Importancia de las habilidades sociales

Actualmente vivimos en una sociedad inmersa en la era digital, donde las iglas y los dispositivos multimedia se anteponen a esos juegos tradiciones de toda la vida.

Desde este punto de vista es imprescindible tener en cuenta que una ausencia de habilidades sociales trae consigo:

 Pueden ser aislamiento social, rechazo, a veces agresividad, y, en definitiva, un desarrollo menos feliz y limitado en sus posibilidades de crecimiento.

**La falta de habilidad** social puede ser especialmente dolorosa en la adolescencia cuando la relación con los iguales y la transición a la vida adulta supone nuevas exigencias y retos comunicativos.

La investigación sugiere que con la edad no mejora la falta de competencia social de muchos niños. **Los déficits en habilidades sociales se han relacionado con baja autoestima, con un locus de control externo y con la depresión.**

El respeto es un **sentimiento positivo que se refiere a la acción de respetar; es equivalente a tener veneración, aprecio y reconocimiento por una persona o cosa**. Como tal, la palabra proviene del latín *respectus*, que traduce ‘atención’, ‘consideración’, y originalmente significaba ‘mirar de nuevo’, de allí que algo que merezca una segunda mirada sea algo digno de respeto.

Respeto también es sinónimo de **TOLERANCIA** .

En multitud de ocasiones ocurre que el respeto viene dado por la empatía y feeling que nos muestra el grupo de iguales.En nuestro grupo-clase debemos como docentes promover ese sentimiento de grupo , de unión <<todos para uno y uno para todos>> .Esto se consigue cuando existe la confianza , la empatía y se cree un clima adecuado.

¿Cómo podemos mejorar o conseguir el respeto en nuestras aulas?

En primer lugar es imprescindible : el que haya compañerismo y unas normas que cumplir , Debe existir la empatía ese ponernos en la pìel del otro .En multitud de ocasiones nos encontramos problemas que puden venir dados por conductas disruptivas, faltas de respeto dadas por agresiones físicas o verbales…..

Desde nuestro puesto de docentes debemos de indagar el porqué ha ocurrido esto y llevar a cabo soluciones constructivas al respecto.

Juegos de niños para aprender a respetar a los demás

**Juegos de niños para aprender** a favorecer el valor del respeto a los demás.

Objetivo de los juegos de niños para aprender

* Favorecer el desarrollo de las habilidades sociales.
* Comprender la importancia del respeto para las interacciones y relaciones sociales.
* Fomentar la capacidad de respetar a los demás.
* Desarrollar una actitud positiva y una interiorización del respeto como actitud.

**Participantes de los**[**juegos para niños**](http://www.educapeques.com/recursos-para-el-aula/juegos-para-ninos/)

Niños y niñas de  7 años en adelante.

**Materiales de los juegos de niños para aprender**

* Material para escribir.

**¿En qué consiste el Juego educativo?**

El **juego** es una dinámica educativa que trata de [**favorecer el desarrollo del respeto**](http://www.educapeques.com/escuela-de-padres/educar-los-ninos-en-igualdad-y-respeto-los-demas.html). El respeto hacia los demás es un principio, un valor, es decir es una actitud que mueve la acción de un modo u otro. El respeto contribuye a unas relaciones e interacciones sociales buenas y positivas. Sin embargo, en muchas ocasiones dejamos de lado estos aspectos tan importantes de la educación de los niños y niñas. Educar en el respeto contribuye a mejorar sus habilidades sociales y favorece unas relaciones e interacciones sanas y positivas. A través de esta dinámica educativa conseguiremos que los niños y niñas reflexionen sobre el respeto, sobre sus actitudes y sobre la importancia de respetarse unos a otros.

**Instrucciones del juego didáctico**

**Explicación:**Les explicaremos a los niños y niñas lo siguiente: “El respeto es algo muy importante para relacionarnos con los demás, pero no siempre nos respetamos unos a otros. Cuando nos tratamos unos a otros con respeto mejoramos nuestras relaciones, nos entendemos mejor y nos sentimos mejor. Vamos a ponernos en grupos y a pensar en el respeto, vamos a escribir una lista con lo que se debe hacer para tratar a la gente con respeto, y lo que no se debe hacer”.

