a la persona a los ojos y mantén la voz firme.

2.2. Di que no y que no vas a hacerlo.

2.3. Pregúntale por qué tienes que hacerlo.

2.4. Márchate.

3. Si no sabes si lo que te está pidiendo es bueno o malo pregúntale a alguien en quien confíes.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 44. Afrontar la presión de los compañeros

1. A menudo, los estudiantes no saben cuándo un compañero está ejerciendo presión positiva o negativa sobre ellos, y el deseo de integrarse con los demás les puede llevar a hacer lo que los demás les piden, aun cuando no están seguros sobre si están actuando bien o no. Además de trabajar con las indicaciones para la aprender la habilidad de la ficha 44, los profesores y padres deben primero tener en cuenta los siguientes aspectos:
 - 1.1. Haga que el estudiante realice una lista con los nombres de compañeros y personas en las que puede confiar y que le pueden aconsejar bien. Estas deberían ser las personas que el estudiante busca cuando un compañero le pide que haga algo, y él no sabe qué hacer.
 - 1.2. Ayude al estudiante a que haga otra lista de personas que se preocupan por él y a los que les cae bien. Ellos no le piden que haga cosas peligrosas o que haga daño a los demás. Explíquele que ellos son sus amigos de verdad y que los que le piden que haga cosas peligrosas o que lastime a alguien a cambio de su amistad no son verdaderos amigos.

2. Practique o simplemente hable sobre situaciones que representen una buena o mala presión de compañeros, así como a quién preguntar si el estudiante no está seguro sobre qué hacer. He aquí algunas sugerencias:
 - 2.1. Un compañero le pide al estudiante que se una a él para robar caramelos de una tienda y luego decir que otros lo han hecho. (Mal)
 - 2.2. Un compañero anima al estudiante a que termine los deberes para luego salir y jugar con él. (Bien)
 - 2.3. Un compañero anima al estudiante a que deje sus tareas para salir y jugar. (Mal)
 - 2.3. Un compañero pide dinero al estudiante a cambio de ser amigos. (Mal)
 - 2.4. Un grupo de compañeros le dicen al estudiante que se comporte como un matón y que desobedezca al profesor para así ser guay y ser aceptado dentro del grupo. (Mal)
 - 2.5. Un compañero anima al estudiante a que continúe practicando un deporte o tocando un instrumento musical. (Bien)
 - 2.6. Un compañero le dice al estudiante que un amigo o amiga suya quiere salir con él o ella y que por tanto le pida salir. (No está claro, debería consultarlo con alguien de confianza)
 - 2.7. Un compañero le dice al estudiante que otro estudiante es tacaño y que evite ser amigo suyo. (No está claro, debería consultarlo con alguien de confianza)

3. Ponga a prueba la habilidad. Diga al estudiante adrede que haga algo que hiera a los demás y ánimelo o espere a que se niegue rotundamente a hacerlo o a que hable con alguien de confianza sobre si debe hacerlo o no.

NOTA IMPORTANTE: realice esto sólo con estudiantes que sean conscientes de que es una situación ficticia y de que se trata de un ejercicio para ponerlos a prueba.

4. Recompense a sus alumnos afronten bien la presión de los demás.
 - 4.1 Felicítelos cuando lo consigan.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cuando no sucumban a la presión negativa de sus compañeros. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 45
Enfrentarse a los rumores y habladurías

1. A veces la gente dice cosas mezquinas sobre otros que son falsas.
2. No creas lo que dicen las malas lenguas de una persona.
 - 2.1. Si no estás seguro de la certeza del rumor, pregúntale a alguien de tu confianza como tu profesor o tus padres. Si temes meterte en problemas, pídele a alguien en quien confíes que te proporcione la información adecuada.
3. No extiendas rumores falsos contándoselos a otros. Puedes hacer que los demás se sientan mal.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 45. Enfrentarse a los rumores y habladurías

1. Los estudiantes con SA a menudo no saben si creer un rumor o no, por tanto pueden necesitar consejos de un amigo o un adulto de confianza. Propóngales que hagan una lista de estudiantes y de personas de confianza para pedirles consejo.
2. Practique o simplemente hable sobre situaciones en las que salgan a relucir diferentes tipos de rumores. Si es posible, utilice situaciones que estén presentes en la vida diaria de los estudiantes frente a las cuales no están seguros sobre si el rumor es cierto o no. Para cada situación, hable sobre cómo se sentirían si se dijeran habladurías de ellos, con lo que se refuerza que no hay que extender rumores. Se sugieren las siguientes situaciones:
 - 2.1. Un compañero le dice a un estudiante que otro lleva pañales.
 - 2.2 Un compañero le dice a un estudiante que su profesor es un alienígena de Marte.
 - 2.3 Un compañero le dice a un estudiante que no habrá clases durante una semana porque el profesor tenía una reunión.
 - 2.4 Un compañero le dice a un estudiante que el profesor bromeaba cuando decía que había un examen al día siguiente.
 - 2.5 Un compañero le dice a un estudiante que va a producirse un atentado terrorista en el colegio al día siguiente.
3. Ponga a prueba la habilidad. Primero diga a los estudiantes que en las próximas horas puede que realicen un ejercicio sobre cómo enfrentarse a los rumores. Poco después, diga a los estudiantes algo falso, pero que no sea peligroso. Por ejemplo, diga que va a ir a la luna al día siguiente. Espere 30 minutos para ver si el estudiante se lo cuenta a los demás o decide pedir consejo para averiguar la autenticidad de lo que ha dicho el profesor.

NOTA IMPORTANTE: realice esto sólo con estudiantes que sean conscientes de que es una situación ficticia y de que se trata de un ejercicio para ponerlos a prueba.
4. Recompense a los alumnos que sepan cómo comportarse ante un rumor.
 - 4.1 Felicítelos cuando lo consigan.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cada vez que practiquen bien la habilidad. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 46
Llamar a un amigo por teléfono

Saluda y di tu nombre: "Hola, soy [...]".

Pregunta por tu amigo. "¿Está [...] ?"

Si tu amigo está en casa	Si tu amigo no está en casa
Di: "Hola, ¿cómo estás?"	Di: "¿Puede darle un recado?"
Explica para qué has llamado: "Quería preguntarte algo". "Quería saber si te apetecía quedar". "Estaba aburrido y me apetecía charlar contigo".	Si te dicen que sí, da tu nombre, tu número de teléfono y el recado que quieras dejar.
Introduce un tema nuevo: "¿Qué te cuentas?" "¿Qué estás haciendo?" "¿Qué vas a hacer [...] ?" "¿Te has enterado de [...] ?" Haz preguntas complementarias y comentarios sobre el mismo tema. Quién, qué, dónde, cuándo, por qué, cómo	"Soy [...] y mi número de teléfono es el [...] . ¿Podría decirle a [...] que lo he llamado?"
Cuando quieras acabar la conversación, espera un momento y luego di: "Bueno, me tengo que ir porque tengo que hacer otras cosas ahora. Me alegro de haber hablado contigo. Hasta luego." Espera a que la otra persona se despida y entonces cuelga.	Di: "Gracias, hasta luego".

Actividades complementarias

FICHA 46. Llamar a un amigo por teléfono

1. Esta habilidad se puede practicar simultáneamente con la ficha «Cómo contestar el teléfono». Proponemos las siguientes situaciones:
 - 1.1 El estudiante le pregunta a alguien cómo lleva un trabajo de clase. Continúan hablando para contarse qué han estado haciendo y sus planes para el fin de semana.
 - 1.2 Un estudiante llama a un compañero de clase simplemente porque está aburrido y quiere ver qué hace su amigo.
 - 1.3 Un estudiante llama a un amigo para pedirle un videojuego.
 - 1.4 Un estudiante llama a un amigo para pedirle un videojuego, pero sólo están sus padres en casa.

2. A menudo, los alumnos con SA lo pasan mal cuando tienen que llamar por teléfono a sus compañeros. Para que les resulte más fácil, pueden empezar escribiendo una carta o un correo electrónico o llamando por teléfono a su educador (psicólogo, profesor, padre o madre), luego, a otro miembro del grupo y finalmente a un compañero que no pertenezca al grupo de habilidades sociales.

3. Ponga a prueba la habilidad. Pida a los estudiantes que decidan qué aperitivo o actividad quieren la próxima vez que se vean y hágalos llamarle por teléfono para que le cuenten lo que han decidido.

4. Recompense a los alumnos que llamen a un amigo por teléfono y lo hagan bien.
 - 4.1 Elogie a los que lo hagan bien o casi bien. Empiece recompensando a los que escriban una carta, un correo electrónico y, por último, a los que llamen por teléfono.
 - 4.2. Déles fichas, monedas o puntos cada vez que llamen a alguien por teléfono. Cuando obtengan una cantidad determinada de fichas (p.ej., cinco), déles una recompensa especial (p.ej., golosinas, pegatinas o permiso para jugar a algo especial).

FICHA 47
Cómo contestar al teléfono

Di: "Dígame"

Pregunta quién es: "¿Con quién estoy hablando, por favor?"

Averigua el motivo de la llamada: "¿Con quién quiere hablar?"

Contigo	Con alguien que está en casa	Con alguien que ha salido	Se trata de un vendedor
Di: "Hola, ¿qué tal? ¿Qué haces?"	Di: "Espera un momento, por favor. Voy a avisarle." Deja el teléfono descolgado.	Di: "Ahora mismo no puede ponerse. ¿Quieres que le diga algo?"	Di: "Lo siento, no me interesa."
Haz preguntas que permitan el desarrollo de la conversación y comentarios sobre el tema del que estéis hablando.	Ve a decirle a la persona que se encuentra en casa que le llama [...]. No le avises gritando.	Di: "Espera un momento a que coja papel y lápiz." Pregúntale el nombre, número de teléfono y lo que quiere que le digas a la persona que no se encuentra en casa.	No le proporciones ningún dato acerca de ti o de tu familia.
Cuando quieras colgar, espera a que haya una pausa en la conversación y entonces di: "Escucha, tengo que irme. Me ha encantado hablar contigo. Nos vemos". Espera a que te digan adiós antes de colgar.	Dale el teléfono a la persona que está en casa.	Repite el mensaje para asegurarte de que es correcto. Di: "A ver si he entendido bien." Si te dice que sí, entonces dile: "Vale, adiós" y espera a que él diga "adiós" antes de colgar.	Di: "Adiós." Después de esto, cuelga el teléfono.

Actividades complementarias

FICHA 47. Cómo contestar al teléfono

1. Esta habilidad se puede practicar simultáneamente con la habilidad “Llamar a un amigo por teléfono”. Se proponen las siguientes situaciones:
 - 1.1 El estudiante responde una llamada de un compañero preguntándole sobre un trabajo de clase. Continúan hablando para contarse lo que han hecho últimamente y los planes que tienen para el fin de semana.
 - 1.2 Un estudiante responde una llamada de un compañero que llamó simplemente porque estaba aburrido.
 - 1.3 Un estudiante responde una llamada de un amigo que llamó para pedirle un videojuego.
 - 1.4 Un estudiante responde una llamada de un adulto que quiere hablar con el padre del estudiante. Practique esto dos veces, una, simulando que el padre está en casa y otra, simulando que no está.

2. A menudo, los alumnos con SA lo pasan mal cuando tienen que hablar por teléfono con sus compañeros. Para que les resulte más fácil, pueden empezar respondiendo a una carta, un correo electrónico o una llamada de su educador (psicólogo, profesor, padre o madre), luego, a otro miembro del grupo y finalmente a un compañero que no pertenezca al grupo de habilidades sociales.

3. Ponga a prueba la habilidad. Diga a los estudiantes que decidan qué aperitivo o actividad quieren la próxima vez que se vean y dígales que les llamará para ver qué han escogido.

