

FICHA PARA EL TRABAJO DE H.H.S.S. "PEDIR UN FAVOR"

ALUMNO:

CURSO Y GRUPO:

FECHA:

¿SABEMOS PEDIR UN FAVOR?

Hay que reflexionar sobre si saber pedir favores a otras personas sirve para algo, y si todo el mundo sabe pedirlos. Algunos no piden nunca un favor, por timidez o por orgullo. Hay personas que son capaces de empujar ellos solos un piano de una habitación a otra (aunque sea terminando con un dolor de espaldas que les dure varios días), antes que pedir a un amigo o conocido que les ayude. Otros están pidiendo favores continuamente, y con tono mandón, obligando a los amigos a hacer lo que deberían hacer ellos: eso no es habilidad social, sino "cara".

La habilidad social consiste en darnos cuenta de cuándo necesitamos ayuda y saber pedirla.

Conviene que quede claro en el grupo que hay tres formas fundamentales de pedir un favor:

- **Inhibidamente**, es decir, con timidez o cobardía.
- **Agresivamente**, exigiendo al otro que nos tiene que hacer ese favor (¿algunos llegan hasta a las amenazas!).
- **Asertivamente**, es decir, con eficacia (con gracia, con buenas palabras) y con justicia (sin molestar, sin exigir lo que no merecemos).

La habilidad social de pedir un favor es solamente esta tercera forma.

CUANDO NOS PIDEN MAL UN FAVOR

Anota diferentes situaciones que te hayan ocurrido en las que alguien te haya pedido un favor casi obligándote a hacerlo, también ocasiones en las que te hayan pedido favores cuando realmente no lo necesitaban.

1.

2.

3.

4.

APRENDIENDO A PEDIR FAVORES

Imagina la siguiente situación:

"Vas por la calle con un conocido que no es muy amigo tuyo y tienes ganas de beber agua porque hace mucho calor. No llevas dinero en el bolsillo y quieres pedirle a tu conocido que te preste unos euros o que te invite".

Anota cuál sería la forma agresiva, inhibida y asertiva o correcta de pedirle a ese conocido que te preste dinero o que te invite.

1. Agresiva:

2. Inhibida:

3. Asertiva:

Puedes hacer lo mismo con estas otras situaciones:

- *“Un amigo tuyo, o de tu padre, tiene un taller de motos y bicicletas, y le quieres pedir que te arregle gratis una moto que tienes estropeada”*
- *“Tienes que recoger a un familiar en el aeropuerto con tu madre, como el taxi es muy caro y no tienes dinero, quieres pedirle a un vecino que te lleve o te deje el dinero para el taxi”.*
- *“Un compañero que está contigo en el Centro y que es muy agresivo, te tiene amenazado y has llegado a tenerle miedo. Quieres pedirle a otro, que no es muy amigo tuyo pero que es fuerte y por eso es respetado por todos, que te proteja contra el que te amenaza”.*