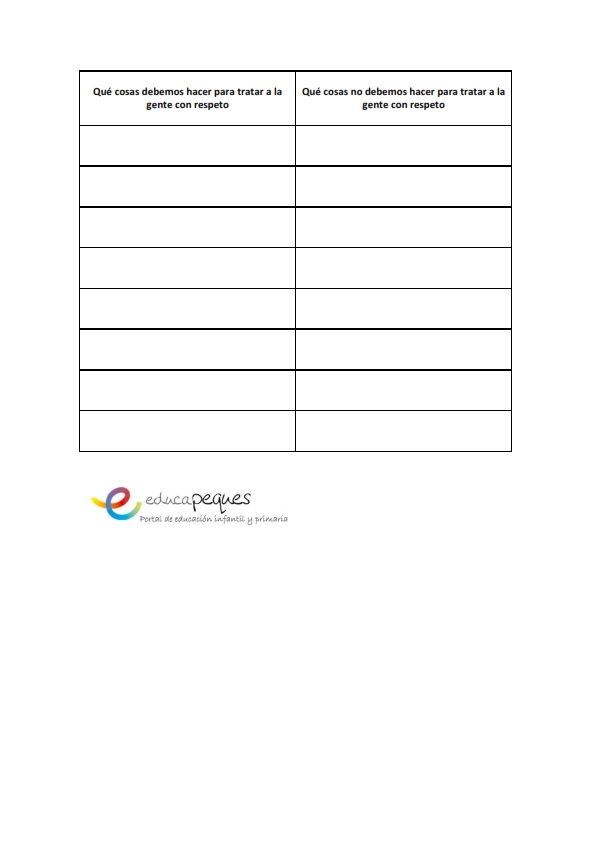
Hacemos grupos de 3-4 participantes (dependiendo del número de miembros de nuestro grupo).  Les ponemos algunos ejemplos, sobre todo con niños y niñas pequeños, por ejemplo tratar con respeto a los demás es escuchar cuando estén hablando y  no hacerlo sería no escuchar y comenzar a hablar nosotros cuando todavía no hayan terminado de hablar. Dejamos tiempo para que hagan su lista.

Una vez terminada la lista, se hace una puesta en común y se compara con las listas de los compañeros y la nuestra. Algunas de las cosas que deberían aparecer (si no aparecen podemos introducir nosotros en nuestra lista son: tratar a los demás como quieres que te traten, ser cortés y educado, escuchar, no insultar, no burlarse de los demás, no molestar, ni abusar, no juzgar, valorar a las personas, pedir permiso, etc. )

La puesta en común es muy importante, dejar que reflexionen, que hablen que nos expliquen y les expliquemos. Podemos enriquecer la dinámica, haciendo rolle playing sobre lo que es tratar con respeto y lo que no es tratar con respeto.

Para finalizar realizamos una lista común en conjunto con las cosas más relevantes, y la colocamos en un lugar visible, para repasarla y tenerla en cuenta.

**Juegos de niños para aprender** a desarrollar las habilidades sociales de respeto



¿Qué entendemos por Asertividad?

La asertividad es una estrategia de comunicación que nos permite defender nuestros derechos y expresar nuestra opinión, gustos e intereses, de manera libre y clara, sin agredir a otros y sin permitir que nos agredan. Una conducta asertiva nos permite hablar de nosotros mismos, aceptar cumplidos, pedir ayuda, discrepar abiertamente, pedir aclaraciones y aprender a decir “no”.

Hay tres estilos básicos en la conducta interpersonal:

- Estilo pasivo: Son personas que no defienden sus intereses, no expresan sus sentimientos verdaderos, creen que los demás tienen más derechos que ellos mismo, no expresan desacuerdos.

Este estilo tiene como ventaja que no suele recibir rechazo directo por parte de los demás. Pero tiene la desventaja de que los demás se van a aprovechar. Las personas que se comportan de manera pasiva presentan sentimientos de indefensión, resentimiento e irritación.

- Estilo agresivo: No tienen en cuenta los sentimientos de los demás. Acusan, pelean, amenazan, agreden, insultan. Presentan la ventaja de que nadie les pisa y la desventaja de que nadie les quiere a su lado.

- Estilo asertivo: Consiguen sus objetivos sin dañar a los demás. Se respetan a ellos mismos pero también a los que les rodean. Actúan y dicen lo que piensan, en el momento y lugar adecuados, con franqueza y sinceridad. Tienen autenticidad en los actos que realizan, están seguros de sus creencias y tienen la capacidad de decidir.