4. Recompense a los alumnos que contesten a una llamada de teléfono de forma adecuada.
 - 4.2 Elogie a los que lo hagan bien o casi bien. Empiece recompensando a los que respondan una carta, un correo electrónico y, por último, una llamada telefónica.
 - 4.2. Déles fichas, monedas o puntos cada vez que respondan al teléfono. Cuando obtengan una cantidad determinada de fichas (p.ej., cinco), déles una recompensa especial (p.ej., golosinas, pegatinas o permiso para jugar a algo especial).

HABILIDADES EMOCIONALES

AUTOCONTROL

FICHA 48 Reconocer sentimientos (Aprender a ser consciente de tus sentimientos)

Página de mi diario

Fecha:

Qué ha pasado (puedes dibujar o escribir):

Qué he sentido en ese momento (puedes escribir o dibujar):

Qué he pensado:

Ejemplos:

Lo que pienso de los otros: No era su intención hacer eso. Lo han hecho a propósito. Les caigo bien. No les caigo bien.

Lo que pienso de mí: Me siento bien. Soy raro. Soy un triunfador. Soy un fracasado.

Cómo he abordado ese sentimiento:

Ejemplos: He hablado con un amigo. He hablado con la persona que me estaba molestando. He pedido ayuda. He hecho algo divertido para distraerme y sentirme mejor. He intentado cambiar mis pensamientos.

Actividades complementarias
FICHA 48. Reconocer sentimientos
(Aprender a ser consciente de tus sentimientos)

Algunos niños tienen problemas para reconocer las expresiones faciales, el tono de voz y las situaciones que pueden estar asociadas a diferentes sentimientos o estados de ánimo. Para esos estudiantes, la instrucción directa y la práctica es imperativa. Deberían trabajar todas las actividades que aparecen a continuación hasta que puedan identificar sentimientos de manera consistente.

1. Consulte revistas y corte fotografías de personas en las que muestren emociones básicas, como la felicidad, la tristeza, la locura y el miedo.
 - 1.1 Muestre y explique al estudiante cómo la expresión de la boca, de los ojos, de las cejas y de la postura del cuerpo se corresponden con diferentes sentimientos.
 - 1.2 Tras haber mostrado al estudiante qué buscar en las fotografías, hágale que intente recoger fotografías que se correspondan con sentimientos de felicidad, tristeza, locura y miedo.
 - 1.3 Tras haber trabajado con estos sentimientos básicos, intente avanzar hacia sentimientos menos obvios, como los de orgullo, nerviosismo, culpa, confusión, indignación, sorpresa, etc.
 - 1.4 Haga que el estudiante forme parte de un debate sobre lo que hace que las personas de las fotografías se sientan de tal manera.

2. Ponga fragmentos de vídeos o de programas de la televisión sin sonido y pida a los alumnos que averigüen qué sentimientos aparecen. Es mejor si los tiene grabados, ya que puede parar la imagen para resaltar expresiones faciales y posturas corporales.
 - 2.1 Abra una conversación sobre por qué las personas del vídeo se sienten así.

3. Use un espejo o una videocámara para ayudar al estudiante a ver su expresión cuando representa diferentes sentimientos. A menudo, los niños piensan que plasman un sentimiento de forma precisa, aun cuando sus caras y cuerpos no se corresponden con el sentimiento que quieren expresar. Diga al niño que repita hasta que pueda mostrar sentimientos de forma precisa.

4. Use un termómetro de sentimientos (véase ficha 49) para aprender diferentes palabras que permiten describir gradaciones de emoción. Por ejemplo, feliz puede incluir palabras como "bien" o "bueno" en la parte de temperatura baja, y "emocionado" o "eufórico", en la parte para temperatura alta.
 - 4.1 Rellene un "termómetro de los sentimientos" para expresar felicidad, tristeza, enfado y miedo.

5. Juegue a adivinar sentimientos contando hasta 10:
 - 5.1 Cuente hasta 10 en sucesivos turnos representando un sentimiento diferente en cada turno. Las únicas palabras que utilizará serán las que emplee para contar hasta 10. Hay que adivinar el sentimiento sólo fijándose en las indicaciones no verbales y en el tono de voz.
 - 5.2 Repita esta actividad mientras tapa su cara, de tal modo que los estudiantes sólo podrán adivinar ese sentimiento a partir de su voz.

6. Juegue a adivinar sentimientos mediante actividades:
 - 6.1 Utilice dos tipos de tarjeta: uno que contenga palabras que describan sentimientos, y otro, con actividades varias, como jugar a los bolos, escribir, comer, ver la televisión, etc.
 - 6.2 Un estudiante coge una tarjeta de sentimientos y otra de actividades y tiene que representar la actividad al mismo tiempo que representa el sentimiento.
 - 6.3 Los estudiantes tendrán que adivinar qué está haciendo la persona, qué está sintiendo y por qué se siente así.

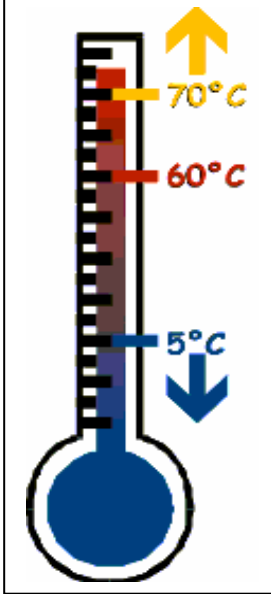
7. Juegue al juego "Frío, frío, caliente, caliente" sin palabras.
 - 7.1 Esconda un objeto en el aula, como una golosina o un regalito, mientras que el estudiante o los estudiantes no estén allí. Cuando vuelvan, díales que tienen que mirarle a la cara para adivinar dónde está el objeto. Ponga una cara más sonriente a medida que se acerquen más al objeto, y una cara más triste o enfadada a medida que se alejen más de él.
 - 7.2 Acostumbre a los estudiantes a que se fijen en la expresión de su cara para encontrar el objeto, y no a que busquen en el aula sin leer el significado de su expresión facial.

8. Juegue a un juego de mesa y dé puntos o turnos extras si los estudiantes identifican correctamente sus sentimientos e intenciones durante el juego.
 - 8.1 Por ejemplo, mientras juegan a un juego de mesa, quítele a los estudiantes las fichas del juego cuando no estén mirando y ponga cara de loco o de juguetón (cara feliz). Cuando se den cuenta, pregúnteles si creen que está jugando (cara feliz) o por el contrario está burlándose de ellos (cara de loco). Asegúrese de que miran a su cara para decidir, en lugar de simplemente probar suerte. Si aciertan su sentimiento, déles un punto o un turno extra. Recuérdeles lo importante que es durante el juego con otros niños determinar si los demás están simplemente bromeando, en oposición a si están tratando de burlarse de ellos.

- 8.2 Mientras juega, enfádese cuando esté perdiendo o haya perdido su turno. Si los alumnos son capaces de reconocer esos sentimientos, déles un punto o un turno extra. Si son capaces de añadir un comentario positivo como «La próxima vez tendrás más suerte» o «Venga, te regalo un turno», déles otro punto más. Recuérdeles que lo importante es ganar amistades con el juego reconociendo los sentimientos de los demás y haciendo que se sientan bien.
9. Ayude a los estudiantes a que escriban un diario sobre lo que les hace felices, lo que les pone tristes, lo que les da miedo, y así, con diferentes sentimientos. Esto servirá de tema de conversación en los grupos de terapia reducidos, tanto de niños como de adultos que padecen SA.
- 9.1 Use el formato «Página de mi diario» para realizar anotaciones sobre sus sentimientos.
- 9.2 Utilice las anotaciones del diario como temas de conversación en los grupos de terapia reducidos. Anime a los miembros del grupo a que sean comprensivos con las anotaciones del diario de otros miembros (véase la habilidad “mostrar entendimiento hacia los sentimientos de los demás”). También anime a los miembros del grupo a poner en común sus estrategias para enfrentarse a las situaciones que describen en sus diarios.

Ficha 49 Termómetro de los sentimientos

1. Pon una etiqueta a cada grupo principal de sentimientos.
2. Escribe ordenadamente de menor a mayor los sentimientos que pertenezcan a cada grupo.
3. Veamos "feliz" como ejemplo. Rellena los espacios para triste, enfadado y asustado.

Feliz		Triste	Enfadado	Asustado
Eufórico		[...]	[...]	[...]
[...]		Contentísimo		[...]
Encantado		[...]	[...]	[...]
[...]		Entusiasmado		[...]
Alegre			[...]	[...]
[...]				
Entretenido	[...]	[...]	[...]	

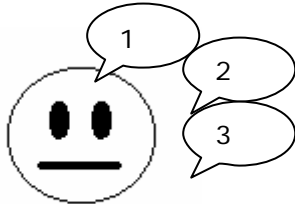
FICHA 50 Mantener la calma

1. Para y cuenta hasta 10.



1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

2. Respira profundamente tres veces.



3. Dile a alguien cómo te sientes



Estoy enfadado porque...

4. Haz algo divertido para sentirte mejor. Juega, lee, dibuja o usa el ordenador.



Actividades complementarias para mantener la calma

Ficha 50. Mantener la calma

1. Existen dos enfoques para canalizar la rabia y el enfado: calmarse cuando está enfadado o evitar enfadarse, enfrentándose a las cosas que nos hacen enfadar. Combine ambos enfoques, proporcionando a los alumnos un procedimiento para cuando estén enfadados, y enséñeles cómo enfrentarse a situaciones normales para que su primera reacción no sea enfadarse.
 - 1.1. La ficha 50 sólo intenta proporcionar a los alumnos una manera de calmarse cuando estén enfadados.
 - 1.2. Enséñeles cómo evitar el enfado enfrentándose a las cosas que les hacen enfadar en primer lugar. Aquí podemos incluir otras habilidades que aparecen en este manual, como CÓMO HACER FRENTE A LOS ERRORES, SABER PERDER, ACEPTAR UN NO POR RESPUESTA, ACTUAR ANTE UNA BURLA y ACEPTAR LAS CRÍTICAS. Debe anticiparse a los problemas que se les pueden plantear y recordarles lo que han de hacer si finalmente se enfadan. Por ejemplo, antes de jugar a un juego debe decirles: “puede que perdáis, pero si lo hacéis no os enfadéis; podéis ganar un amigo o un premio si reaccionas de forma correcta cuando pierdes en un juego.
2. Siga los pasos de la ficha 50. Estas clases prácticas deben llevarse a cabo con frecuencia (por ejemplo, diariamente), cuando el alumno no esté enfadado, para asegurarse de que este sea capaz de seguir los pasos para calmarse cuando esté enfadado. Se proponen las siguientes situaciones ficticias:
 - 2.1. Fingir que el alumno no puede conseguir algo que quiere, por ejemplo, un juguete, unas golosinas o la autorización para hacer algo.
 - 2.2. Fingir que el alumno debe dejar de jugar a algo que le gusta, por ejemplo, debe dejar de jugar al ordenador o apagar la televisión para ir a cenar.
 - 2.3. Fingir que el alumno ha roto uno de sus objetos favoritos, por ejemplo un juguete, un juego o el reproductor de vídeo.
3. Ponga a prueba la habilidad. Haga algo con lo que el alumno deba mostrar su capacidad para calmarse. Por ejemplo, haga que el niño se enfade cuando se le niega algo que quiere. Ayúdelo a calmarse o espere a que lo haga. Haga esto sólo cuando el alumno haya aprendido a calmarse y asegúrese de que plantea situaciones que sólo lo enfadan parcialmente. Por ejemplo, si el alumno no suele enfadarse cuando le dicen que no puede ver la televisión, elija esta situación para practicar. Plantee situaciones que le hagan enfadarse más, conforme la respuesta del alumno vaya mejorando.

