

**PROGRAMA
DE COMPETENCIA SOCIAL**

DECIDE TÚ I

PRIMARIA

PRIMERO Y SEGUNDO CICLO

Autor:
Manuel Segura Morales
Margarita Arcas Cuenca
Ilustraciones:
José Carlos Pérez Díaz

DECIDE TÚ I

ÍNDICE

<i>JUSTIFICACIÓN TEÓRICA DEL PROGRAMA</i>	1
1. JUEGOS DE ATENCIÓN.....	7
El gato copión. Seguir instrucciones.	
2. PREGUNTAS MÁGICAS	11
Qué tengo que hacer. De cuántas maneras puedo hacerlo. Cuál es la mejor. Qué tal lo hice .	
3. SIEMPRE HAY OTRA MANERA	19
4. LOS DETALLES SON IMPORTANTES	21
Atención visual con preguntas mágicas.	
5. ATENCIÓN VISUAL Y AUDITIVA	31
Encontrar los iguales. Dar palmada en palabra clave.	
6. ALFABETISMO EMOCIONAL	43
Identificar emociones. Juegos de emociones: representar; emociones y situaciones; el dominó de emociones.	
7. CAUSALIDAD EMOCIONAL. AUTOINSTRUCCIONES.....	61
Las emociones tienen causas. Representar y adivinar. Pensar en voz alta sin hablar.	
8. PENSAMIENTO CAUSAL, ALTERNATIVO, EMPATÍA	71
Sigue causalidad emocional. Dar palmada, pero más difícil.	
9. EXPLICACIONES Y AUTOCONTROL	81
¿Por qué? porque... Simón dice.	
10. LOS PROBLEMAS INTERPERSONALES TIENEN SOLUCIÓN	87
11. LAS COSAS Y LAS IDEAS SE RELACIONAN. ADIVINANZAS.....	89
Palabra que no corresponde. Resolver conflictos. Círculo, cuadrado y triángulo de colores. Adivinanzas.	

12. QUÉ PASARÍA SI... ..	101
Pensamiento consecuencial.	
13. PIENSA ANTES LAS CONSECUENCIAS	113
Pensamiento consecuencial en las relaciones con otros.	
14. SOLUCIONES. CONTROL AUDITIVO	115
15. MÁS CONTROL AUDITIVO. MÁS PREVER CONSECUENCIAS	119
16. SEGURO – PELIGROSO	123
17. SIRVE – NO SIRVE	131
18. JUSTO – INJUSTO	139
19. DECIDE TÚ Y DECIDE BIEN	147
Solución de problemas con los tres criterios. Láminas de criterios.	
 <i>APÉNDICE AL PROGRAMA “DECIDE TÚ”</i>	 157
Recomendaciones para implantar el programa.	
Utilización de historietas cómicas.	
Entrenamiento en habilidades sociales: hacer un elogio; pedir un favor; presentar una queja; decir que no; responder al fracaso; disculparse; ponerse de acuerdo.	
 <i>BIBLIOGRAFÍA</i>	 167

JUSTIFICACIÓN TEÓRICA DEL PROGRAMA “DECIDE TÚ”

“Decide tú” es un programa para los cursos de Primaria, dirigido a la solución de problemas, por medio del desarrollo de las habilidades sociales y cognitivas. El programa ha demostrado una gran eficacia, no sólo para niños y niñas agresivos, sino también para cualquier niño o niña que tienda a responder o actuar sin pensarlo suficientemente, o que no sepa resolver sus problemas adecuadamente.

Un concepto fundamental para entender el soporte teórico de este Programa es el de "mediación verbal". Se llama mediación verbal al uso del lenguaje como un regulador interno del pensamiento racional y lógico. El uso de la mediación verbal se desarrolla, normalmente, entre los cinco y los siete años de edad y es lo que diferencia los procesos "humanos" de pensamiento, de los procesos propios de animales inferiores o de niños pequeños; es decir, se pasa de procesar la información "asociativamente", a hacerlo "cognitivamente".

De acuerdo con los trabajos clásicos de Luria y Vygotsky, se pueden resumir así las etapas del desarrollo de la función inhibidora del lenguaje:

- En el primer año, el lenguaje tiene una función social e instrumental, pero no tiene función inhibidora;
- el segundo año señala el comienzo de la respuesta infantil a las órdenes inhibidoras de los padres y madres (pero no a las suyas propias);
- en los años preescolares, se empieza a regular la propia conducta dándose órdenes en voz alta, pero no se hace caso de las dadas en silencio (ni tampoco, en forma de murmullo);
- entre los 5 y los 7 años, la mayoría de los niños y niñas aprenden a inhibir y regular su conducta por medio de una actividad verbal interior, silenciosa, que cada vez se hará más automática en la edad adulta.

A partir de los años 70, los trabajos de Jensen y los de Achenbach han demostrado que el retraso escolar del alumnado de clase cultural baja, se debe, precisamente, a no saber usar espontáneamente la mediación verbal y a que, por consiguiente, no usan el razonamiento, sino la asociación libre, para responder.

Igualmente Copeland señaló diferencias semejantes entre niños hiperactivos y no hiperactivos: estos últimos usan por igual toda clase de lenguaje interior, mientras que los hiperactivos usan más el exterior y además usan más exclamaciones y más descripciones del ambiente, pero usan menos el lenguaje para hacer planes y

para autorregularse. Es decir, que hay diferencias claras en el uso del lenguaje, interior y exterior, entre niños y niñas con hiperactividad y sin ella.

Esos estudios y los de B.W. Camp, sugieren con fuerza las dos conclusiones siguientes:

1. Un desarrollo adecuado de la mediación verbal facilita la internalización de la función inhibidora del lenguaje, que sirve para bloquear las reacciones impulsivo-asociativas, tanto en el campo cognitivo como en el social.
2. La mediación verbal sirve, igualmente, para facilitar el aprendizaje, la solución de problemas y la previsión de consecuencias.

Una vez alcanzadas esas conclusiones, era lógico esperar que empezarían a idearse programas para desarrollar correctamente la mediación verbal. Así lo hizo Meichenbaum, que ya venía trabajando en ese campo, desde que había publicado en colaboración con Goodman, un estudio ya clásico sobre la mediación verbal y la impulsividad. El programa de Meichebaum, dirigido a que los niños y niñas se hablaran a sí mismos mientras intentaban resolver problemas impersonales, consiguió un notable aumento en su rendimiento escolar. Pero, como era de esperar, no mejoró sensiblemente la conducta de los alumnos en sus relaciones sociales. En cambio, el programa de Spivack y Shure estaba dirigido a conseguir que verbalizaran planes, soluciones y consecuencias referentes a problemas sociales, es decir interpersonales. Explicamos esto con más detenimiento.

Es sabido que unas personas son muy buenas para matemáticas y muy deficientes para todo lo artístico; otras son magníficas para idiomas y muy malas en ciencias naturales. Y otras triunfan en la investigación científica, pero son insoportables en su casa y para sus amigos. Gardner explica esa diversidad con su teoría de las siete inteligencias y Goleman con su atractivo concepto de "inteligencia emocional". Ambos autores coinciden en la importancia absolutamente primordial de la inteligencia interpersonal y la necesidad de desarrollarla.

Spivack y Shure han tenido el mérito de identificar los pensamientos, o habilidades cognitivas necesarias para poder solucionar problemas interpersonales. Quienes no tengan esos pensamientos, se relacionarán mal con los demás, serán personas egocéntricas y agresivas, crearán muchos problemas. Investigaciones posteriores, por el profesor Ross, de Canadá, y otros, han demostrado que esos pensamientos faltan a los delincuentes y a muchos drogadictos. Igualmente faltan, o están muy atrofiados, en personas que causan problemas constantes de convivencia. Esto es una luz nueva: resultaría que el problema no está en la voluntad ("ser malo"), sino en el entendimiento ("no ver otra cosa"). Es una noticia llena de esperanza, porque esos pensamientos se pueden enseñar.

Pero ¿cuáles son esos pensamientos necesarios para la relación interpersonal? Son cinco: pensamiento causal, alternativo, consecuencial, de perspectiva y medios-fin.

El pensamiento causal: es la capacidad de determinar dónde está el problema. Es la capacidad de formular el problema. Es la habilidad de diagnosticar correctamente los problemas interpersonales. Los que no tienen este pensamiento,

suelen atribuir sus problemas a los otros ("es que el maestro o la maestra la ha tomado conmigo", "es que mi mujer me hace la vida imposible") o a la mala suerte.

El pensamiento alternativo: es la capacidad de generar el mayor número posible de soluciones, una vez que está formulado el problema: "podríamos pedir un préstamo, o gastar menos, o vender algo, o hacer algún trabajo extra, ¡o robar!", etc. Quien no tiene este pensamiento, no sabe por dónde tirar y suele buscar una salida violenta. Antonio Machado decía que de cada diez cabezas españolas, una piensa y nueve embisten. Quienes embisten son los que no tienen pensamiento alternativo. Este pensamiento alternativo es también necesario para ejercitar bien el pensamiento causal.