Juegos para conseguir que el niño sea asertivo

. El buzón de sentimientos: Este juego ayuda al niño a [expresar sus sentimientos](https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/videos-sobre-inteligencia-emocional-en-los-ninos/) de forma adecuada. ¿Por qué no poner un buzón de sentimientos en casa dónde expresemos cómo nos ha hecho sentir una situación? En el fin de semana podemos leer todos los mensajes, y así nuestro hijo podrá entender cómo les hizo sentir esa situación en concreto. Por ejemplo: 'Yo me sentí mal cuando mi hermano no me dejo jugar con sus amigos'. En caso de que no pueda escribirlo, puede dibujarlo. El objetivo es que todos empecemos diciendo: Yo me sentí…. Cuando….

3. El cuento encadenado: Este juego ayuda a la resolución pacífica de conflictos. No hay nada mejor para aprender [que un cuento,](https://www.guiainfantil.com/1226/cuentos-infantiles-que-hablan-de-valores.html) así que además de fomentar la creatividad y la lectura, podrás mejorar su asertividad jugando al cuento encadenado. Para jugar,  escribe tus propios cuentos donde entre todos penséis en formas de resolver conflictos, el único requisito será que el protagonista enfrente los problemas de forma no violenta.  Para conseguir que fluya mejor la imaginación prueba con iniciar tú el cuento: 'Aquella fría mañana de invierno, Marco no quería ir al cole. Tenía mucho miedo de Germán porque…' Será un cuento encadenado dónde todos darán forma a esos personajes y sus problemas.

¿Qué podemos hacer cuando un niño no es asertivo?

Podemos distinguir formas directas e indirectas de educar la asertividad.

Entre las formas directas debemos distinguir lo siguiente:

Las formas directas de educar en la asertividad se emplean sobre todo cuando el niño conoce el problema social que tiene, pero no sabe como afrontarlo. Un caso habitual es el del acoso escolar por parte de algún compañero, lo que lleva al pequeño a sentirse agobiado y angustiado, con [baja autoestima](https://www.guiainfantil.com/salud/autoestima/index.htm), e incluso a reducir su rendimiento académico.

En este caso, los [padres](https://www.guiainfantil.com/educacion/educacion.htm) deben guiar a su hijo y hacerle comprender que el problema tiene solución, formando un equipo en común. Se le debe transmitir seguridad y confianza.

Los adultos deben anailizar junto al niño por qué se produce el [acoso](https://www.guiainfantil.com/educacion/escuela/acosoescolar/prevencion.htm) y las opciones que tiene para enfrentarse a dicha situación, así se reforzará también la capacidad de decisión del pequeño. Pueden explicar a su hijo ejemplos de casos semejantes que se conozcan, e incluso dar una explicación de cómo afrontar este tipo de problemas sociales.

Y lo que respecta a las formas indirectas:

1. Las formas indirectas de educar en la asertividad se basan en cómo podemos influir en el niño sin que se percate de ello. Por lo general, este método se basa en la empatía de los padres hacia los niños, es decir, deben [conocer el problema](https://www.guiainfantil.com/educacion/familia/comfamilia.htm) que tiene su hijo, escucharle y ponerse en su lugar.

2. Otra técnica indirecta de conseguir un comportamiento asertivo es reforzar las [capacidades del niño](https://www.guiainfantil.com/1143/el-caracter-y-la-conducta-de-los-ninos---tv.html), reconociendo de forma positiva si se ha comportado de manera correcta. Se debe tener cuidado de no caer en un comportamiento repetitivo con los halagos, y solo utilizarlos de forma general cuando el pequeño supere correctamente conductas más difíciles o que no había conseguido antes.

Juegos para mejorar la asertividad y pueden aplicarse también para buena parte de habilidades sociales.

Aquí tenéis 7 juegos para aprender divirtiéndonos:

1. **ABRAZOS MUSICALES**

* **Objetivos:**pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales.
* **Materiales:** instrumento musical o minicadena.
* **Desarrollo:**una música suena a la vez que los participantes danzan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar (si quieren, con su compañero). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final. (En todo momento ningún/a niño/a puede quedar sin ser abrazad@).