4. Intente distraer a los alumnos cuando estos estén demasiado enfadados como para escucharle. No ceda si tienen un berrinche porque quieren un objeto o realizar una actividad particular, sino que intente distraerlos con otra actividad y cambie el entorno físico, por ejemplo aléjelos de la persona o cosa que les hace enfadar.
5. Conceda recompensas cuando consigan MANTENER LA CALMA, por ejemplo:
 - 5.1. Felicítelos cuando mantengan la calma total o parcialmente.
 - 5.2. Déles premios o recompensas como céntimos o puntos cada vez que mantengan la calma o cuando estén un tiempo sin enfadarse. Cuando consigan un número determinado de premios, por ejemplo, cinco, déle una recompensa o premio de carácter especial (una bolsa de patatas, pegatinas o permiso para jugar a un juego especial).

FICHA 51
Solucionar los problemas

1. Mantén la calma. Repítete: "Puedo solucionar los problemas si mantengo la calma".

2. Piensa en cuál es el problema.
 - 2.1. ¿Estás frustrado porque no puedes conseguir algo que quieres?
 - 2.2. ¿Estás molesto porque alguien te hizo algo?

3. Piensa en todas las posibles soluciones.

4. Piensa en las consecuencias y el resultado que tendrán las distintas soluciones.

5. Elige la mejor solución.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 51. Solucionar los problemas

1. Enseñar a solucionar problemas conlleva dos grandes pasos: primero, fomentar la motivación de los estudiantes para mantener la calma cuando surge un problema, ya que sólo así estarán motivados para poder solucionarlo; y en segundo lugar, los estudiantes necesitan comprender que, si no muestran su frustración, conseguirán parte de lo que quieren. Las actividades que aparecen a continuación servirán de ayuda en este punto.
 - 1.1. Hable con los alumnos acerca de las ocasiones en las que su enfado les impidió solucionar el problema. Puede preguntarles sobre los comentarios que han escrito en su diario de habilidades sociales o solicitar información de sus profesores o padres. Hágalos entender que, al enfadarse, hacen que la solución del problema llegue más tarde. Enséñeles también cómo deben solucionar el problema. Deben estar convencidos de que pueden solucionar el problema y, por lo tanto, no tienen por qué sentirse frustrados.
 - 1.2. Si no dispone de la información recabada de sus diarios, realice los siguientes juegos de simulación en los que se ve que enfadarse tiene un efecto negativo en la solución de un problema.
 - ? Pierdes alguna cosa, una carta de un juego u otro objeto. Cuando estás enfadado y rompes otros objetos, se agrava el problema y no podrás encontrar el objeto que buscas.
 - ? No puedes ir al videoclub porque tus padres tienen que quedarse en casa y esperar a un técnico. Si coges un berrinche, tus padres no te dejarán hacer nada. Si mantienes la calma, tus padres te dejarán hacer otra cosa o le pedirán al padre de un amigo que te lleve. (Véase ACEPTAR UN NO POR RESPUESTA para juegos de simulación similares).
 - ? Te equivocas haciendo los deberes, te enfadas y rompes todos los papeles, de manera que tendrás mucha más tarea. Sin embargo, lo que has de hacer cuando cometes un error es mantener la calma, pedir ayuda y corregir el problema. Así, puedes irte a jugar porque has acabado los deberes (Véase CÓMO HACER FRENTE A LOS ERRORES).
2. Para escenificar los pasos de la ficha 51, use experiencias reales, ya sean situaciones que los niños recuerden o hayan descrito en sus diarios. También puede usar las situaciones mencionadas anteriormente. Mi experiencia con estudiantes con limitaciones de pensamiento abstracto es que estos encuentran dificultades para recordar estas indicaciones generales sobre cómo solucionar problemas. Sin embargo, aprenden con mayor facilidad pasos indicaciones más concretas para solucionar un problema determinado. A continuación aparece una lista con otras

habilidades que se desarrollan en este manual y que están relacionadas con problemas específicos: CÓMO HACER FRENTE A LOS ERRORES, SABER PERDER, LLEGAR A UN ACUERDO, CÓMO LLAMAR LA ATENCIÓN DE MANERA POSITIVA, CÓMO HACER FRENTE A LOS PROBLEMAS FAMILIARES, ACEPTAR UN NO POR RESPUESTA, ACEPTAR LAS CRÍTICAS, SER ASERTIVO, CÓMO EVITAR QUE TE SIENTAS EXCLUIDO, QUÉ HACER CUANDO UN TRABAJO ES DIFÍCIL, HACER ALGO NUEVO, ENFRENTARSE A LA PRESIÓN DE LOS DEMAS, ENFRENTARSE A LOS RUMORES, RESPETAR EL ESPACIO PERSONAL DE LOS DEMAS, NO SERMONEES A LOS DEMÁS.

3. Ponga a prueba la habilidad, es decir, haga que el alumno resuelva un problema.
 - 3.1. Por ejemplo, mientras juega con él, quítele una ficha o haga trampa. Recuérdele que, si mantiene la calma, podrá solucionar el problema. A continuación, supervise y guíelo hacia la solución del problema. El alumno puede reaccionar siendo asertivo, haciendo también trampa en plan broma o riéndose mientras le pide que le devuelva la ficha.
 - 3.2. Consulte recomendaciones sobre la habilidad que aparecen en el punto 2.
4. Canalice la frustración del alumno hacia la búsqueda de la solución del problema, recordándole que podrá solucionarlo si mantiene la calma.
5. Premie a los alumnos que consigan solucionar sus problemas.
 - 5.1. Felicítelos cuando solucionen un problema total o parcialmente.
 - 5.2. Déles fichas, céntimos o puntos cada vez que mantengan la calma y consigan solucionar un problema. Cuando consigan un número determinado de fichas, por ejemplo, cinco, déles una recompensa de carácter especial como golosinas, pegatinas o permiso para jugar a un juego en especial o para ver algún programa de televisión.

FICHA 52

Hablar con otras personas cuando estás disgustado

1. Es mejor hablar de tus sentimientos que enfadarte. No pasa nada si hablas sobre tus sentimientos; sin embargo, si te enfadas, puedes meterte en un lío.
2. Busca a alguien con quien te sientas a gusto.
3. Pregúntale: "¿Puedo hablar contigo un momento?"
4. Si la persona te dice que sí, dile cómo te sientes. Si te dice que no, intenta hablar con ella más tarde o busca a otra persona con la que puedas hablar.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

Ficha 52. Hablar con otras personas cuando estás disgustado

1. Representa los pasos que hay que seguir cuando quieres HABLAR de tus sentimientos, en lugar de EXTERIORIZARLOS. Se sugieren las siguientes situaciones:
 - 1.1. Llegas enfadado al colegio porque tu hermano se ha metido contigo antes de ir a clase. Simula comportamientos inadecuados en los que exteriorizas tu enfado: negarte a trabajar, dar golpes en la mesa, usar un tono poco respetuoso con tus profesores o compañeros o meterte con otras personas. Escenifica juegos de simulación en los que te comportes de forma adecuada, hablando con tus profesores y explicándoles qué te ha ocurrido antes de llegar a clase. Puesto que le has explicado al profesor por qué estabas enfadado, puede que este te deje dibujar un rato hasta que te sientas mejor.
 - 1.2. Estás en el recreo y nadie quiere jugar contigo. La manera apropiada de actuar es hablar con una persona mayor o con algún amigo en quien tú confíes y contarles lo que te pasa. Al explicarle cómo te sientes, tal vez esta persona quiera jugar contigo o hable con los otros niños para que jueguen contigo. Si exteriorizas inadecuadamente tus sentimientos, tendrás problemas con tus profesores.
 - 1.3. Si tienes un diario, utilízalo para representar situaciones similares.
2. Ponga a prueba la habilidad, es decir, haga que el alumno le cuente que está disgustado. Por ejemplo, al jugar con él, haga trampa o quítele una ficha para que tenga que hablar sobre cómo se siente, en vez de golpear, tirar algo o exteriorizar sus sentimientos portándose mal.
3. Corrija el comportamiento de exteriorización. Enseñe a los alumnos a hablar con otras personas sobre sus sentimientos. Puede que algunos niños necesiten dar un paseo y calmarse antes de estar físicamente preparados para hablar de sus sentimientos, puesto que el enfado puede hacer que el pecho se les contraiga y les resulte difícil hablar.
4. Recompense al alumno cuando este hable con otras personas cuando esté enfadado.
 - 4.1. Alabe su actuación cuando ejecute esta habilidad total o parcialmente bien.
 - 4.2. Ofrézcale algún premio como algunos céntimos o simplemente puntos cada vez que el alumno hable sobre sus sentimientos. Cuando el alumno acumule un número determinado de puntos, por ejemplo cinco, déle un premio (por ejemplo, una golosina o permiso para jugar a un juego determinado).

Ficha 53

Cómo hacer frente a los problemas familiares

1. Los problemas familiares más comunes son:

- 1.1 Discusiones con los padres, peleas, gritos o insultos.
- 1.2 Hermanos te que provocan, que se meten contigo o que cogen tus cosas.
- 1.3 Falta de atención debido al trabajo, divorcio, separación, enfermedad o fallecimiento de alguien.

2. Formas de encarar los problemas familiares:

2.1. Formas CORRECTAS:

- ? **Reafirmarte.** Decir cómo te sientes con frases en las que expreses tus opiniones y sentimientos en primera persona. Con esto, el problema no irá a más.
- ? **Hablar con otro adulto** que hable con quien te ofende, o que te ayude a encontrar otra solución.
 - (1) **Hacer caso omiso** a la burla o reírse de la misma para quitarle importancia.
 - (2) **Usar tu sentido del humor** para tranquilizar a la otra persona.

2.2. Formas INCORRECTAS:

- ? **Pelearse**, gritar o devolver el insulto. Esto puede provocar que el problema vaya a más.
- ? **Tomarla con los demás** burlándose, insultando o hiriéndoles.

3. Formas de eludir el problema o distanciarse momentáneamente del mismo.

3.1. Formas CORRECTAS:

- ? Quedar con un amigo
- ? Escuchar música o ver la tele en la habitación, lejos de los demás.
- ? Dar un paseo, pero diciendo adónde vas.
- ? Jugar a algo para no pensar en el problema.

3.2. Formas INCORRECTAS:

- ? Huir. Esto causará más problemas.
- ? Intentar herirte o amenazar con hacerlo. Esto también causará más problemas.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 53. Cómo hacer frente a los problemas familiares

1. Esta actividad está destinada a personas de edades comprendidas entre la preadolescencia y la edad adulta. Aunque pueda representar los pasos de cualquiera de las situaciones propuestas en el primer apartado de la ficha 53, suele ser más productivo que, en primer lugar, los alumnos identifiquen los problemas, desarrollen una estrategia para enfrentarse a ellos y, finalmente, actúen como se indica a continuación:
 - 1.1. Dé a los alumnos un folio con tres encabezamientos: a) problema, b) formas de afrontar un problema y c) formas de eludir el problema.
 - 1.2. Haga que los alumnos identifiquen algunos de sus problemas familiares y que los escriban bajo el enunciado Problema.
 - 1.3. A continuación, haga que los alumnos piensen en alguna de las estrategias del segundo apartado de la ficha 53. Dígalos que las escriban bajo el encabezamiento Formas de afrontar un problema.
 - 1.4. Después, intente que identifiquen cuál de las estrategias del tercer apartado de la ficha les resulta más útil.
 - 1.5. Para terminar, los alumnos simularán por turnos algunas de las situaciones descritas por ellos y cómo pretenden abordarlas.
2. Reconduzca comportamientos inadecuados para que los alumnos se enfrenten a los problemas con algunas de las estrategias propuestas.
3. Recompense a aquellos que hayan sabido enfrentarse a los problemas familiares.
 - 3.1. Utilice la recompensa verbal para el uso correcto o casi correcto de las estrategias descritas.
 - 3.2. Dé pequeños obsequios o puntos por saber enfrentarse de forma positiva a los problemas familiares. Si el alumno logra un determinado número de obsequios o puntos (por ejemplo, cinco puntos), déle un premio especial (por ejemplo, pegatinas, caramelos o permiso para jugar a un juego especial).

FICHA 54

Comprender por qué te enfadas

1. ¿Qué nos enfada?