El pensamiento consecuencial: es la capacidad de prever las consecuencias de actos y dichos, propios y ajenos. Decía Hegel que la madurez humana consiste en prever las consecuencias de nuestros actos y asumirlas.

El pensamiento de perspectiva: es la capacidad de ponerse en el lugar de otro, de salir del egocentrismo. Las personas agresivas tienen mucha dificultad en ponerse en el lugar de otro (recuérdese por ejemplo a los violadores). Pero a todos nos cuesta; es lo que más cuesta.

El pensamiento medios-fin: es la capacidad de tener objetivos y saber seleccionar los mejores medios para conseguirlos. Quien no tiene objetivos, procede a bandazos; quien no sabe elegir los medios para conseguir esos objetivos, se amarga.

El éxito espectacular del programa de Spivack y Shure tanto con niños normales, como con los agresivos y predelinquentes, sugirió a los profesionales la conveniencia de unir el enfoque impersonal de Meichebaum con el interpersonal de Spivack y Shure. Ese fue el origen, por ejemplo, del programa "Piensa en voz alta", de Camp y Bash y de otros diseñados por De Bono, por R. Ross, por V. Garrido Genovés, etc.

Todo nuestro programa se moverá en el campo de la solución de problemas, impersonales e interpersonales: ésa será su primera característica. La segunda, igualmente importante, será el entrenamiento en habilidades cognitivas, principalmente por medio de un modelado continuo por parte del profesorado. Los estudios de Glueck y de Lefkowitz habían distinguido tres posibilidades: que los padres y madres sean afectuosos y verbalizadores de sus intenciones; que sean afectuosos y no verbalizadores; que no sean afectuosos. Si son afectuosos y verbalizadores, la verbalización que hagan de sus intenciones y expectativas ofrece a sus hijos e hijas un modelo cognitivo excelente, para desarrollar el control verbal interno. Si son afectuosos, pero no verbalizan sus normas de disciplina, los hijos e hijas, aunque tengan un actitud receptiva hacia esos valores, no estarán bien socializados. Finalmente, si no son afectuosos, importa poco que verbalicen o no sus valores: los hijos e hijas se sienten rechazados y tendrán serios problemas en el desarrollo del control interno.

En cuanto a modelos cognitivos presentados por otras personas adultas, las conclusiones no son todavía tan claras como cuando se trata de los progenitores. Ya Bandura y Walters habían sugerido que los modelos adultos sustitutos de los padres eran menos eficaces para desarrollar el control interno, al ser más débiles los lazos afectivos con ellos. Pero el mismo Bandura defendió el valor del modelado en la terapia de conducta y Friedrich y Stein demostraron que alumnos de preescolar sometidos a un programa de 9 semanas, que incluía modelado de conducta y verbalización, consiguieron mejoras importantes en conducta prosocial, en concreto en perseverancia en el trabajo, obediencia a las reglas y capacidad de raciocinio.

El programa "Decide tú" pretende, pues, entrenar al alumnado para saber buscar soluciones adecuadas a sus problemas, sobre todo a los problemas interpersonales, es decir, con otros niños, y niñas con sus padres y madres, con adultos. Existen dos versiones del programa: "Decide tú I" para 2º, 3º ó 4º de Primaria, "Decide tú II" para 5º ó 6º de Primaria. Las dos versiones son completas en sí mismas: se puede empezar por la que corresponda, aunque no se haya trabajado la anterior. Además, no son idénticas, de modo que quien haga las dos no tendrá la sensación de estar practicando los mismos ejercicios, aunque en el fondo esté desarrollando siempre sus habilidades cognitivas y sociales.

La experiencia de aplicación del programa durante varios años, confirma sus excelentes resultados, en la prevención de problemas sociales (delincuencia, droga, agresividad) y como potenciador de las relaciones humanas del alumnado.

De la habilidad de cada educador o educadora y, sobre todo, de su entusiasmo, dependerá el sacar el mayor partido y los mejores resultados de este programa que ponemos, con gran ilusión, en las manos de todos los profesores preocupados por educar.

Nota sobre la valoración del Programa

La evaluación del programa norteamericano “Think Aloud” de Camp y Bash (tenido en cuenta al elaborar el “Decide tú”) se encuentra en los cap. 6, 7 y 8 del “Think Aloud” y en Wahlen y Henker “Niños hiperactivos: la ecología social de identificación y tratamiento”, New York Academic Press. En esa evaluación se mide el progreso en atención auditiva, necesidad de logro, control de la hiperactividad, concentración en el trabajo, amabilidad contra hostilidad, y se exponen los resultados de medidas estándar de lectura, matemáticas, fonética, lenguaje relevante, lenguaje interno y solución de problemas. Prácticamente en todas las variables, los resultados obtenidos con el programa fueron muy superiores respecto al pre-test y fueron mejores y más duraderos que con otros programas.

Una valoración de ese mismo programa, adaptado a niños pequeños y dirigido a la prevención de la conducta antisocial, puede verse en la tesis doctoral presentada por M.^a Dolores Martínez Francés en 1993 en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Valencia, con el título *La intervención educativa para la prevención de la conducta antisocial en la escuela*. La autora llevó a cabo nuestro programa de Competencia Social (habilidades cognitivas por medio del programa *Decide tú* para niños pequeños y habilidades sociales y discusión de dilemas morales). Para evaluar los resultados utilizó el MEPS (solución de problemas, de Platt y Spivack), COPE (competencia autopercebida, de Harter), BAS 1 (socialización, de Silva y Martorell), WISC (escala de inteligencia de Weschler, adaptada a niños) y utilizó un jurado independiente para evaluar las habilidades sociales. A los nueve meses, acabado el programa, el post-test demostró que el grupo experimental había mejorado en todos los sub-tests del WISC, en el liderazgo adaptativo, en la empatía, en la conducta escolar global, en la habilidad medios-fin y en el rendimiento escolar general.

Exactamente nuestro mismo programa, pero realizado con niños sordos, ha sido descrito y evaluado en la tesis doctoral de la profesora María J. Suárez Rodríguez, presentada en la Universidad de Laguna en 1997 con el título “Las habilidades sociales en niños sordos profundos”. Después de un detenido análisis (p.406-430) de la mejora conseguida después del programa en las diferentes habilidades sociales, Suárez concluye (p.431-436) que los alumnos sordos mejoraron significativamente en ajuste emocional y autoimagen, en solución de problemas interpersonales, en prever consecuencias, en resistir presiones de grupo y en no desmoronarse ante el fracaso.

Las valoraciones escritas por los profesores que realizaron el programa con sus alumnos y alumnas, coinciden en señalar los resultados altamente positivos conseguidos. Para cuantificar y valorar esos resultados, se está elaborando actualmente una tesis doctoral en el Departamento de Psicología Educativa de la Universidad de La Laguna.

LECCIÓN 1

Juegos de atención

INTRODUCCIÓN

El Decide tú empieza enseñando el juego del gato copión, para centrar la atención en los dos aspectos del modelado cognitivo: lenguaje y acciones. El gato copión es un juego muy útil para todo el curso, pero debe irse reduciendo poco a poco, a medida que el alumnado demuestre que es capaz de mantener su atención en el modelado del profesor o profesora. Sin embargo el juego puede ser introducido de nuevo, cuando se trata de una tarea especialmente difícil, o simplemente para volver a captar la atención de un niño o niña distraído.

Las primeras veces que uses esta técnica del gato copión es posible que los alumnos y alumnas repitan solamente el final de tus frases o que sólo hagan ruido con la boca, pero sin decir las palabras dichas por ti. Eso indica que tus frases son demasiado largas.

La señal de "se acabó de copiar" usada en el juego del gato copión es la misma que suelen usar algunos árbitros deportivos: los brazos cruzados en X, paralelos al suelo, se descruzan con fuerza y rapidez.

En esta lección se incluyen otras dos tareas: "seguir instrucciones", para reforzar la atención y obediencia de los alumnos y alumnas, y la de "colorear", que es una tarea fácil y relajante, que despierta la creatividad, ya que podrán colorear según su gusto personal.

OBJETIVOS

- Imitar correctamente al menos el 75% de las frases del profesor o profesora, en el juego del gato copión y ejecutar al menos dos de cada tres órdenes o instrucciones que reciban.