**2. LA GRAN TORTUGA**

* **Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, solicitar y ofrecer ayuda, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás y pedir ayuda cuando lo necesite.
* **Materiales:**colchoneta.
* **Desarrollo:**este juego puede ser realizado en la sala de psicomotricidad. El “caparazón” será una gran colchoneta de gimnasio. Según el tamaño de la colchoneta, se dividirá a l@sniñ@s en grupos de cuatro a diez. L@sniñ@s se colocan a cuatro patas, cubiert@s por la “concha de tortuga”. Sin agarrarla, tienen que intentar moverla en una dirección o hacerla recorrer un itinerario determinado. Si l@sniñ@s no se organizan y cada uno va a lo suyo, la tortuga acabará en el suelo. Pronto se darán cuenta de que es necesario cooperar para moverla con cierta soltura.

**3. DIBUJOS EN EQUIPO**

* **Objetivos:**pertenecer a un grupo, enriquecer las relaciones sociales, reconocer los errores y pedir disculpas.
* **Materiales:**un lápiz por equipo, folios de papel.
* **Desarrollo:**se hacen equipos de aproximadamente 5 o 6 niñ@s. Estos equipos se forman en fila, un equipo junto al otro, y el primero de cada fila tiene un lápiz. Frente a cada equipo, a unos 7 o 10 metros, se coloca un folio de papel. El juego comienza cuando el profesor/a nombra un tema, por ejemplo, “la ciudad”, luego el primero de cada fila corre hacia el papel de su equipo con un lápiz en la mano y comienza a dibujar sobre el tema nombrado. Después de unos 10 segundos, el profesor/a gritará “¡Ya!” y los que estaban dibujando corren a entregar el lápiz al segundo de su fila, que rápidamente corre a continuar el dibujo de su equipo. Cuando todos hayan participado, se dará por terminado el juego y se procederá a una votación realizada por los propios niños en donde elegirán el dibujo que más les ha gustado (sin necesidad de que fuese el suyo).

**4. EL DRAGÓN**

* **Objetivos:**pertenecer a un grupo, enriquecer las relaciones, solicitar y ofrecer ayuda, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás, pedir ayuda cuando lo necesite y reconocer los errores y pedir disculpas.
* **Materiales:**pañuelos.
* **Desarrollo:**se divide al grupo en subgrupos de 8 o 7 niñ@s. El primer niño hará de dragón y el último de cola, llevando un pañuelo colgado en la cintura. La cabeza intentará coger las colas de los demás dragones. Y la cola, ayudada por todo su grupo, intentará no ser cogida. Cuando una sola cola es cogida (se consigue el pañuelo), el dragón al que pertenece el pañuelo se unirá al que le ha cogido la cola, formando así un dragón más largo. El juego terminará cuando todo el grupo forme un único dragón.

**5. EL INQUILINO**

* **Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás y pertenecer a un grupo.
* **Materiales:**no se necesitan.
* **Desarrollo:**se forman tríos de niñ@s, dos de ellos representan con los brazos el techo de una casa y con el cuerpo la pared derecha e izquierda respectivamente y el tercero se mete dentro de la casa convirtiéndose en el “inquilino”. Cuando el profesor/a grite “¡Inquilino!”, estos deben salir de su casa y buscar una nueva. Por el contrario, si el profesor/a dice “¡casa!”, son éstas las que se mueven buscando otro inquilino.

**6. BAILES POR PAREJAS**

* **Objetivos:**pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales.
* **Materiales:**no se necesitan.
* **Desarrollo:**todos los participantes se reparten en parejas y se unen por la espalada. Si hay un número impar de personas, la persona que sobra canta, mientras todos se mueven alrededor de la habitación con las 9espaldas en contacto. Cuando el canto cesa, cada personas busca una nueva pareja, y la persona libre busca también la suya. La persona que queda desparejada ahora, es la que comienza de nuevo con el canto.

**7. EL ARO**

* **Objetivos:**enriquecer las relaciones sociales, aprender a resolver los problemas que surjan con los demás, pedir ayuda cuando lo necesite y reconocer los errores y pedir disculpas.
* **Materiales:**un aro por equipo.
* **Desarrollo:**el profesor/a invita a 5 o 6 jugadores a colocarse alrededor de cada aro. Se colocan poniendo los brazos sobre los hombros de l@scompañer@s formando un círculo alrededor del aro, y de forma que el aro quede sobre sus pies. La idea es que han de subir el aro hasta la cabeza, sin ayudarse de las manos, y meter tod@s la cabeza dentro de él.