Desencadenante Algo que ocurre. Por ejemplo: burlas, perder en un juego, equivocarnos, no obtener lo que queremos, esperar mucho tiempo para obtener algo.

Pensamientos Cómo entendemos lo que ocurre. Por ejemplo: si alguien se tropieza con nosotros, deberíamos pensar si fue algo deliberado o un accidente.

Sentimientos Enfadado, feliz, triste, asustado.

2. Desarrolla un plan para hacer frente a los desencadenantes de tu enfado.

2.1. Haz una lista con las situaciones que hacen que te enfades. Así, la próxima vez podrás afrontarlas mejor.

2.2. Cambia tus pensamientos. Piensa en otras formas positivas de interpretar la situación.

- ? Tal vez esa persona intenta ayudar.
- ? Tal vez esa persona no pretendía hacer eso.
- ? Tal vez esa persona sólo está jugando o intentando llamar la atención.
- ? Si te equivocas no pasa nada. De los errores se aprende.
- ? Si no puedes hacer algo ahora, espera un rato. Tal vez puedas hacerlo cuando estés calmado.
- ? Si has perdido algo, cálmate y a lo mejor obtendrás algo.
- ? Contempla las cosas en perspectiva («regla de los 20 años»: sea lo que sea, no tendrá importancia dentro de 20 años).

2.3. Abstráete de las situaciones que desencadenan el enfado.

- ? Aléjate de la situación.
- ? Cuenta hasta 10.
- ? Respira hondo.
- ? Piensa en cosas agradables.
- ? Escucha música, ve la televisión.
- ? Juega, dibuja, lee.
- ? Habla con un amigo.
- ? Evita los desencadenantes.

2.4. Transmite tus sentimientos de forma asertiva. Di cómo te sientes de forma positiva. Esto se consigue con frases en primera persona en las que expreses tus sentimientos.

Me siento [...] (sentimiento)

cuando tú [...] (describe las acciones de la otra persona sin insultar)

porque [...] (escribe por qué te sientes así)

Quiero que [...]

Actividades complementarias

FICHA 54. Comprender por qué te enfadas

1. Como la ficha 54 recoge mucha información, para que los alumnos asimilen bien la habilidad, simule un concurso de televisión como *Saber y ganar*. (véase Capítulo 4). Los alumnos responderán por turnos para ganar puntos. A continuación se enumeran algunas preguntas.
 - 1.1. ¿Qué es un desencadenante?
 - 1.2. ¿Qué tienen que ver los pensamientos con los sentimientos?
 - 1.3. ¿En qué sentido podemos decir que modificar nuestro pensamiento afecta nuestros sentimientos?
 - 1.4. Si te has equivocado y te has enfadado, ¿cómo podrías cambiar tus pensamientos para modificar tu enfado?
 - 1.5. Si alguien se burla de ti, ¿en qué podrías pensar para no enfadarte tanto?
 - 1.6. ¿Qué es la «regla de los 20 años»?
 - 1.7. ¿Cómo puedes distraerte cuando estés enfadado?
 - 1.8. Enumera otras dos formas para distraerte cuando estés enfadado.
 - 1.9. ¿Cuál es la diferencia entre pasivo, agresivo y asertivo?
 - 1.10. ¿Cómo transmitirías tus sentimientos de forma asertiva si un profesor te acusa de haber hecho trampas?
 - 1.11. ¿Cómo transmitirías tus sentimientos de forma asertiva si nadie te invita a unirse a su equipo en las clases de gimnasia?
 - 1.12. ¿¿Cómo transmitirías tus sentimientos de forma asertiva si tus padres no te dejan salir durante el fin de semana aunque ya hayas terminado tus deberes?
2. Cuando los alumnos se enfadan, podemos sugerirles que utilicen algún aspecto de las habilidades, como por ejemplo: cambiar sus pensamientos, distraerse o transmitir sus sentimientos.
3. Ponga a prueba la habilidad. Diga a los alumnos que va a hacer que se enfaden un poco y, a continuación, sugiera que empleen una estrategia relacionada con esta habilidad. El objetivo no consiste en enfadarlos, sino en hacerles pensar cómo poner en práctica la habilidad. No haga que se enfaden demasiado.
4. Dé premios a los alumnos que hagan frente al enfado de forma correcta.
 - 4.1. Elogie a aquellos alumnos que canalicen su enfado de forma positiva o casi positiva.
 - 4.2. Déles fichas, céntimos o puntos a los alumnos que hayan hecho frente al enfado. Cuando consigan un número determinado de fichas, como por ejemplo cinco, otórgueles un premio especial, como por ejemplo: golosinas, pegatinas o permiso para poder jugar a un juego determinado.

Plasmar tu enfado por escrito

Fecha: [...]

Nombre: [...]

Desencadenantes:

Escribe o dibuja la situación que ha provocado tu enfado: burlas, equivocaciones, perder algo, no obtener algo, etc.

Pensamientos que hacen que me enfade:

Sentimientos: ¿cómo estaba de enfadado?

Sólo un poco

Más o menos

Bastante enfadado

Muy enfadado



Cambiar mis pensamientos: escribe o dibuja formas de percibir la situación que hagan que no te enfades.

Formas de distraer mi atención: escribe o dibuja formas de abstraer tu mente de aquello que te molesta.

Ideas para transmitir tus sentimientos de forma asertiva o para cambiar mis sentimientos: escribe o dibuja cómo expresarías tus opiniones y pensamientos en primera persona o cualquier posible forma de reducir tu enfado.

Actividades complementarias Plasmar tu enfado por escrito

1. La teoría relacionada con esta habilidad está reflejada en la ficha 54, mientras que, para practicar de forma independiente la habilidad, se propone que el alumno rellene la ficha de la página anterior.
2. La ficha de la página anterior puede servir a los alumnos como un diario donde reflejar qué ha ocurrido cuando se han enfadado. De manera individual, los alumnos pueden rellenar toda la ficha o únicamente la parte superior, y luego llevarla al grupo, clase o terapia personal para recordar y comentar qué ocurrió, en qué pensó y cómo podría abordar una situación similar en el futuro.

FICHA 55
Cómo hacer frente a los errores

1. Convéncete de que no pasa nada si te equivocas. Los errores nos ayudan a aprender.
2. Reflexiona sobre lo que puedes hacer para aprender de tus errores.
 - 2.1. Inténtalo de nuevo hasta que lo hagas bien.
 - 2.2. Pide ayuda
 - 2.3. Discúlpate si tu error le ha molestado a alguna persona.
3. Elige la opción que te parezca mejor.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 55. Cómo hacer frente a los errores

1. La habilidad del alumno con SA para enfrentarse a sus errores depende de su capacidad para hacerle ver que para usted es más importante enfrentarse a los problemas que hacer las cosas de manera perfecta.
 - 1.1. Para afianzar este concepto pídale al alumno que cometa un error de manera intencionada a lo largo de la semana, de modo que practique la habilidad descrita en esta ficha.
 - 1.2. En vez de disgustarse, muéstrese entusiasta cuando el alumno comenta un error. Diga: "Muy bien, te has equivocado. Ahora tienes la oportunidad de aprender de tu error. ¿Qué te dirías a ti mismo para hacer frente a este error?" A continuación, elogie a los alumnos que hayan seguido de forma apropiada los pasos recomendados para afrontar los errores.

2. Haga que el alumno imagine y escenifique una de las siguientes situaciones:
 - 2.1. El alumno se ha equivocado al hacer sus deberes (al leer, en matemáticas, al escribir, etc.). Revise su trabajo y dígame en qué se ha equivocado y qué debe corregir.
 - 2.2. El alumno se ha equivocado haciendo los deberes de educación plástica y visual (por ejemplo al recortar, dibujar o modelar arcilla). Haga un comentario sobre el trabajo realizado y dígame qué le ha salido mal y qué debe corregir.
 - 2.3. El alumno se ha equivocado mientras hacía deporte (por ejemplo, se le escapa la pelota, no le da bien o no corre lo suficientemente rápido). Indíquele que está fuera de juego o que se le ha escapado el balón, de forma que el alumno intente solucionar su error.
 - 2.4. Finja que el alumno ha roto o ha tirado al suelo algo de otra persona. Indúzcalo a disculparse y a enfrentarse a su error.

3. Ponga a prueba la habilidad, es decir, haga algo que obligue al alumno a enfrentarse a sus errores. Por ejemplo, pídale que cometa un error la semana siguiente. De manera intencionada, mándele alguna actividad difícil y dígame que a Vd. le interesa más su forma de corregir sus errores que el hecho de que no comenta errores; de hecho, lo que usted quiere es que el alumno cometa un error.

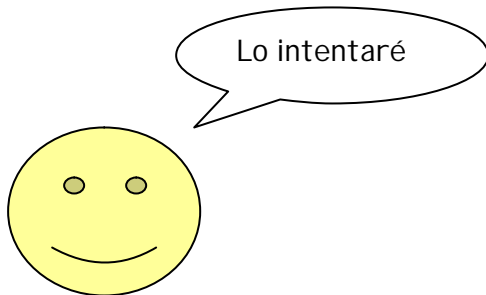
4. Recompense al alumno cuando este actúe de manera apropiada ante un error.

- 4.1. Alabe su actuación cuando el alumno se comporte correctamente o de forma parcialmente correcta ante un error.
- 4.2. Ofrézcale algún premio (céntimos, puntos, etc.) cada vez que el alumno haga frente a algún error o en los periodos en los que no se muestre disgustado al equivocarse. Cuando el alumno acumule un número determinado de puntos, como por ejemplo cinco, ofrézcale una recompensa de carácter especial (alguna golosina o permiso para jugar a un juego determinado)

FICHA 56

Qué hacer cuando un trabajo es difícil

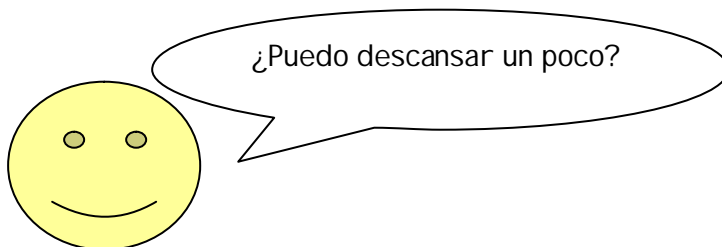
1. Intentar hacer una parte.



2. Pide ayuda si no sabes cómo hacerlo.



3. Pide un breve descanso.



4. Inténtalo otra vez.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 56. Qué hacer cuando un trabajo es difícil

1. Los alumnos con SA suelen negarse a hacer tareas, si estas son muy difíciles o si han desarrollado una actitud de "impotencia aprendida", que los lleva a creer que no podrán hacer algo porque en el pasado tuvieron problemas con lo mismo. Además de trabajar esta habilidad, los padres y profesores deben, en primer lugar, seguir los dos pasos siguientes:
 - 1.1. Si la tarea es demasiado difícil, simplifique la tarea para hacerla más fácil, o disminuya la cantidad de trabajo. En algunas ocasiones, los alumnos responden al reducirles la cantidad de trabajo o al darles un descanso o una recompensa.
 - 1.2. Para ayudar a aquellos alumnos que han desarrollado una actitud de "impotencia aprendida" a hacer el trabajo, animelos a tener mayor seguridad en sus capacidades. Hágales ver que pueden hacer el trabajo si comienzan con lo que saben hacer, y animándoles y elogiándoles conforme lo hacen.