MATERIALES

- Dibujos sencillos para colorear
- Una tarjeta roja y una verde para cada niño o niña.
- Un calendario del año en curso
- Una lista con al menos 10 series de 3 instrucciones cada serie

Introducción al gato copión

Desde ahora en adelante, encontrarás ejemplos de cómo formular el contenido de cada lección. No tienes que usar esos ejemplos al pie de la letra, ni mucho menos. Cuando se trata del juego del gato copión, tus posibles frases irán separadas por barras (/), para recordarte que debes hacer un alto con frecuencia y facilitar así que los niños y las niñas te imiten.

PUEDES DECIR POR EJEMPLO:

¿Quién sabe el juego del gato copión? Pues quien lo sepa que lo explique a los demás... Eso es, tenéis que decir lo que yo diga y hacer (levanta el dedo) lo que yo haga. Para terminar el juego, yo haré esta señal (cruzas y descruzas los brazos rápidamente).

Esta mañana sonó el despertador, / me levanté de un salto y estiré los brazos, / me lavé la cara de prisa y me cepillé los dientes, / me vestí y me fui a desayunar, / cogí los libros del colegio/ y salí corriendo, corriendo, / para que no se me escapara el autobús. / Pero de pronto...

Aquí puedes terminar, con ese suspense. Haces la X de terminar.

A continuación, puedes pedir a los alumnos que ellos escriban una historieta corta, dividida en frase por una raya (/). Luego, permites que dos o tres de ellos practiquen esa historia con toda la clase, como si ellos fueran el profesor que juega al gato copión con sus alumnos.

Seguir instrucciones

Ahora vamos a jugar a otro juego, que se llama "Seguir instrucciones". Yo le digo a uno que haga algo y él o ella me escucha con atención y lo hace. Daré a cada uno tres instrucciones y todos los demás harán de árbitros, es decir, juzgarán si las realiza bien o no. Para eso les repartiré una tarjeta verde y otra roja, para que levanten la 1ª si lo hizo bien y la 2ª si lo hizo mal.

Las instrucciones que siguen las tienes que dar de tres en tres y sin gesticular. Puedes añadir todas las que quieras, de modo que haya tres para cada niño o niña, por ejemplo dime cómo te llamas, cuántos años tienes y dónde vives. No importa que repitas alguna vez las mismas instrucciones a distintas personas. No es necesario que lo hagas con toda la clase: es suficiente con que actúen ocho o diez y los demás los evalúen con las tarjetas.

Lista de instrucciones posibles

- *Acércate a la pizarra, coge una tiza de color rojo, escribe tu nombre.*
- *Di el nombre de quien está a tu derecha, tócale la cabeza, di el color de su pelo.*
- *Mira el calendario, date la vuelta y dime qué día del año, del mes y de la semana es hoy.*
- *Levántate sin hacer ruido, acércate a la ventana, dime qué día hace hoy.*
- *Tócate la nariz, ponte de pie, da un brinco.*
- *Dime el mote de un compañero, pregúntale su nombre verdadero y salúdalo con su nombre verdadero.*
- *Vete a la mesa de Carlos, coge una cera verde, dásela al maestro o a la maestra.*
- *Tírate de la oreja, ráscate la nariz, tócate la barriga.*
- *Toca la puerta, agáchate, da una vuelta.*
- *Ponte de pie mirando a los compañeros y compañeras y dime una cosa que tengas detrás y en qué lado está la puerta de la clase.*
- *Despídete con la mano, haz la V de la victoria, sonríe.*
- *Vete a la pizarra y dibuja arriba un barco y a la izquierda una pelota.*
- *Ponte mirando a la pizarra y dime, sin mirar, el nombre de todas las chicas de la clase.*

Colorear

Esta actividad consiste en colorear un dibujo sencillo (puedes hacer fotocopias de cinco o seis modelos, de modo que haya para toda la clase).

Les das un tiempo breve para colorear y así termina esta lección con una actividad tranquila y creativa.

El juego del gato copión es muy útil en cualquier momento en que necesites centrar la atención de los alumnos y alumnas.

LECCIÓN 2

Preguntas mágicas

INTRODUCCIÓN

Para enseñar al alumnado un lenguaje interior, por el que se den instrucciones a sí mismos, hemos seguido a Meichenbaum y a Goodman y hemos formulado cuatro preguntas. Esas preguntas son:

¿Qué tengo que hacer?

¿De cuántas maneras puedo hacerlo?

¿Cuál es la mejor?

¿Qué tal lo hice?

Es esencial que aprendan a formularse esas cuatro preguntas y a responderlas adecuadamente. Si eres tú quien hace las preguntas, el alumnado no las internalizará; en cambio, si se hace a sí mismo la primera pregunta, se dará cuenta de que se trata de centrarse en su trabajo. La segunda pregunta es fundamental, ya que fomenta los planes alternativos. La tercera pregunta es importante, ya que introduce la idea de elegir entre varias soluciones posibles, según sean las consecuencias de cada una de esas soluciones.

Las respuestas que dan a la cuarta pregunta, "¿Qué tal lo hice?", consisten muchas veces en una sola palabra: bien, muy bien, mal. Para conseguir una evaluación que sea verdaderamente crítica, la técnica más eficaz es un buen modelado por tu parte. Por ejemplo, después que les has modelado una tarea, decir: lo hice deprisa y sin hacer ruido; seguí muy bien el plan hasta el final; pensé maravillosamente las distintas alternativas; lo de quedarme en mi sitio lo hice regular, pero acabé el trabajo; me esforcé todo lo que pude, etc.

Otra técnica para conseguir una evaluación crítica es concretar bien los criterios de evaluación. Por ejemplo, el esfuerzo, la eficacia, el atenerse a un plan, la constancia, la limpieza, etc.

En esta lección 2, los alumnos y alumnas deberán copiar, como "gatos copiones", mientras tú les haces de modelo al colorear una figura geométrica sin salirte de los bordes. Se ha elegido el trabajo de colorear, porque es fácil y lo suelen hacer bien: así pueden dedicar toda su atención a la nueva habilidad, la de pensar en voz alta. Cuando les modelas esta actividad, usa frases cortas, para que puedan

repetirlas con facilidad. Y en un momento determinado debes modelarles frustración después de cometer un "error". En tu modelado, también debes insistir en generar alternativas.

OBJETIVO

- Trazarse un plan adecuado para colorear un dibujo, en respuesta a la segunda pregunta, "¿de cuántas maneras puedo hacerlo?"

MATERIALES

- Dibujos para colorear.
- Lápices de colores.
- Los 4 dibujos del niño y la niña que tienen que hacer un mural.

Jugando al gato copión

Vamos a jugar otra vez al gato copión. Recordad que debéis decir lo que yo diga y hacer lo que yo haga. Yo voy a colorear una figura y vosotros haréis lo mismo, pero en el aire, sin colorear todavía, aunque copiándome en todo.

Mantén el lápiz de color en alto hasta que veas que todos los niños y niñas están atentos y preparados para copiarte.

Voy a pensar en voz alta / ¿Qué tengo que hacer? / Tengo que colorear esta figura / sin salirme del borde. / ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? / Pues puedo hacer con cuidado lo cercano al borde y luego ir rápido por el centro, / o al revés, empezar por el centro y luego ir con cuidado al acercarme al borde, / o puedo dividirlo en tiras y pintarlas de distintos colores, / o en cuadritos... / Me salen cuatro maneras posibles / ¿Cuál es la mejor? / Creo que la primera: iré despacio, / haré primero lo cercano al borde / y luego podré ir más deprisa por el centro. / Ese es mi plan. / Voy a empezar. (Poco después cruzas la línea del borde y dices con frustración:) ¡Vaya! me equivoqué / por ir demasiado deprisa. / Me salí de la raya. / Bueno, no importa, / tendré más cuidado. / ¿Qué tal lo hice? / Lo hice lo mejor que pude. / Cuando tuve cuidado / no me salí de la raya. / Estoy alegre.

En este momento da la señal de dejar de copiar.

Hazles ver que te equivocaste cuando fuiste aprisa y sin pensar; por eso conviene hacer las tareas despacio y pensando lo que se hace.

Presentación de los dibujos del niño y la niña

Ahora se trata de presentar a los alumnos y alumnas el caso de Carlos y Elena (o puedes preguntarles qué nombre les quieren dar). Recuérdales cuáles son las cuatro preguntas de "Decide tú" y a continuación les vas presentando los cuatro dibujos de Carlos y Elena, que estarán dispuestos a recordar a todos esas cuatro preguntas cuando sea necesario.

Explícales que Carlos y Elena se plantearon esas preguntas cuando tenían que hacer un mural sobre la conservación del Medio Ambiente, que les había encargado el profesor o la profesora.

Recuérdales que las tres primeras preguntas se hacen antes de empezar a trabajar y la cuarta se hace cuando se ha terminado el trabajo.

