

¿Qué son las habilidades sociales?

Son el conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva. Permiten expresar los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual el/la estudiante se encuentra mientras respeta las conductas de los otros.

Habilidades sociales básicas

¿CUÁLES SON LAS HABILIDADES SOCIALES BÁSICAS EN NIÑOS

- 1 **Apego:** capacidad de establecer lazos afectivos con otras personas.
- 2 **Empatía:** capacidad de ponerse en el lugar del otro y entenderle.
- 3 **Asertividad:** capacidad de defender los propios derechos y opiniones sin dañar a los demás.
- 4 **Cooperación:** capacidad de colaborar para lograr un objetivo común.
- 5 **Comunicación:** capacidad de expresar y escuchar.
- 6 **Autocontrol:** capacidad de interpretar y controlar los impulsos.
- 7 **Comprensión de situaciones.**
- 8 **Resolución de conflictos.**



Habilidades sociales complejas

Empatía: Capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.

Inteligencia emocional: Es la capacidad para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

Asertividad: Habilidad para ser claros, francos y directos, diciendo lo que se quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás ni menospreciar la valía de los otros.

Capacidad de escucha: Ser capaz de escuchar con comprensión y cuidado, entendiendo lo que la otra persona quiere decir y transmitiendo que hemos recibido su mensaje.

Capacidad de comunicar sentimientos y emociones: Poder manifestar ante las demás personas nuestros sentimientos de una manera correcta, ya sean positivos o negativos.

Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones: Habilidad social de una persona para analizar una situación teniendo en cuenta los elementos objetivos, así como los sentimientos y necesidades de cada uno.

Negociación: Capacidad de comunicación dirigida a la búsqueda de una solución que resulte satisfactoria para todas las partes.

Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás: Habilidad de ser consciente de nuestros derechos y los de los demás y defenderlos de una manera adecuada.

¿Para qué sirven las habilidades sociales?

Las habilidades sociales son el conjunto de conductas que nos permiten relacionarnos con los demás de manera satisfactoria, por lo que son imprescindibles en cualquier ambiente que nos podamos encontrar (en familia, en el trabajo, en la calle, etc.).



Una adecuada puesta en práctica de estas habilidades es beneficiosa para aprender a expresarse y comprender a los demás, tener en cuenta las necesidades e intereses de todo el mundo, intentar encontrar la solución más satisfactoria para todos ante un problema o ser solidario, cosas fundamentales si queremos vivir en sociedad.

Una de las maneras de enseñar algunas habilidades sociales es a través de los pictogramas....

PREGUNTELE: ¿Qué harías Si...?



Colegio Montaner
Año escolar 2020

“UNA GUÍA PARA DESARROLLAR HABILIDADES SOCIALES EN ALUMNOS CON TEA EN EL ENTORNO EDUCATIVO”




<p>Mientras trabajo sentado en la mesa:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Sigo las instrucciones 2. Trabajo en silencio 3. Estoy atento a mi tarea 4. Levanto la mano para pedir ayuda 5. Me mantengo en mi sitio 	<p>Cuando escucho a alguien me muestran:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Frente a ellos tanto con mi cuerpo, como con mi cabeza 2. Mantengo mi cuerpo todo lo quieto que pueda 3. Respondo a las preguntas que me pueda hacer 4. No interrumpo cuando me hablan 	<p>Cuando estoy en la fila:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Me mantengo en mi sitio 2. Estoy tranquilo y en silencio 3. Respeto el espacio personal entre mis compañeros y yo 4. Estoy todo lo quieto que pueda y sin salirme de la fila
<p>Cuando el profesor está hablando:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Estoy frente al profesor, tanto con mi cuerpo, como con mi cabeza 2. Sigo las instrucciones 3. Levanto la mano para hablar o hacer una pregunta 4. No interrumpo 5. Permanezco sentado y en silencio 	<p>Cuando estoy hablando con alguien:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Me coloco delante y le miro a los ojos 2. Respeto los turnos, cada vez habla uno. 3. Digo algo que sepa sobre el tema del que se está hablando 4. Hago preguntas sobre el tema del que se está hablando 	<p>Cuando juego un juego:</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Sigo las reglas del juego 2. Respeto los turnos, cada vez le toca a uno 3. Si gano: Sonrío y digo "bien jugado" 4. Si pierdo, aunque me enfado un poquito, digo: enhorabuena o bien jugado.



¿Qué harías si...

algunos de tus compañeros se rieran de ti en la escuela?

© Copyright Liblity.es



¿Qué harías si...

llegara el momento de ir a casa y no encontraras uno de tus libros?

© Copyright Liblity.es



¿Qué harías si...

uno de tus compañeros se sentara en tu sitio en clase?

© Copyright Liblity.es



¿Qué harías si...

tus compañeros quisieran jugar a un juego que no te gustara?

© Copyright Liblity.es

Valentina Parra Henríquez
Profesora en Educación
Diferencial