2. Siga los pasos de la ficha 56.

NOTA: En los juegos de simulación, fije un número de descansos y su duración. Haga descansos de 5 minutos para cada asignatura o cada periodo. No es bueno estar dando descansos constantemente, pero es mejor que pidan un descanso a que pillen un berrinche por estar demasiado frustrados. Se proponen las siguientes simulaciones:

- 2.1. Proponga al alumno un trabajo que represente un pequeño reto para él (es decir, que sepa hacer parte de él, pero no todo).
 - 2.2. Pida al alumno que haga una actividad física (por ejemplo, coger un balón o saltar a la comba) que suponga un pequeño reto para él (es decir, que sepa hacer parte de él, pero no todo).
3. Ponga a prueba la habilidad. De manera deliberada, proponga al alumno una tarea difícil para él (es decir, que sepa hacer una parte, pero no todo). Espere a que él lo intente, a que pida ayuda o a que pida un descanso.
 4. Recompense a los alumnos cuando apliquen bien las estrategias de esta ficha, por ejemplo, cuando intenten hacer el trabajo completo.
 - 4.1. Utilice la recompensa verbal cuando utilicen las estrategias descritas en esta ficha de forma correcta o parcialmente correcta.
 - 4.2. Dé pequeños obsequios, fichas o puntos para cada periodo en el que el alumno intente hacer el trabajo, o pida de forma correcta ayuda o un descanso.
- ? Déle recompensas después de cada periodo o sesión de trabajo. Cuanto más alterado esté el alumno mientras hace el trabajo, con mayor frecuencia recibirá las recompensas. Si las

recompensas no ayudan a que el alumno se centre, pruebe a dárselas antes.

- ? Sólo se entregarán recompensas si el alumno intenta hacer el trabajo, si pide ayuda o si no pide más de un descanso. Si los alumnos no vuelven del descanso, no podrán recibir más recompensas.
- ? Si el alumno logra un determinado número de recompensas (por ejemplo, 5 fichas), déle un premio especial (como pegatinas, caramelos o permiso para jugar a un juego especial). Las recompensas son fundamentales, ya que deben resultar más atractivas para el estudiante que la posibilidad de eludir un posible trabajo frustrante. Le llevará tiempo descubrir cuáles son esas recompensas, dado que los alumnos encuentran satisfacción en cosas muy variadas.

FICHA 57
Experimentar situaciones nuevas

1. Dile a alguien que tienes miedo de hacer algo nuevo.

Tengo miedo de
intentar esto.

2. Convéncete de que no pasa nada si tienes miedo la primera vez. Después te sentirás mucho mejor.

3. Relájate con tu actividad favorita.

3.1. Leer un libro, escuchar música, tener una mascota, jugar con el ordenador, pensar que estás en tu lugar favorito.

4. Observa cómo lo hacen los demás.

5. Hazlo.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 57. Experimentar situaciones nuevas

1. Los alumnos con SA tienen normalmente mucho miedo a hacer algo nuevo porque puede que hayan tenido alguna experiencia negativa previa con situaciones nuevas o porque no pueden adaptarse fácilmente a las nuevas situaciones sociales donde las reglas no están claras. Para poner en práctica esta habilidad, es mejor exponer a los niños gradualmente a nuevas situaciones, comenzando con aquellas que supongan cambios mínimos en sus hábitos.
 - 1.1. Una forma para practicar sería coger un juego familiar y cambiar ligeramente las reglas. Los estudiantes pueden cambiar las normas hasta obtener un juego muy diferente. Esta actividad no sólo sirve para que los alumnos se enfrenten a situaciones nuevas, sino que también pone en juego otras habilidades como la negociación y la creatividad.
 - 1.2. Realiza un trabajo escolar nuevo. De nuevo, es mejor presentar la habilidad gradualmente, de forma que el material nuevo se añada después de ajustarlo a material que se diferencia sólo un poco del primero.
 - 1.3. Con el uso de vídeos, imágenes o testimonios de otras personas, puede introducir nuevos lugares a los que ir. Se pueden introducir poco a poco nuevos colegios o destinos vacacionales con imágenes, vídeos y descripciones verbales, seguidas de visitas para observar el lugar sin tener que quedarse allí, así como una participación más activa en el nuevo lugar.
2. Haga que el alumno “muerda el anzuelo” y practique la habilidad sin darse cuenta. Sugiera nuevas rutas para llegar a algún lugar, nuevas formas de jugar a un juego conocido o nuevas comidas. Anime a los estudiantes a desarrollar esta destreza siguiendo los pasos descritos en la ficha.
3. Recompense a los alumnos que intenten experimentar situaciones nuevas.
 - 3.1. Elogie a los alumnos que se enfrenten a situaciones nuevas de forma completa o parcialmente adecuada.
 - 3.2. Premie con céntimos, puntos o fichas a los alumnos que intenten experimentar nuevas situaciones, incluso si sólo experimenta parte de la misma (por ejemplo, observa pero no participa).
Gradualmente el alumno se esforzará más para obtener más puntos o premios.

EMPATÍA

FICHA 58 Comprender los sentimientos de los demás (Preescolar - Primaria)

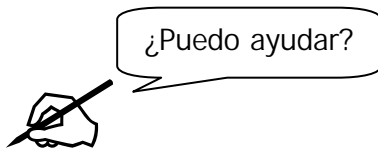
1. Busca en los demás indicios que indiquen que están disgustados.



2. Pregunta, "¿Estás bien?"



3. Pregunta si puedes ayudar.



4. Ayúdales si quieren ayuda.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 58. Comprender los sentimientos de los demás
(Preescolar-Primaria)

1. Proponga juegos de escenificación para que los alumnos aprendan a comprender los sentimientos de los demás. Se proponen las siguientes situaciones:
 - 1.1. Simule que alguien se ha caído, se ha hecho daño y necesita ayuda para levantarse.
 - 1.2. Simule que alguien ha perdido algo, está disgustado y necesita ayuda para encontrarlo.
 - 1.3. Simule que alguien va mal de tiempo para hacer las tareas del colegio y parece disgustado. Ofrezca al estudiante ayudarle con su trabajo.
 - 1.4. Simula que alguien está triste porque no pudo jugar a un juego. Ofrécele jugar a otro.

2. Ponga a prueba la habilidad. Esto significa hacer algo que requiere que el estudiante muestre comprensión. Por ejemplo, haga como si estuviera disgustado, se cae o pierde algo. Espere que el estudiante le pregunte si está bien o si necesita ayuda. Si no lo hace, anímelo a hacerlo.

3. Corrija formas inapropiadas de mostrar comprensión, tales como cuando el estudiante no percibe que es obvio que alguien está disgustado o cuando insiste demasiado en ayudar cuando la otra persona no quiere ayuda.

1. Premie a los alumnos que muestren que comprenden los sentimientos de los demás.
 - 1.1. Elogie a los alumnos que practiquen la habilidad completa o parcialmente.
 - 1.2. Dé vales, céntimos o puntos cada vez que el alumno comprenda los sentimientos de los demás. Cuando consiga un determinado número de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chocolatinas, pegatinas o permiso para jugar a un determinado juego.

FICHA 59
Comprender los sentimientos de los demás
(Preadolescentes-adultos)

1. Busca señales que puedan indicar que la otra persona está disgustada.
2. Piensa sobre tus posibles opciones.
 - 2.1. Pregúntale a la otra persona si se encuentra bien.
 - 2.2. Pregúntale qué le ha ocurrido.
 - 2.3. Comparte con ella una experiencia propia similar. Dile, por ejemplo: "Sé como te sientes porque eso me ocurrió a mí..."
 - 2.4. Dale valor a los sentimientos de la otra persona, diciendo por ejemplo: "Es normal que estés así por lo que te ha ocurrido..."
 - 2.5. Niega aspectos negativos. Por ejemplo, si la otra persona está triste porque se siente fea, dile algo así como: "Tú no eres fea". Si la otra persona siente que sus problemas nunca se solucionarán, puedes decirle algo como: "Me apuesto algo a que irá todo mejor muy pronto".
 - 2.6. Pregúntale si quiere hacer algo divertido para que se le quite de la mente ese problema.
 - 2.7. Pregúntale si le puedes ayudar.
3. No te rías de la otra persona ni te burles de ella.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 59. Comprender los sentimientos de los demás
(Preadolescentes-adultos)

1. Proponga un juego de escenificación en el que los alumnos muestren su comprensión hacia los sentimientos de los demás. Los juegos recomendados incluyen las siguientes situaciones:
 - 1.1 Finge que alguien se cae, se hace daño y necesita ayuda para levantarse.
 - 1.2 Simula que alguien ha perdido algo, está disgustado y necesita ayuda para encontrarlo.
 - 1.3 Finge que alguien está pasando por un momento difícil en las tareas escolares y parece disgustado. Ofrécele tu ayuda.
 - 1.4 Simula que alguien está triste porque no pudo jugar. Invítalo a hacer otra actividad.

2. Otra buena forma de practicar esta habilidad consiste en jugar a un juego llamado "Hazme feliz". Los estudiantes representan por turnos situaciones que podrían ponerlos tristes, y los demás adivinan de qué situación se trata. Las situaciones pueden ser las que se proponen abajo o experiencias propias. En esto el juego es parecido a los juegos en los que hay que adivinar algo a partir de mímica, y puede desarrollarse permitiendo al alumno que hable si quiere. Cuando alguien adivina cuál es la situación, los demás, por turnos, exponen cómo hacer feliz a esa persona en esa situación. Las exposiciones pueden sacarse de las indicaciones explicadas en la ficha 59. Algunos ejemplos de situación y respuestas para mostrar apoyo son las siguientes:
 - ? Alguien suspende un examen. ("Sé como te sientes, me ha ocurrido muchas veces". "Seguro que te sale mejor la próxima vez" "El examen era muy difícil" "¿Quieres que te ayude a estudiar la próxima vez?")
 - ? Alguien se ha quedado sin pareja de baile ("¿Sabes que a mí me costaba trabajo encontrar pareja de baile?", "No saben lo que se pierden", "Con lo bien que bailas", "Vamos a hacer otra cosa, en vez de bailar con ellos")
 - ? Alguien está molesto porque le han dicho feo. ("Tú no eres feo", "A veces también se burlan de mí", "No te creas lo que te dicen")
 - ? El padre o la madre de alguien está muy enfermo ("Lo siento mucho, ¿puedo servirte de ayuda?", "Yo conozco a una persona que estaba enferma con lo mismo y se curó completamente", "¿Quieres hacer algo para que se te quite de la cabeza un rato?")

3. Ponga a prueba la habilidad. Haga algo que sirva para que el estudiante muestre comprensión. Por ejemplo, intencionadamente, haga parecer que está disgustado, hundido o que ha perdido algo. Motive al estudiante o espere a que este reaccione y le pregunte si usted se encuentra bien y le ofrezca ayuda.

4. Corrija al alumno cuando no pone en práctica la habilidad de forma adecuada, como cuando no se da cuenta de que alguien está enfadado y esto es muy obvio, o cuando intenta ofrecer ayuda con insistencia, y la otra persona no quiere ayuda.
5. Recompense a sus alumnos cuando se muestren comprensivos con los sentimientos de los demás.
 - 4.1 Felicítelos cuando lo consigan.
 - 4.2. Ofrézcales fichas, céntimos o puntos cada vez que se muestren comprensivos con los demás. Cuando obtengan un número determinado de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 60
Animar a un amigo

1. Busca señales que indiquen que tu amigo está disgustado.
2. Pregúntale "¿Te encuentras bien?" "¿Qué te ha pasado?"
3. Pregúntale "¿Quieres que te anime un poco?"
4. Si contesta que sí, piensa en las opciones que tienes para animarla:
 - 4.1 Intenta hacerla reír con un chiste o una cara divertida.
 - 4.2 Invítalo a jugar o a hacer algo divertido.
 - 4.3 Anímalo con palabras como: "Verás como todo irá mejor" o "Tranquilo, que aquí estoy yo para ayudarte".

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias FICHA 60. Animar a un amigo

1. Esta ficha, en realidad, forma parte de la habilidad ilustrada en la ficha 59, COMPRENDER LOS SENTIMIENTOS DE LOS DEMÁS. Por ello, todas las situaciones descritas para esa destreza, deben usarse en los juegos de simulación que se proponen aquí:

- 1.1 Simula que alguien se cae, se hace daño y necesita ayuda para levantarse.
- 1.2 Simula que alguien ha perdido algo, está disgustado y necesita ayuda para encontrarlo.
- 1.3 Simula que alguien está pasando por un momento difícil con las tareas del colegio y que parece disgustado.
- 1.4 Simula que alguien está triste porque no ganó un juego.