Por último, antes de que los niños resuelvan el problema que les vas a presentar, discute con ellos varios planes, para que así ejerciten el pensamiento alternativo, indispensable para solucionar problemas. Puedes decirles algo así:

Yo usé el plan de empezar a colorear la figura por la parte cercana al borde y luego ir hacia el centro. También lo podía haber hecho al revés. ¿Se os ocurren otros planes posibles para colorear una figura cualquiera?

Si a los niños y niñas no se les ocurren planes alternativos, sugiereles tú algunos: apretar mucho o poco el lápiz, usar varios colores, dividir la figura en cuadraditos y colorearlos de distintos colores, etc.

Actividades para pensar en voz alta

Para ejercitar esas cuatro preguntas que acaban de aprender de Carlos y Elena, puedes proponerles las siguientes actividades:

1. Entregas a cada niño un dibujo sencillo en blanco y negro, apropiado a su edad y les pides que los coloreen, pero haciéndose las preguntas mágicas y respondiéndolas **por escrito** (pueden escribirlas debajo del dibujo, si hay sitio, o por detrás): ¿qué tengo que hacer?, ¿de cuántas maneras puedo hacerlo? (proponer al menos dos o tres), ¿cuál es la mejor?. Cuando terminen de colorear se deben hacer la última pregunta: ¿qué tal lo hice?

Luego presentas a toda la clase un mismo problema (por ejemplo, quiero ir al fútbol y no tengo dinero; o, tengo hoy Educación Física y cuando voy llegando al colegio me doy cuenta de que no he traído el chandal; o, se ha perdido algo en

la clase y dicen que yo lo he robado, etc.). Les das unos cinco minutos para que lo discutan en grupos de cinco, usando las cuatro preguntas. A continuación, haces una puesta en común, que puede ser exclusivamente sobre la segunda pregunta, es decir, sobre las alternativas que hayan encontrado para solucionar el problema.

Para terminar, les recuerdas que las cuatro preguntas de Carlos y Elena son muy útiles para solucionar problemas y les insistes, en concreto, en la importancia de pensar en todas las alternativas posibles, antes de decidir.

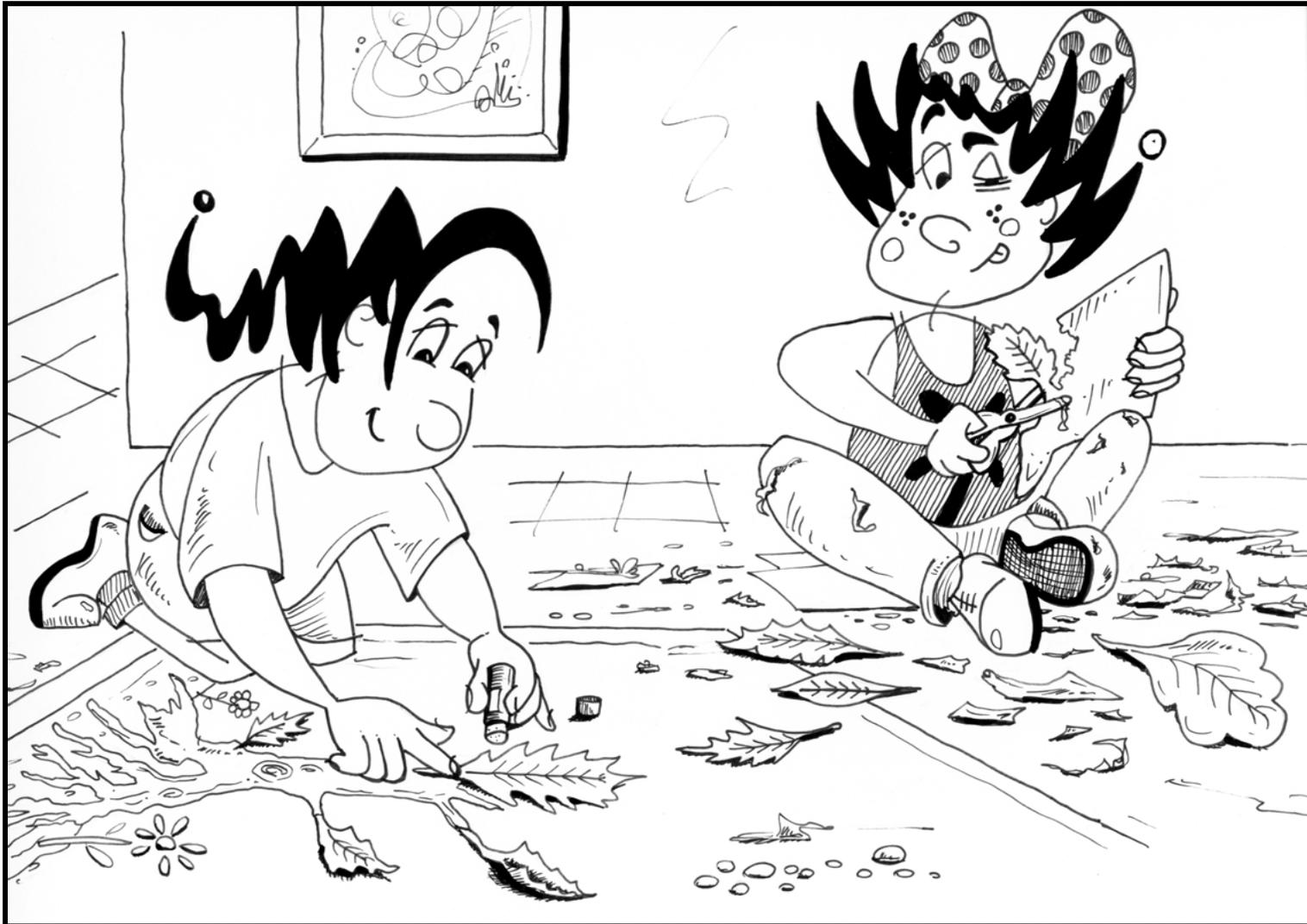
¿Qué tengo que hacer?



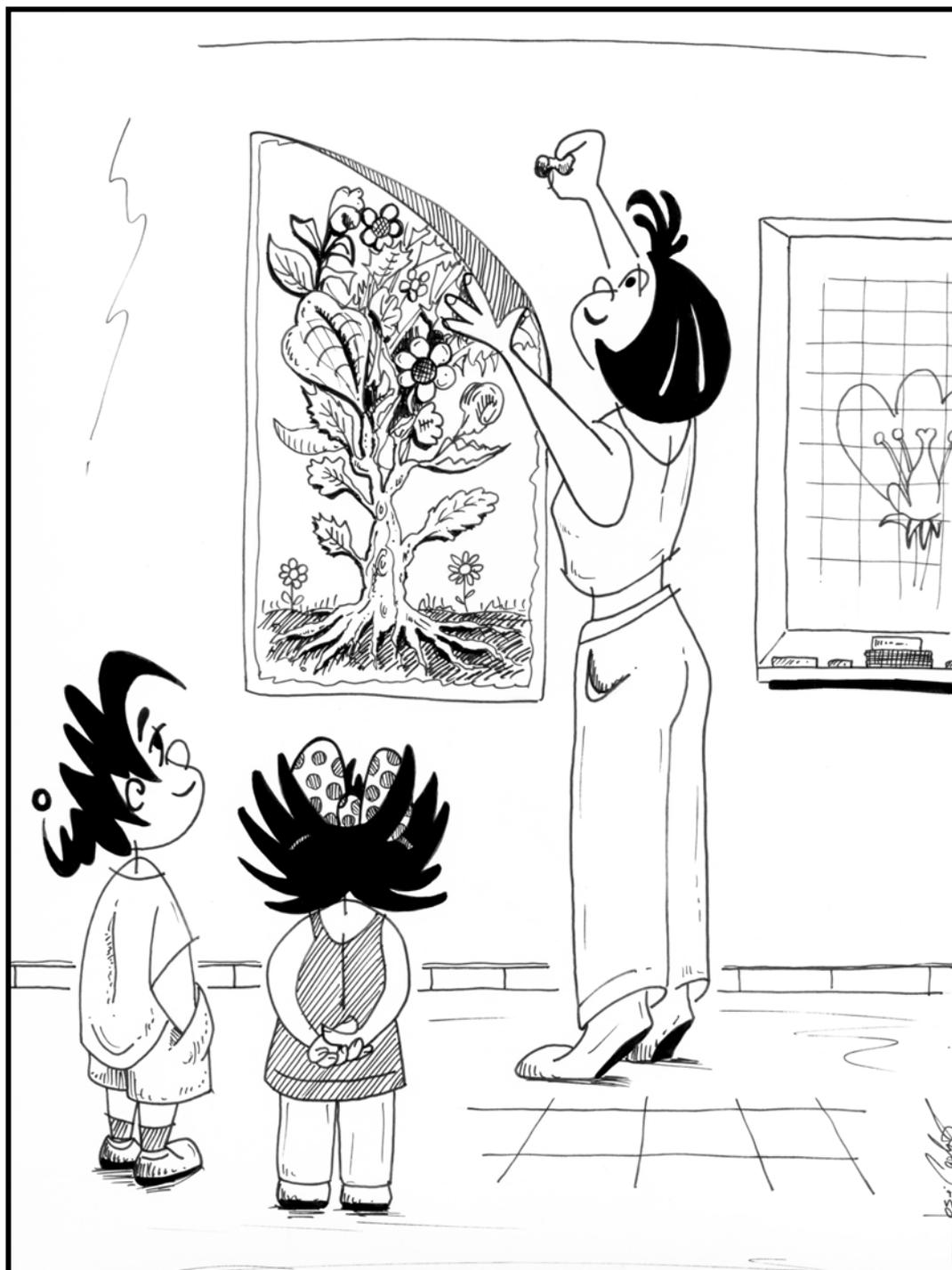
¿De cuántas maneras puedo hacerlo?



¿Cuál es la mejor?



¿Qué tal lo hice?



LECCIÓN 3

Siempre hay otra manera

INTRODUCCIÓN

El pensamiento alternativo es, tal vez, el aspecto más decisivo en la solución de problemas. En esta lección vamos a insistir en que el alumnado genere el mayor número de alternativas diferentes. Naturalmente, esto supone que entiende bien qué significa la palabra "diferente" o "distinto".

Es frecuente que, cuando un niño o una niña está aprendiendo a pensar en voz alta, se aferre al primer plan que se le ocurre para colorear una figura o resolver cualquier problema, como si ese plan fuera la única respuesta posible a la pregunta ¿de cuántas maneras puedo hacerlo?.

Para enseñarles que puede haber muchos planes diferentes y que se debe cambiar de plan cuando el elegido no sirve, les debes hacer un modelado en el que cambies de plan en medio de tu tarea.

OBJETIVOS

- Responder a las dos primeras preguntas del *Decide tú* mientras trabajan por su cuenta.
- Proponer al menos dos planes diferentes para hacer un puzzle.

MATERIALES

- Cinco o seis puzzles distintos de cualquier dibujo o foto bonita (pegada en cartulina, plastificada y cortada en 8 o más piezas).
- Los 4 dibujos de Carlos y Elena.

Modelado con el gato copión

Para empezar esta lección, inventa con los niños y niñas una discusión acerca de cada pregunta y de las varias respuestas que se dieron Carlos y Elena cuando

tenían que hacer el mural. Ten libertad para sugerirles ideas tú mismo: Carlos y Elena pensaron en hacer todos los dibujos del mural pero no sabían dibujar bien, o en hacer fotos en el mar y los montes pero era muy caro, o en pedirle a alguien que les dibujara los temas, pero era molestar, o en recortar fotos de revistas: era lo mejor.

A continuación les explicas que hoy el problema es nuevo: se trata de hacer un puzzle. Primero, tú les haces un modelado y ellos te imitan como gatos copiones, pero "en el aire", sin tener todavía sus puzzles (que sólo les darás al final, cuando se indique).

Para hacerles el modelado, puedes proceder, más o menos, así:

¿Qué tengo que hacer hoy?/ Tengo que unir estas piezas / para que salga un dibujo / ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? (señala el 2º dibujo de Carlos y Elena) / Podría mirar todas la piezas despacio / O podría unir las por el color / O podría buscar algo que reconozca / ¿Cuál es la mejor? / Esta última, porque si son zapatos irán abajo, si son caras irán arriba. / Este es el plan que voy a seguir:/ buscar cosas que reconozca. / Allá voy. / Esto parece un zapato / Los zapatos suelen estar abajo / así que lo pondré aquí abajo/.

(Así sigues con dos o tres piezas más. De repente, dices de manera impulsiva):

¡Ésta! / Anda, no sé qué es esto. / Podría coger esta pieza / pero no sabría dónde ponerla. / No veo ninguna otra pieza que reconozca. / Entonces necesito un plan diferente. / Voy a intentar emparejarlas por el color /.

Una vez que esté colocada la última pieza:

¿Qué tal lo hice? / Trabajé bien / y ahora estoy feliz. / Me fijé en piezas que podía reconocer / y luego en los colores / y resultó una figura. / Y ¿qué tal lo hicisteis vosotros? / Fuisteis excelentes (o regulares) gatos copiones /. Aquí debes dar la señal para dejar de copiar.

Haciendo un puzzle

Ahora empieza la segunda parte de esta lección.

Divides la clase en grupos de cuatro. A cada grupo les entregas un puzzle de 12 piezas ya desordenadas, les enseñas el modelo que tiene que resultar y les pides que hagan el puzzle en grupo, trazándose primero un plan con las cuatro preguntas y poniendo cada uno una pieza, por turnos. En total, tres cada niño o niña. Cuando lo tengan hecho les echas una ojeada y les preguntas qué planes se hicieron y cómo respondieron a las cuatro preguntas.

Desde ahora en adelante, debes animarles a pensar usando las cuatro preguntas, para las tareas del colegio. Pídeles que luego te cuenten los cambios de planes que hicieron para realizar mejor una tarea difícil.

LECCIÓN 4

Los detalles son importantes

INTRODUCCIÓN

Concretar significa poner nombres (o términos descriptivos) a los objetos. Esta es una de las formas más sencillas y fáciles de mediación verbal. El uso de términos concretos nos ayuda para concentrar la atención en aspectos importantes de un dibujo, de un puzzle o de una situación real; es decir, nos ayuda para analizar un problema y encontrar soluciones.

En esta lección se explica cómo concretar, para que los alumnos y alumnas aprendan a concentrar su atención en detalles que son importantes para distinguir entre cosas parecidas, pero no iguales.

Para empezar, les harás un modelado de cómo vencer la impulsividad y luego ellos vuelven a trabajar con un puzzle.

A continuación les presentas una tarea nueva, "encontrar los iguales" y les modelas ese trabajo, verbalizando los pasos que vas dando mientras buscas las figuras iguales en una hoja; mientras lo haces, comete un "error" y corrígete. Después te felicitas a ti mismo en voz alta por haberte esforzado mucho, a pesar de haber cometido un error, pues el esforzarse debe ser una experiencia gratificante, sea cual sea el resultado.

OBJETIVO

- Planificar en qué detalles concretos se fijarán para solucionar una hoja de encontrar los iguales y que rodeen con un círculo solamente dos de los dibujos.

MATERIALES

- Cinco o seis puzzles distintos.
- Una hoja para modelar el encontrar los iguales y cinco o seis modelos de encontrar los iguales, que luego puedes fotocopiar para tener uno para cada alumno.

Un puzzle

Puedes empezar esta lección diciéndoles, más o menos, esto:

Cada vez hacéis mejor lo de pensar con las 4 preguntas. ¿Qué problema resolvimos ayer pensando así? ¿Os acordáis de los planes que hicimos para hacer puzzles? Hacéis los puzzles maravillosamente. Hoy vamos a hacer otro, también en grupo. Aquí tenéis un puzzle para cada grupo. Tenéis que hacerlo pensando con las 4 preguntas, es decir, respondiendo a las cuatro preguntas, pero sin gritar, para no molestar a los del grupo de al lado. Venga, empezamos.

Cuando estén trabajando, te acercas a un grupo y dices en voz alta, para que te oigan todos los grupos:

Yo también voy a poner una pieza: a ver, a ver dónde va... Pero ¿qué estoy haciendo? No tengo derecho a coger vuestras piezas. Debo preguntar antes si me dejáis que os ayude. ¿Me dejáis poner una pieza en vuestro puzzle? (Suponiendo que te digan que sí) Gracias. Voy a probar con el color, colocando el costado de una pieza contra el de la otra, a ver si corresponde.

Deja que los niños y las niñas terminen el puzzle y pregúntales cómo respondieron a las cuatro preguntas.

Cuando hayan terminado, recoge los puzzles y pasa a la actividad siguiente.

Encontrar los iguales

Empieza esta actividad con toda la clase, explicándoles que el juego consiste en encontrar en una hoja los dibujos que sean completamente iguales y rodearlos con un círculo. Explica la diferencia entre "completamente iguales" y "parecidos". Diles que cuando hagan los círculos los hagan con rotulador o bolígrafo, para que se vea si se equivocaron y tuvieron que tachar. Puedes modelarles esta actividad así:

Lo que tengo que hacer hoy es descubrir y rodear con un círculo los dibujos que sean iguales, y hacerlo con rotulador o bolígrafo, para que se vea si me equivoqué. ¿Cuántos dibujos tengo que rodear con un círculo?

Este modelado puedes hacerlo con un dibujo ampliado y colocarlo en la pizarra, o en el suelo y que toda la clase te rodee. ¡Ojo! Es sólo modelado tuyo, sin "gatos copiones".