2. Para personas de más de 10 años, una buena forma de practicar esta habilidad consiste en jugar a un juego llamado "Hazme feliz". Los estudiantes representan por turnos situaciones que podrían ponerlos tristes, y los demás adivinan de qué situación se trata. Las situaciones pueden ser las que se proponen abajo o experiencias propias. En esto el juego es parecido a los juegos en los que hay que adivinar algo a partir de mímica, y puede desarrollarse permitiendo al alumno que hable si quiere. Cuando alguien adivina cuál es la situación, los demás, por turnos, exponen cómo hacer feliz a esa persona en esa situación. Las exposiciones pueden sacarse de las indicaciones explicadas en la ficha 59. Algunos ejemplos de situación y respuestas para mostrar apoyo son las siguientes:

- ? Alguien suspende un examen. ("Sé como te sientes, me ha ocurrido muchas veces". "Seguro que te sale mejor la próxima vez" "El examen era muy difícil" "¿Quieres que te ayude a estudiar la próxima vez?")
- ? Alguien se ha quedado sin pareja de baile ("¿Sabes que a mí me costaba trabajo encontrar pareja de baile?", "No saben lo que se pierden", "Con lo bien que bailas", "Vamos a hacer otra cosa, en vez de bailar con ellos")
- ? Alguien está molesto porque le han dicho feo. ("Tú no eres feo", "A veces también se burlan de mí", "No te creas lo que te dicen")
- ? El padre o la madre de alguien está muy enfermo ("Lo siento mucho, ¿puedo servirte de ayuda?", "Yo conozco a una persona que estaba enferma con lo mismo y se curó completamente", "¿Quieres hacer algo para que se te quite de la cabeza un rato?")

3. Ponga a prueba la habilidad. Haga algo que incite al estudiante a animar a alguien. Por ejemplo, intencionadamente, haga parecer que está disgustado, hundido o quéjese por algo. Motive al estudiante o espere a que este reaccione y le pregunte si puede hacer algo para animarle.

4. Premie a los alumnos que realicen correctamente la habilidad de ANIMAR A UN AMIGO.

- 4.1. Elogie verbalmente a los que realizan correctamente esta actividad.
- 4.2. Déles vales, regalos o puntos cada vez que animen a alguien.
Cuando consigan un determinado número de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

SOLUCIÓN DE CONFLICTOS

FICHA 61 Ser asertivo

1. "Ser asertivo" significa intentar conseguir aquello que quieres, sin herir a los demás.
2. Decide si deberías ser asertivo.
 - 2.1. Alguien te propone hacer algo que es peligroso o que te hace sentir mal.
 - 2.2. Quieres o necesitas a alguien para hacer algo.
3. Dile a la otra persona lo que quieres de un modo asertivo.
 - 3.1. Utiliza una voz firme pero amigable, establece contacto visual y muestra una postura corporal adecuada.
 - 3.2. Utiliza afirmaciones en primera persona:

"Me siento [...] cuando tú [...] porque [...] Quiero que [...]".

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 61. Ser asertivo

1. Practique los pasos explicados en la ficha 61. A continuación sugerimos juegos de simulación en torno a las siguientes situaciones:
 - 1.1 Simula que alguien se choca contigo.
 - 1.2 Simula que alguien te pide prestado dinero y que no te lo devuelve, aunque dijo que lo haría.
 - 1.3 Simula que alguien te pide que juegues a algo a lo que no te apetece jugar.
 - 1.4 Simula que estás haciendo un trabajo en grupo en el colegio y que nadie está escuchando tus ideas.
 - 1.5 Simula que alguien te pide prestado el lápiz y que necesitas que te lo devuelva.
 - 1.6 Simula que tus padres o tu profesor dan a todo el mundo un aperitivo excepto a ti.

2. Ponga en práctica la habilidad sin que se den cuenta. Esto significa hacer algo que requiera que los estudiantes sean asertivos:
 - 2.1 Coja sus mochilas cuando las necesiten.
 - 2.2 Déle a todos un aperitivo o la oportunidad de hacer algo divertido, excepto al alumno hasta que no se muestre asertivo.

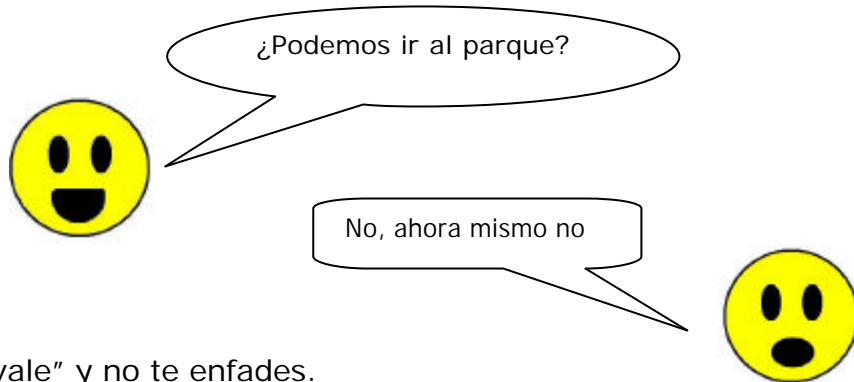
3. Corrija formas inapropiadas de expresar frustración, como respuestas pasivas o agresivas. En lugar de eso, enseñe al alumno a ser asertivo.

4. Premie a los alumnos que tengan una actitud asertiva.
 - 4.1. Elogie verbalmente a los alumnos que se muestren asertivos o parcialmente asertivos.
 - 4.2. Déles vales, regalos o puntos cada vez que sean asertivos. Cuando consigan un determinado número de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

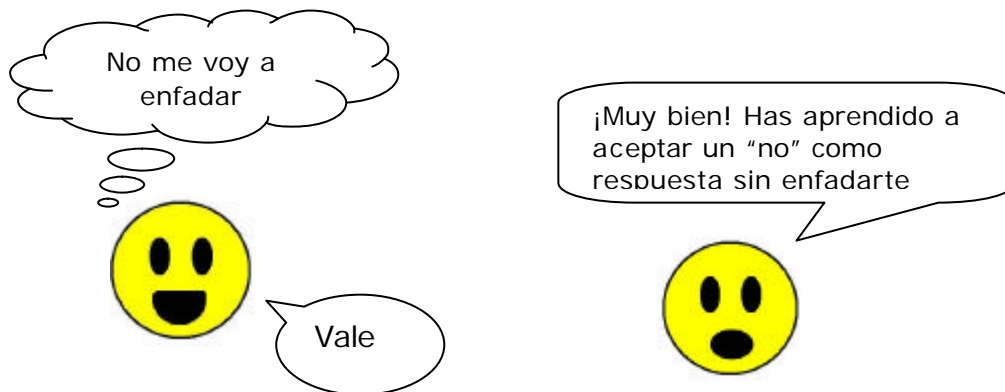
FICHA 62

Aceptar un No por respuesta

1. Algunas veces tus padres y profesores responden "no" cuando les pides algo.

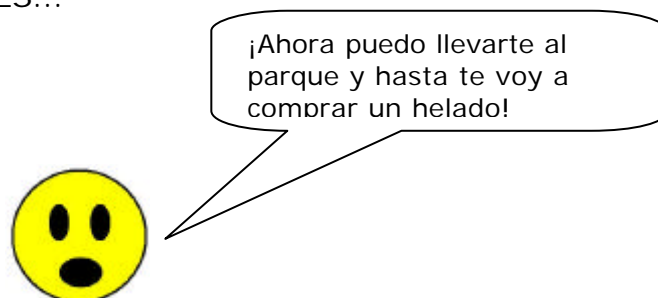


2. Di "vale" y no te enfades.



3. Si aceptas un no como respuesta, la otra persona se pondrá contenta y te dejará hacer algo que desees más tarde.

UN RATO DESPUÉS...



Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 62. Aceptar un No por respuesta

1. La capacidad de los alumnos para aceptar una negativa depende de la habilidad que usted tenga para convencerlos de que saldrán ganando si aceptan el "no" de buen grado.
 - 1.1. Para ayudar a los estudiantes a cambiar su percepción, recuérdelos la recompensa y las oportunidades que obtendrán, si son capaces de aceptar una negativa y de esperar para conseguir lo que quieren. Por ejemplo, ofrézcales el doble de lo que quieran más tarde (un minuto, una hora, un día, una semana después, dependiendo de la paciencia del niño). También puedes darle otra cosa que le guste si tolera bien tu negativa.
 - 1.2. A medida que la paciencia del niño aumente, espaciar cada vez más las recompensas que le da al niño por esperar. Al final, haga que desaparezca la necesidad de una recompensa externa, de forma que un elogio sea suficiente.
2. Practique los pasos explicados para aceptar un No por respuesta. A continuación sugerimos juegos de simulación en torno a las siguientes situaciones:
 - 2.1. Simule que el alumno está en clase y quiere levantarse para afilar un lápiz o beber agua. Usted, como profesor, le dice: "No, ahora mismo no". Si acepta el no, dígame: "Vale, puedes ir luego y, además, te voy a dar una sorpresita por ser paciente".
 - 2.2. Simule que el alumno pide a uno de sus padres ir al parque, al cine o a casa de un amigo, y que el padre dice: "No, ahora mismo no". Si el estudiante acepta esta negativa, dígame: "Vale, puedes ir más tarde, y encima, voy a darte una sorpresita por aceptar un no por respuesta".
 - 2.3. Simule que el alumno quiere juguetes, juegos, zapatos o ropa muy caros, y que tú le dices: "No, no puede ser. Son muy caros". Si el niño acepta el no, entonces dile: "Vale, vamos a seguir buscando algo que también te guste y, además, te voy a dar un premio por aceptar el no".
3. Ponga en práctica la habilidad. Esto significa hacer algo que lleve a los alumnos a aceptar un no por respuesta. Por ejemplo, dígame al niño que quizá va a poner a prueba su habilidad. Luego, enséñele un juego, un juguete o su plato favorito y espere a que él se lo pida. Entonces dígame: "No, no puede ser". Si el niño acepta el no, entonces dígame: "Muy bien. Has aceptado el "no", así que ahora te lo voy a dar por haberte portado bien".
4. Premie a los alumnos que acepten un "no" por respuesta.

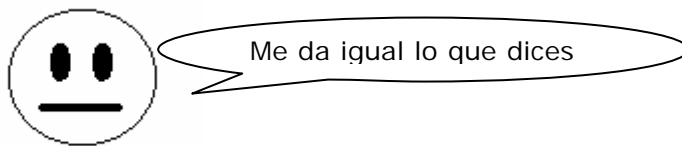
- 4.1. Elogie verbalmente a los alumnos que hayan aceptado un “no” por respuesta totalmente o en parte.
- 4.2. Déles vales, regalos o puntos cada vez que acepten una negativa. Cuando consigan un determinado número de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 63
Enfrentarse a las burlas y bromas
(Parvulario – 4º de Primaria)

1. Dile a la persona que se está burlando de ti que pare.



2. Demuéstrale que no te importa lo que dice.



3. Haz caso omiso de esa persona y pasa de ella.



4. Díselo a un adulto: «¡Se están riendo de mí!»

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias
FICHA 63. Enfrentarse a las burlas y bromas
(Parvulario – 4º de Primaria)

1. Se trata de una actividad bilateral, ya que implica tanto al estudiante como a sus compañeros. No basta con que el alumno con SA aprenda cómo actuar correctamente ante una burla. Si sus compañeros no han aprendido que hay que respetar a todos y han sido educados en la diversidad, algunos compañeros pueden seguir burlándose de él. El resto de compañeros pueden recibir algún tipo de recompensa si muestran una actitud positiva hacia los niños que son diferentes. Esta ficha sólo se va a centrar en lo que debe hacer el alumno que es víctima de las burlas.
 - 1.1. Anima al alumno a plantarle cara a quien se burle de él, en lugar de ir en busca del profesor. Este debiera ser el último recurso, excepto cuando haya un riesgo físico, en cuyo caso debe contárselo a un adulto inmediatamente.

2. Practique los pasos explicados en la ficha 63.

NOTA: No se burle nunca del alumno, a no ser que le haya dado permiso para ello. Antes de practicar la habilidad, pregúntele si puede sacarle burla de algo que no le importe. No deje nunca la elección de la broma en manos de otros estudiantes, ya que pueden lastimar la autoestima del alumno.

A continuación sugerimos juegos de simulación en torno a las siguientes situaciones

- 2.1. El mejor de todos es el que refleja exactamente el aspecto del alumno con SA del que normalmente se burlan. Pregúntele al alumno si hay algo de lo que se burlan los otros niños, para así poder aprender a hacer frente a esa situación.
 - 2.2. Si el alumno prefiere no hablar de ese tema, utilice ejemplos poco comprometedores para practicar la habilidad (Es mejor decir "No me gustan tus deportivos [gorra] [camiseta]", que bromear con la personalidad, el aspecto o el comportamiento del estudiante).
3. Haga que los estudiantes inventen sus propias respuestas para cuando se rían de ellos y que las incluyan al final de la ficha 65, «Expresiones para enfrentarse a las bromas».
 4. Premie a los alumnos que afronten las burlas de forma positiva.
 - 4.1. Elogie verbalmente a los alumnos que lo hagan bien o parcialmente bien.
 - 4.2. Déles vales, regalos o puntos cada vez que actúen de forma correcta ante las burlas o cuando no se enfaden. Cuando consigan

un determinado número de puntos, déles una recompensa especial como chucherías, pegatinas o permiso para jugar a un juego o ver un programa especial.

FICHA 64
Enfrentarse a las burlas y bromas
(A partir de los 10 años)

1. Piensa la razón por la que alguien puede estar burlándose de ti
 - 1.1. ¿Está jugando y es sólo una broma? ¿Sólo pretende llamar la atención?
 - 1.2. ¿Se trata de un gesto de respeto y admiración hacia tus habilidades?
 - 1.3. ¿Lo hace con maldad? Averígualo preguntando a la persona si va en serio.

2. Procura que eso no te preocupe. Dite a ti mismo: "No importa lo que diga la otra persona. Lo importante es lo que piense yo y mis amigos."

3. Reflexiona acerca de lo que puedes hacer.
 - 3.1. Dile que pare.
 - 3.2. Pasa de largo o ignórale diciendo: "No oigo nada".
 - 3.3. Hazle algún tipo de cumplido. "Eres guay y no creo que te estés metiendo conmigo".
 - 3.4. Actúa como si se tratara de una broma. "Esa sí que ha sido buena".
 - 3.5. Si corres peligro físico (por ejemplo, alguien intenta hacerte daño), díselo a un adulto.
 - 3.6. Si una pandilla se mete contigo, diles: "¿Es que no podéis conmigo de uno en uno?".
 - 3.7. Devuelve la burla, en tono de broma, pero sin pelearte.

4. Si decides pagarle al que se ríe de ti con otra broma, no recurras a palabras hirientes o temas delicados, porque podrías provocar una pelea.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

FICHA 65

Expresiones para enfrentarse a las bromas

Pedir que paren

"¡Para!"

"¡Déjalo ya!, en serio"

"¡Ya!"

Ignorar a alguien

Ignorarlo (no mirar o escuchar a esa persona)

"¿Alguien está hablando?"

"¿Qué? No oigo nada"

"Por un oído me entra y por otro me sale"

Responder

"Sí, claro, claro"

"No me importa lo que dices"

"Tengo cosas más importantes que hacer que escucharte"

"No seas infantil"

"¡Muy maduro por tu parte!"

"Primero conóceme"

"Es triste que tengas que meterte con otros para sentirte bien contigo mismo"

Delatar al compañero

No tengas miedo de delatar a alguien cuando se metan contigo o te amenacen.

'Compinchados'

"¿Por qué todos vosotros os dedicáis a herir los sentimientos de otra persona?"

¿Qué palabras o frases quieres usar?

....
....
....
....
....

Ficha 66

Qué hacer cuando te sientes excluido

1. Piensa en las posibles razones por las que te han dado de lado.
2. Si ha sido porque nadie sabía que querías unirte al grupo, pregunta si puedes hacerlo.
3. Si fue porque los otros no quieren que te unas a ellos entonces:
 - 3.1. No dejes que estas personas te influyan. Algunas personas te rechazan incluso sin haberte conocido (se equivocan cuando se dejan llevar por las apariencias, ya que "las apariencias engañan").
 - 3.2. Encuentra a otras personas a quienes no les importe que te unas a su grupo.
 - 3.3. Pide ayuda a un adulto si nadie quiere jugar contigo
4. Busca algún pasatiempo que te guste.

Actividades complementarias

FICHA 66. Qué hacer cuando te sientes excluido

1. Los adultos que estamos en contacto con el alumno con síndrome de Asperger, en especial, padres y profesores, somos en gran parte responsables de garantizar que el niño no se sienta excluido. Hemos de crear oportunidades sociales para estos alumnos, lo que implica sensibilizar a los compañeros sobre las necesidades del alumno con SA, y motivarlos para que cuenten con él (véase Capítulo 9: Programas de sensibilización). Sin embargo, también podemos enseñar al alumno con SA qué debe hacer cuando se sienta excluido, tal y como se describe a continuación.
2. Proponga un juego de escenificación para que el alumno sepa cómo evitar que lo excluyan. Los juegos recomendados incluyen las siguientes situaciones:
 - 2.1. Simule que un grupo de niños están jugando en el recreo, mientras que un alumno está sentado solo. Este alumno no dice nada para unirse a sus compañeros; hágale ver entonces, que ese es el motivo por el que se siente excluido del grupo. Proponga la misma escenificación una vez más, pero esta vez, el alumno pregunta si puede jugar y sus compañeros le responden que no. Haga que el alumno en cuestión se diga a sí mismo que no pasa nada, y que después, vaya y pregunte a otros compañeros si puede jugar. Si esta vez tampoco funciona, propóngale que le diga a un adulto que le ayude a encontrar alguien con quien jugar.
 - 2.2. Proponga la misma situación que en el caso anterior, pero esta vez, simule que el alumno está buscando un compañero o grupo para hacer un trabajo en clase.
3. Pida al alumno que haga una lista de los compañeros que cree que le dejarían unirse a su grupo. Haga también una lista de los adultos a los que se les puede pedir ayuda si el estudiante en cuestión es excluido de una actividad en la quisiese o necesitase trabajar en grupo.
4. Ponga a prueba la habilidad. Diga a los alumnos que va a poner a prueba su habilidad ante una situación de exclusión. Comience una actividad con un grupo de alumnos o con la clase y deje fuera al alumno, a la espera de que este diga algo para intentar participar.
5. Corrija a los alumnos que no sepan hacer algo apropiado para solucionar una situación de exclusión (por ejemplo, un comportamiento pasivo o responder a los compañeros de forma agresiva). Induzca a los alumnos a preguntar si pueden participar o a pedir a otro compañero o a un adulto que les ayude si están excluidos.
6. Premie a los alumnos que resuelvan de forma apropiada las situaciones de exclusión.

- 6.1. Elogie a aquellos que resuelvan esta situación de forma correcta o parcialmente correcta (preguntar si pueden participar, preguntar a otra persona o pedir ayuda).
- 6.2. Dé vales, céntimos o puntos cada vez que el alumno resuelva de forma adecuada una situación de exclusión (por ejemplo, preguntar si puede participar, preguntar de nuevo en el caso de que la respuesta hay sido negativa o pedir ayuda). Cuando el alumno logre reunir un número determinado de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chokolatinas, pegatinas o permiso para jugar a un determinado juego.

FICHA 67
Evitar que te metan en un lío
(Véase FICHA 44 «Enfrentarse a la presión de los demás»)

1. A veces otros chicos te presionan o te piden que hagas alguna cosa. Tienes que decidir si lo que quieren que hagas es bueno o malo.
 - 1.1. Buena presión de los compañeros: te piden que hagas cosas que puedan ayudarte a ti mismo o a los demás, como por ejemplo:
 - ? Animarte a ser agradable con los demás, hacer los deberes, practicar un deporte o un hobby o ayudar a otro amigo.
 - 1.2. Mala presión de los compañeros: te piden que hagas algo que te va a causar problemas o va a perjudicar a alguien, o te dicen que sólo son tus amigos si lo haces, como por ejemplo:
 - ? Gastar una broma a alguien.
 - ? Tomar drogas o hacer algo que pueda ser peligroso.
2. Si sabes que ese compañero te presiona para hacer algo malo:
 - 2.1. Mira a la persona, utiliza un tono de voz fuerte y niégate a hacerlo.
 - 2.2. Explica por qué no quieres hacerlo.
 - 2.3. Vete.
3. Estás metido en un lío cuando alguien parece que quiere ayudarte pero realmente lo que quiere es que hagas algo que te va a perjudicar. Si no estás seguro de si alguien te pide que hagas algo bueno o malo, pide consejo a una persona en la que confíes.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 67. Evitar que te metan en un lío

1. Esta habilidad engloba todos los pasos de la ficha 44, "Saber enfrentarse a la presión de los demás" y añade información sobre qué es estar metido en un lío. Por lo tanto, se pueden usar todas las actividades de la ficha 44. A menudo los alumnos no saben distinguir si un compañero los está presionando de forma positiva o negativa y su deseo de pertenecer a un grupo de amigos puede llevarles a hacer algo sin estar seguros de si lo que hacen está bien o mal. Además de trabajar con los pasos de la habilidad "Saber enfrentarse a la presión de los demás", padres y profesores deben realizar primero las dos actividades siguientes:
 - 1.1. Haga que el alumno escriba una lista de compañeros y personal del centro en los que confíe para que puedan aconsejarle. Estas deberán ser las personas a las que el alumno acude en caso de que un compañero le pida que hagan algo que el estudiante no sepa si está bien o mal.
 - 1.2. Ayude al alumno a hacer otra lista de las personas que se preocupan por él y que no le piden que haga cosas peligrosas o que puedan perjudicarlo. Explíquelo que estas personas son sus verdaderos amigos y que aquéllos que le piden que haga cosas peligrosas o perjudiciales para que le acepten no lo son.
2. Proponga un juego de escenificación o hable de las situaciones en las que un compañero puede ejercer una buena o mala presión, así como a quién pedir ayuda en caso de no estar seguro de qué hacer. Los juegos recomendados incluyen las siguientes escenificaciones:
 - 2.1. Un compañero pide al alumno que robe caramelos de una tienda con él y le dice que todo el mundo lo hace. (Malo)
 - 2.2. Un compañero anima al estudiante a que acabe los deberes y así podrá ir a jugar. (Bueno)
 - 2.3. Un compañero anima al estudiante a que deje los deberes sin hacer para irse a jugar. (Malo)
 - 2.4. Un compañero pide dinero al alumno a cambio de ser su amigo. (Malo)
 - 2.5. Un grupo de compañeros dicen al alumno que tiene que ser agresivo y desobedecer al profesor para formar parte del grupo de amigos. (Malo)
 - 2.6. Un compañero anima al estudiante a que siga practicando algún deporte o tocando un instrumento musical. (Bueno)
 - 2.7. Un compañero le dice a la alumna con SA que un amigo suyo quiere salir con ella, pero que tiene que pedirselo ella. (La situación no es clara y lo mejor es pedir ayuda a alguien de confianza)
 - 2.8. Un compañero le dice al alumno que otro compañero es malo y que no tiene que ser amigo suyo. (La situación no es clara y lo mejor es pedir ayuda a alguien de confianza)

3. Ponga a prueba la habilidad. Pida al estudiante que haga algo que va a perjudicarlo y provoque o espere a que lo rechace con firmeza o a que pida ayuda a alguien en quien confíe.