Puedes decir más o menos esto:

¿Qué tengo que hacer? Tengo que descubrir y rodear con un círculo los dos dibujos iguales. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? Pues tengo que mirar con atención todas las figuras. (Empieza a mirar). También puedo mirar parte por parte, no la figura entera. O puedo ir tachando los dibujos que sean distintos. ¿Cuál es la mejor? Voy a mirar las partes, no la figura entera. (Puedes probar otros planes que ellos te sugieran). Me voy a fijar en las orejas, la cara, las patas y la cola. Voy a empezar. (Verbaliza los detalles que vas estudiando en cada dibujo, pero rodea con círculo los dibujos 3 y 5 antes de terminar de estudiar todos los dibujos). Estos dos son los iguales: no tienen letras en la camiseta, tienen dos bigotes y la cola es igual. ¡Anda! Me equivoqué: la sombra no es igual, porque al 3 se le ve sombra y al 5 no. (Sigue buscando y verbalizando, hasta que llegues a la conclusión de que los iguales son el 2 y el 4). ¿Qué tal lo hice? Me esforcé mucho pero me equivoqué, porque puse el círculo antes de estudiar bien todas las figuras.

A continuación explícales que vas a dar una hoja a cada niño, para que rodeen con rotulador las dos figuras iguales. Entonces les repartes cinco o seis modelos (fotocopiados cuantas veces sean necesarias para que haya una hoja para cada uno), teniendo cuidado de que no haya dos modelos iguales entre los que estén sentados cerca.

Les das unos minutos para que encuentren los iguales y rodeen con un círculo las figuras correspondientes.

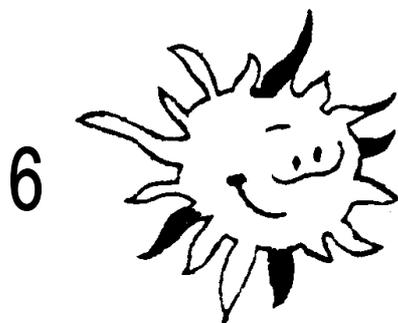
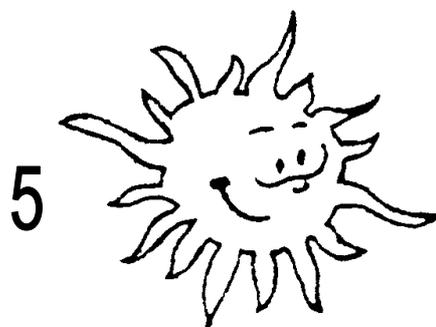
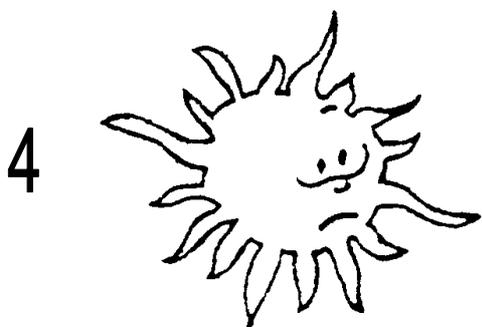
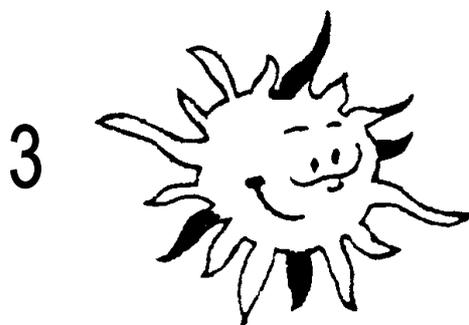
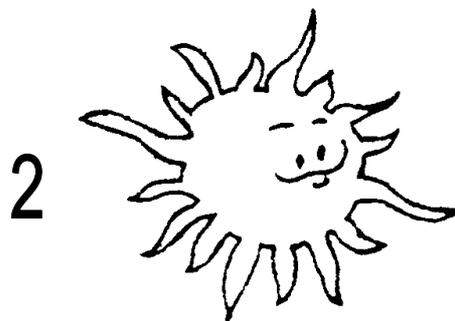
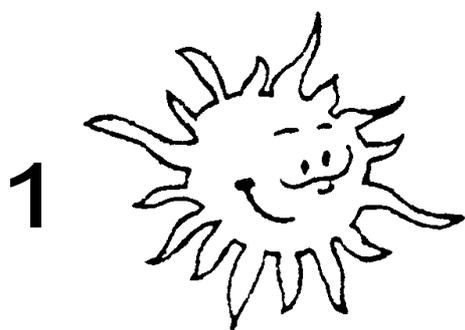
A continuación pides a quienes tengan el mismo dibujo que se reúnan en grupo y discutan cuál es la respuesta correcta y tú vas pasando grupo por grupo para dar el visto bueno.

Así termina esta lección.

Rodea los dos dibujos iguales

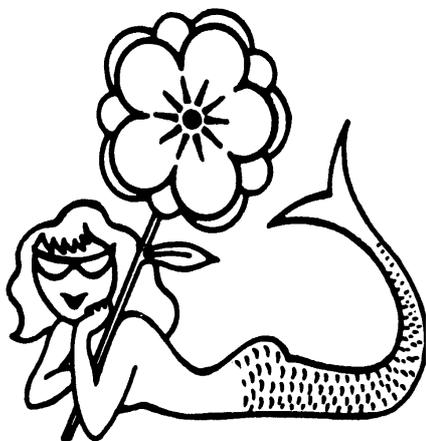


Rodea los dos dibujos iguales

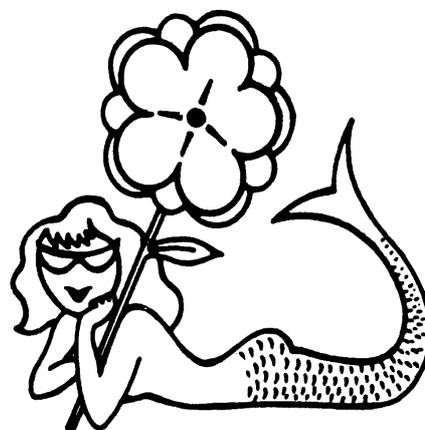


Rodea los dos dibujos iguales

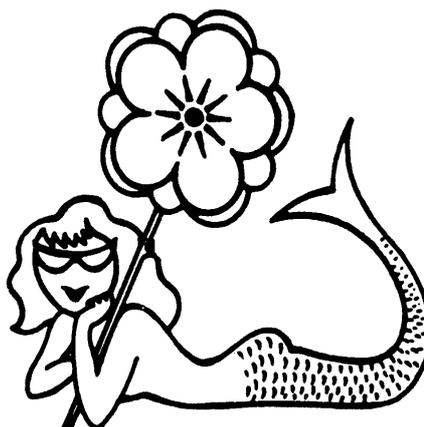
1



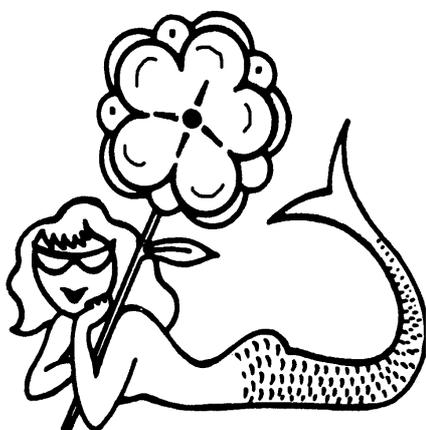
2



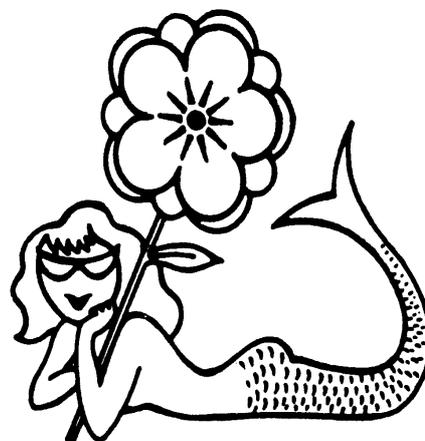
3



4

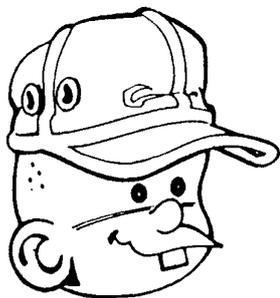


5

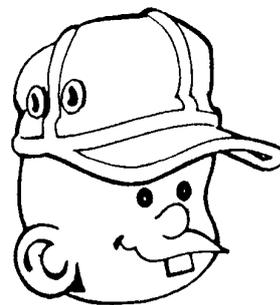


Rodea los dos dibujos iguales

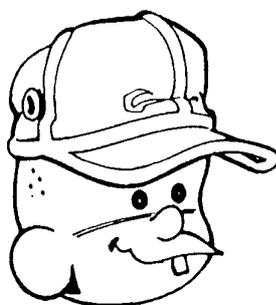
1



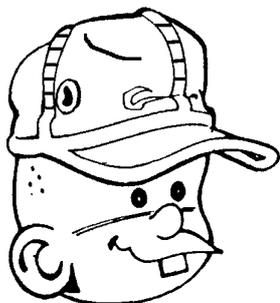
2



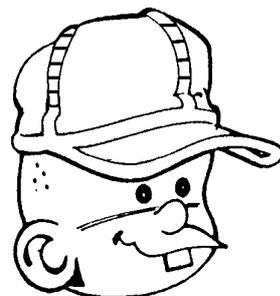
3



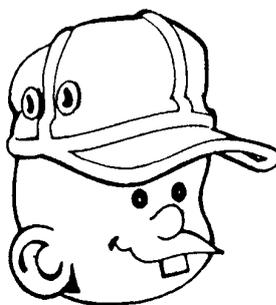
4



5



6



Rodea los dos dibujos iguales

1



2



3



4



5

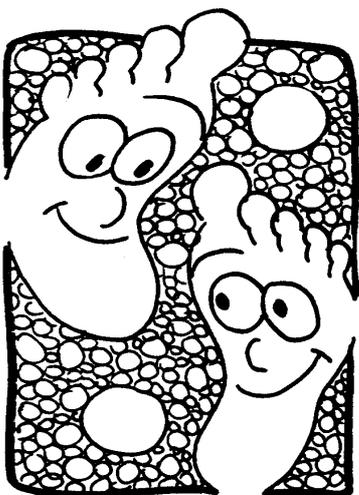


6

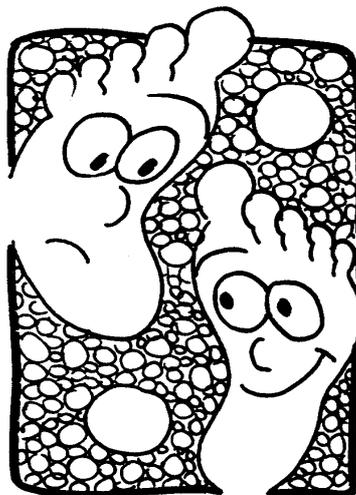


Rodea los dos dibujos iguales

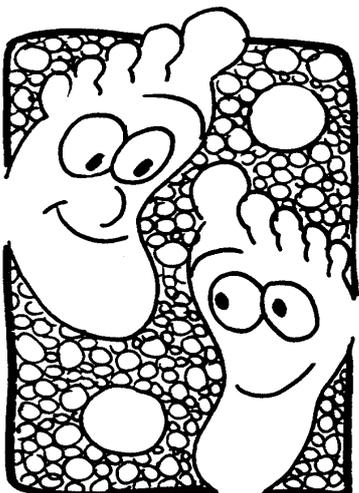
1



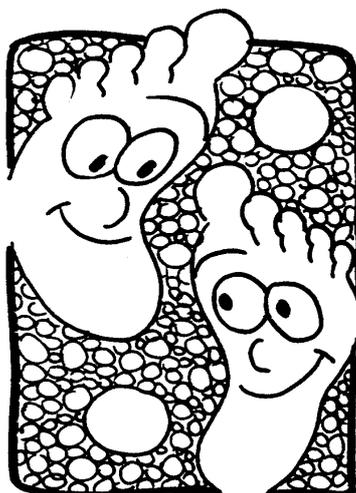
2



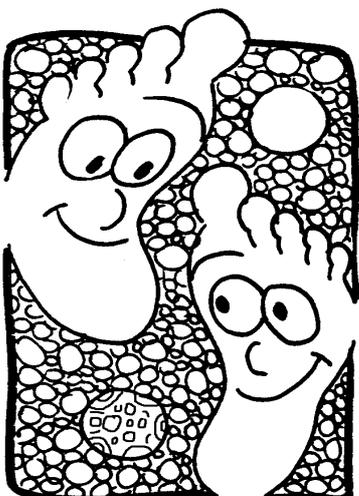
3



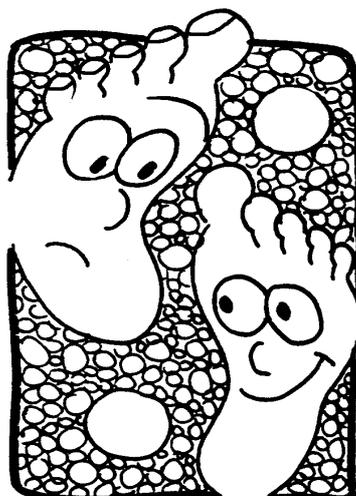
4



5



6



LECCIÓN 5

Atención visual y auditiva

INTRODUCCIÓN

En esta lección empezamos una serie de tareas auditivas que requieren mediación verbal (lenguaje interno) para ser bien realizadas. Esos ejercicios exigen saber distinguir semejanzas y diferencias conceptuales en palabras aisladas, sin contexto. Además hay que recordar instrucciones y practicar una actividad motora, según esas instrucciones. Los ejercicios auditivos que vamos a usar aquí se basan en estudios sobre el condicionamiento semántico; pero son también ejercicios de atención, de estar alerta, ejercicios que con frecuencia son especialmente difíciles para personas hiperactivas e impulsivas.

El más fácil de esos ejercicios requiere solamente distinguir entre palabras con sonido semejante y entre palabras con significado semejante. Por ejemplo, se les pide que den una palmada al oír la palabra "MIRAR". Entonces se les lee (o se les hace escuchar grabada en cinta) una lista de palabras donde está "MIRAR" mezclado con palabras fonéticamente parecidas (tirar, pisar) y con palabras semánticamente parecidas (ver, ojear). El alumnado oye las palabras de una en una, con intervalos de dos segundos.

Versiones más difíciles de esos ejercicios auditivos aparecerán en lecciones posteriores.

Como acabamos de indicar, para todos estos ejercicios auditivos, se pueden presentar las listas de palabras en dos formas diferentes: pueden estar grabadas antes y ser reproducidas en el momento de la clase, o puede leerlas alguien (o tú mismo) en directo. Te recomendamos insistentemente que uses el casete, si es posible, pues te deja mayor libertad y facilita la atención auditiva del alumnado que así se concentra sólo en el sonido.

Debes empezar esta lección haciéndoles un modelado de un nuevo plan, más difícil, para encontrar los iguales. Modélales también el pedir ayuda, que es un buen plan para resolver un problema difícil.

A continuación, se pasa al ejercicio auditivo. En las listas, algunas palabras son fonéticamente semejantes a la palabra clave, que es por ejemplo OJO (mojo, rojo, piojo) y otras semánticamente semejantes (cabeza, nariz, oído). Pide a los niños y niñas que den una palmada y sólo una, cuando oigan la palabra clave.

Los trabajos de investigación realizado hasta ahora indican que los niños más pequeños tienden a confundir palabras fonéticamente semejantes, mientras que los niños mayores tienden más a equivocarse con palabras de significado parecido. Si consigues que se den autoinstrucciones en voz baja, los errores irán disminuyendo. Además, es un juego divertido.

OBJETIVOS

- Realizar la tarea de encontrar los iguales y autoevaluarse.
- Dar una palmada al oír la palabra clave en las listas, y autoevaluarse.

MATERIALES

- Una hoja de encontrar los iguales (a ser posible, ampliada para que se vea bien), para tu modelado.
- Cinco o seis modelos diferentes de encontrar los iguales, que luego puedes fotocopiar para tener uno para cada alumno.
- Las listas de asociación auditiva.
- Un casete.

Encontrar los iguales

Puedes hablar más o menos así:

*¿Qué problema pensasteis con las 4 preguntas el último día?
¿Y qué plan nos ayudó a encontrar los iguales?. Pues ahora voy yo a intentar hacer el primer problema. ¿Qué tengo que hacer? Encontrar los dos dibujos que son iguales y rodearlos con un círculo. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? Voy a mirar con cuidado todos los detalles; pero hay demasiados dibujos. Entonces ¿Cuál es la mejor? Lo que voy a hacer es marcar con una X los que vea que No son iguales.*

(Nombra cada detalle y tacha los dibujos que no son iguales, por tener algo único).

!Qué difícil! Hay tres que me parecen iguales. ¿Queréis ayudarme? (Acepta la ayuda de los niños y niñas y sigue trabajando hasta que encuentres la solución. Cuando la encuentres, haz una pausa. Entonces recuerda que el trabajo no ha terminado, hasta que hagas la evaluación). ¿Qué tal lo hice? Hice muy bien lo de pensar con las 4 preguntas. También me fijé despacio en cada detalle. Cambié de plan y os pedí ayuda, porque era difícil. ¿Qué nuevo plan me ayudó para encontrar la solución?