NOTA: Realícese sólo con aquellos estudiantes que entiendan que se trata de una escenificación y que sólo es una comprobación de su JUICIO.

4. Premie a los alumnos por evitar de forma apropiada que lo metan en problemas.
 - 4.1. Elogie a aquellos que pidan consejo antes de hacer algo que les pueda meter en un lío.
 - 4.2. Dé vales, céntimos o puntos cada vez que el alumno pida consejo antes de hacer algo que pueda meterlo en un lío. Cuando el alumno logre reunir un número determinado de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chokolatinas, pegatinas o permiso para jugar a un determinado juego.

FICHA 68

Hacer críticas constructivas

1. A nadie le gusta que lo critiquen.



2. Si la persona puede cambiar lo que está haciendo, dile:

2.1. “¿Te puedo hacer una sugerencia?” Si te dice que sí, dile de manera agradable qué es lo que quieres que haga de otra forma.

2.2. O díselo con una frase en primera persona en la que expreses tus sentimientos y lo que piensas:

“Creo que [...] cuando [...] porque [...]”.

¿Te puedo hacer una sugerencia? ¿Por qué no lo haces mejor de esta otra manera?



3. Si la persona **no puede** evitar hacer lo que está haciendo, no le digas nada. **Si no tienes ningún comentario positivo que hacer, entonces no hagas nada.**

3.1. Intenta enfrentarte a ello: no le hagas caso, distráete mientras lo hace o sugiere una solución que no implique al otro alumno.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 68. Hacer críticas constructivas

1. Proponga un juego de escenificación o hable de las situaciones en las que sería apropiado hacer críticas a otra persona, así como situaciones en las que no sería apropiado. Los juegos recomendados incluyen las siguientes escenificaciones:
 - 1.1. En clase, un profesor le pide a un alumno que lea en voz alta. Este alumno lee muy despacio y eso empieza a molestar a otro. Escenifique qué debería hacer este último (por ejemplo, no decir nada y leer él mismo más rápido y en silencio, si se pone nervioso).
 - 1.2. En una visita a un museo, va un compañero de clase que está en silla de ruedas. A otro alumno le molesta que este compañero ralentice la marcha de los demás. Escenifique lo que el segundo alumno debería y no debería hacer (por ejemplo, no criticarle sino preguntar si él puede ir delante con un adulto y encontrarse con el resto del grupo más tarde).
 - 1.3. En clase, un compañero no para de interrumpir a otro cuando éste está hablando. Escenifique lo que podría hacer éste (por ejemplo, usar una oración personal para expresar que le molestan las interrupciones).
 - 1.4. En clase, un compañero le tira un lápiz a otro. Escenifique qué puede hacer o decir el alumno agraviado. En este caso sí se pueden hacer críticas de manera positiva utilizando una frase en primera persona en la que exprese su opinión o sus sentimientos.
2. Ponga a prueba la habilidad. Haga algo que se pueda evitar como, por ejemplo, interrumpir constantemente al alumno, y algo que no se pueda evitar, como por ejemplo pedir a los demás que caminen más despacio contigo hacia el parque cuando no puedes ir más rápido porque tienes una herida. Anímeles a utilizar una oración en primera persona cuando algo se pueda evitar, así como a abstenerse de hacer críticas cuando se trate de acciones que no se puedan evitar.
3. Premie a los alumnos por hacer críticas en situaciones adecuadas, así como por abstenerse de hacerlas en otras situaciones.
 - 3.1. Elogie a aquéllos que usen oraciones personales o que se abstengan de hacer críticas cuando algo no se pueda evitar.
 - 3.2. Dé vales, céntimos o puntos cada vez que el alumno use oraciones personales o se abstenga de hacer críticas, según se pueda evitar una acción o no, respectivamente. Cuando el alumno logre reunir un determinado número de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chokolatinas, pegatinas, o permiso para jugar a un determinado juego.

FICHA 69

Aceptar las críticas

1. Párate a pensar y recuerda que debes permanecer tranquilo. Si te alteras demasiado dará la impresión de que quieres ser perfecto. Nadie es perfecto, todos cometemos errores. Así es como aprendemos.
2. Decide si las críticas son constructivas o hirientes.
 - 2.1. Las criticas constructivas señalan lo que has hecho mal, pero se centran en qué puedes hacer para mejorar.
 - 2.2. Las críticas hirientes sólo señalan lo que hemos hecho mal y no proponen ninguna idea acerca de qué puedes hacer para mejorar.
3. Cuando recibas una critica constructiva, di: "De acuerdo, lo tendré en cuenta".
4. Si te piden que corrijas tu trabajo, es preferible que lo hagas, en lugar de discutir el porqué, ya que de esa forma podrás jugar o relajarte antes.
5. Si es una crítica hiriente, tómatelo como si fuese una broma y haz caso omiso.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 69. Aceptar las críticas

2. Proponga un juego de escenificación o hable sobre las situaciones en las que el estudiante debe aceptar que se le critique o corrija. Para ello, utilice situaciones reales o las siguientes escenificaciones:
 - 1.1. Pida al alumno que deje de interrumpir para que así él y sus compañeros puedan seguir con su trabajo.
 - 1.2. Pida al alumno que deje de morderse las uñas para evitar que se le infecten.
 - 1.3. Pida al alumno que corrija los deberes antes de irse a jugar. Si protesta irá a jugar más tarde.
 - 1.4. Diga al alumno que dibuja mal. Esto debería ser percibido como si fuera un insulto, por lo que el alumno debe hacer caso omiso o responder como si fuese una broma (véase FICHA 65).
3. Ponga a prueba la habilidad. Pida a los alumnos que corrijan una conducta o sus deberes. Después, pregúnteles si les sirvió de ayuda o les resultó molesto. Vuelva a plantearles la utilidad de aceptar las críticas.
4. Corrija las reacciones inapropiadas ante las críticas. De nuevo, pregunte a los alumnos si pensaron que las críticas eran constructivas o hirientes. Vuelva a plantearles la utilidad de aceptar las críticas.
5. Premie a los alumnos que acepten las críticas de forma apropiada.
 - 5.1. Elogie a los alumnos que acepten las críticas.
 - 5.2. Dé vales, céntimos o puntos cada vez que el alumno acepte una crítica. Cuando el alumno logre reunir un determinado número de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chocolatinas, pegatinas o permiso para jugar a un determinado juego.

FICHA 70
Cómo tener un comportamiento respetuoso

Sí	No
Respetar el espacio personal: guarda, como mínimo, un brazo de distancia entre tu interlocutor y tú.	No toques a nadie. No te acerques a más de un brazo de distancia.
Usa expresiones de cortesía. "¿Podría...?" "¿Puedo...?" "¿Le importa si...?"	No utilices expresiones 'de exigencia' "Hazlo ahora" "No haré..." "Deberías..."
Usa un tono de voz 'de pregunta'.	No uses un tono de voz 'de exigencia'.
Ten en cuenta a los demás.	No pretendas que se haga todo como tú quieres.
Pide permiso antes de tocar algo que no sea tuyo.	No toques las pertenencias de otra persona sin su permiso.
Cuando estés molesto, expresa lo que sientes.	No expreses tus sentimientos con un tono de voz o palabras irrespetuosos.

Práctica	
¿Con quién voy a practicar esta habilidad?	
¿Cuándo?	
¿Qué ha pasado?	
¿Cómo lo he hecho?	

Actividades complementarias

FICHA 70. Cómo tener un comportamiento respetuoso

1. Algunos niños saben cómo ser respetuosos pero no lo son debido a un estado crónico de ira o depresión. Sin embargo, estos niños necesitan algo más que tener esta habilidad. Deben ser examinados por un profesional en salud mental competente que evalúe y determine los factores que contribuyen a su condición. Los consejos de esta ficha pueden ser muy útiles para aquellos que presenten comportamientos irrespetuosos ocasionales o que posiblemente no terminen de darse cuenta de cómo su actitud afecta a otras personas.
2. Esta habilidad es un compendio de otras habilidades previas como respetar el espacio de los demás, el tono de voz, llegar a un acuerdo, respetar los límites de los demás, hablar de tus sentimientos en lugar de exteriorizarlos (consulte las fichas correspondientes) Por ello, los juegos de escenificación propuestos para dichas habilidades se pueden utilizar para repasar esta habilidad. El reto en esta habilidad es comprender la diferencia entre pedir o exigir algo. A continuación, le proponemos algunos ejemplos de juegos de escenificación que se pueden poner en práctica:
 - 2.1. Recuérdeles la distancia adecuada que se debe mantener al hablar con alguien, ya sea al hacer cola o mientras se anda por el pasillo.
 - 2.2. Escenifique la diferencia entre pedir y exigir algo como una chocolatina, poder irse a jugar al patio, jugar a un juego especial o dejar de trabajar.
 - 2.3. Repita este último juego de escenificación con un tono de voz respetuoso frente a uno irrespetuoso. Use una grabadora o cámara de vídeo para que los alumnos puedan oír su tono de voz.
 - 2.4. Recuérdeles que deben tener en cuenta a los demás compañeros y no exigir que se juegue siempre a lo que ellos quieren. Use juegos diferentes para practicar.
 - 2.5. Simule que alguien está enfadado porque no quiere venir a la reunión del grupo o al colegio o porque al empezar el día alguien se ha burlado de él. Escenifique que es mejor hablar que mostrar de forma física cómo te sientes. Asegúrese de destacar que no es justo descargar su ira contra alguien que no tiene la culpa de lo que le pasa.
3. Corrija actitudes irrespetuosas y guíe al alumno para que tenga un comportamiento apropiado (por ejemplo, vigilar el tono de voz, pedir algo en vez de exigirlo, mantener la distancia, etc.).
4. Premie a los alumnos que tengan una actitud respetuosa.

- 4.1. Elogie a los que tengan un comportamiento respetuoso.
- 4.2. Dé vales, céntimos o puntos cuando el alumno muestre una actitud respetuosa. Cuando el alumno logre reunir un número determinado de vales (por ejemplo, 5), déle un premio especial: chocolatinas, pegatinas o permiso para jugar a un determinado juego.

COORDINADORA DEL PROYECTO Y REVISORA:

Clara Inés López Rodríguez

TRADUCTORES

Aguado Ramírez, Juan Antonio
Arcos Urrutia, Juan Manuel
Campoy Oliver, Remedios
Cobo Ortiz, M^a Carmen
Conde Granados, Judith
Cubero Romero, Rocío
De la Cruz Quesada, Aroa
Díaz Molina, Verónica
Ductor Gil, Antonio
Fernández Mariscal, Ana
García Rodríguez, Lourdes
Garrido Añón, Rocío
González Fernández, Lucas
González Rodríguez, Mercedes Laura
Infante Sandubete, Rocío
Jiménez Fortis, Víctor
Jiménez Sánchez, Lola
Linares Contreras, Esther
López Pérez, M^a José
Lozano Sánchez, Ana M^a
Morales Cid, Raquel
Morón Jiménez, M^a Ángeles
Narbona Galdó, María
Olivares Guerrero, M^a Teresa
Pérez Martínez, Rosa M^a
Piñas Portillo, María
Ramos Salas, M^a Estela
Rísquez Palomares, Gabriel
Rodríguez Ruiz, M^a Carmen
Ruiz Sutilo, M^a Jesús
Salvador Teodoro, Inmaculada
Santos Casado, M^a Teresa
Soto Gómez, María
Torres Porrás, Elisabeth
Villar Cano, Elidia
Villar Hidalgo, Faustina
Villarejo García-Dencha, M^a Dolores

**FACULTAD DE TRADUCCIÓN E INTERPRETACIÓN
UNIVERSIDAD DE GRANADA**