Ahora os toca a vosotros.

A continuación explícales que vas a dar una hoja a cada uno, para que ellos rodeen con rotulador las figuras que sean iguales. Entonces les repartes cinco o seis

modelos (fotocopiados cuantas veces sean necesarias para que haya una hoja para cada uno), teniendo cuidado de que no haya dos modelos iguales entre los que estén sentados cerca.

Les das unos minutos para que encuentren los iguales y rodeen con un círculo las figuras correspondientes.

A continuación, haces la puesta en común, discutiendo cuál es la respuesta acertada para cada uno de los modelos que les diste.

Asociación auditiva

Puedes decirles, más o menos, esto:

En las tareas que hemos hecho hasta ahora, habéis tenido que usar los ojos. Pero muchísimas veces, en el colegio y en casa, necesitamos usar los oídos. Por eso, ahora vamos a hacer un ejercicio auditivo. Yo lo haré primero, para que comprendáis cómo se hace. Voy a escuchar una lista de palabras en un casete y tengo que dar una palmada (hazlo) cada vez que oiga la palabra CHAQUETA. Voy a pensar con las 4 preguntas para hacerlo bien: ¿Qué tengo que hacer? Dar una palmada cada vez que oiga la palabra CHAQUETA, y no al oír otras. Aquí puedes interrumpir y que ellos repitan la respuesta a la pregunta ¿qué tengo que hacer?. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? de dos modos; puedo pensar en una chaqueta bonita, o puedo decirme por dentro "chaqueta, chaqueta..." ¿Cuál es la mejor? Voy a repetirme en voz baja "chaqueta, chaqueta" y además tengo que estar en silencio y atender y daré la palmada rápida, para poder oír la siguiente palabra. Voy a empezar.

Pon la cinta con la lista CHAQUETA de asociación auditiva. Cada vez que oigas una palabra, di en voz baja "chaqueta" y mueve la cabeza diciendo que no, si la palabra oída es otra.

Equivócate en la palabra "raqueta", como si hubieras reaccionado sin reflexionar. Muestra disgusto por haberte equivocado y da una palmada también en la siguiente palabra que no sea "chaqueta". Después, como haciendo un esfuerzo, cálmate. Una vez que hayas oído toda la lista, pregunta a los niños y niñas qué queda por hacer, antes de que el trabajo esté acabado.

Cuando te hayas preguntado "¿qué tal lo hice?" y te hayas autoevaluado diciendo que sólo te equivocaste cuando te precipitaste, pasa a explicarles lo que ellos tienen que hacer. Más o menos así:

Ahora lo que tenéis que hacer es lo mismo: dar una palmada al oír una palabra. Primero la palabra será CHAQUETA, y luego serán OJO Y GATO. Le voy a preguntar a uno, para que piense en voz alta: ¿qué tienes que hacer? (Cuando te conteste que dar una palmada al oír

CHAQUETA, dile:) *¿y cuál es la siguiente pregunta que te tienes que hacer?*

Para evitar, en lo posible, que algunos niños se queden mirando a los otros para saber cuándo deben dar la palmada, lo mejor es ponerlos de espaldas en círculo. Pídeles también que la palmada sea seca, no arrastrada. Si consigues que todos aplaudan a la vez, les será más difícil copiarse y tendrán que pensar por sí mismos. También puedes pedirles que cierren los ojos para concentrarse.

A continuación, ponles la cinta grabada con la lista GATO, CHAQUETA Y OJO de asociación auditiva, o léelas en directo tú mismo.

Mientras oyen la lista y aplauden, presta más atención a quienes esperas que se equivocarán más, es decir, a los más distraídos e impulsivos. Al final, pregúntales que se evalúen, para que te digan cuántos errores cometieron (o de aplaudir cuando no era, o de no aplaudir cuando era). Pero no hace falta que anotes el número de errores. Acabado el primer ejercicio, saca al centro o al frente de la clase un grupo de seis alumnos, y puestos de espaldas unos a otros, en círculo, los haces escuchar otra lista y aplaudir. Les pides que se autoevalúen y luego pides al resto de la clase que los evalúen. Al final, puedes decirles:

Hoy escuchasteis con mucho cuidado, para hacer un ejercicio auditivo. Escuchando con ese cuidado se pueden resolver los problemas auditivos que tenemos en el colegio. Por ejemplo, cuando un profesor o una profesora llama a un niño por su nombre y le dice que se acerque, ¿verdad que para hacerlo bien, el niño tiene que escuchar?; y cuando el profesor o la profesora de Educación Física explica cómo hay que saltar, ¿verdad que si no lo escuchamos lo haremos al revés? Es decir, hay que escuchar bien para no equivocarse, como nos pasó con las listas CHAQUETA, OJO Y GATO.

Se pueden hacer otras actividades auditivas: aprender una canción de un disco; escuchar un cuento grabado en una cinta; o hacer un mapa de cómo ir a casa de un amigo o amiga, según las instrucciones que vaya dando ese amigo o amiga.

Lista de asociación auditiva CHAQUETA

chuleta	chuleta	chuleta
charco	charco	chaqueta
chaleco	chaqueta	raqueta
chaqueta	maleta	charco
camisa	chaleco	camisa
maleta	raqueta	chaqueta
raqueta	maleta	chuleta
camisa	charco	chaleco
raqueta	raqueta	chuleta
chaleco	chaqueta	camisa
charco	chaleco	charco
maleta	camisa	chaqueta

Lista de asociación auditiva OJO

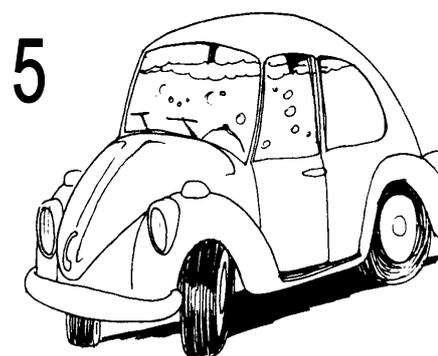
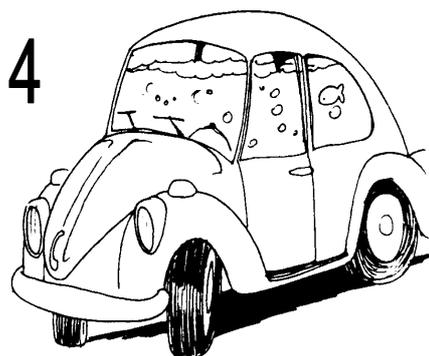
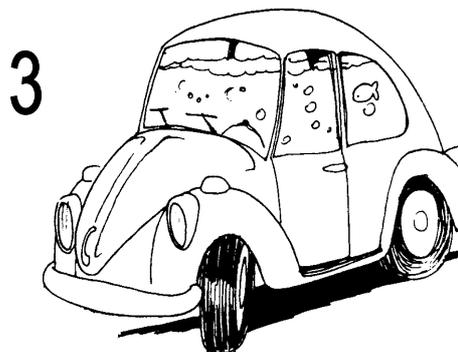
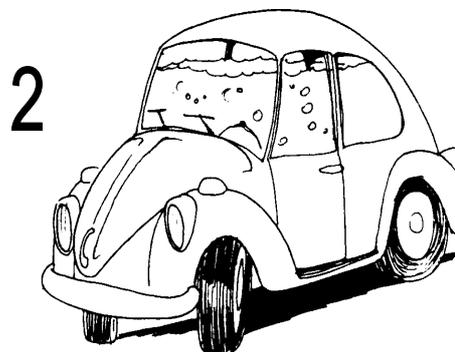
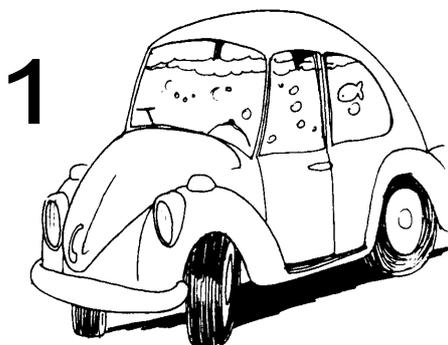
ojal	ojal	ojal
oído	oído	nariz
cabeza	ojo	ojo
ojo	nariz	piojo
rojo	cabeza	oído
nariz	piojo	rojo
piojo	nariz	ojo
rojo	oído	ojal
piojo	piojo	cabeza
cabeza	ojo	ojal
oído	cabeza	rojo
nariz	rojo	ojo

Lista de asociación auditiva GATO

gota	rata	gamo
pato	perro	rata
bota	gato	gato
gato	gamo	pato
rata	pato	perro
perro	gota	bota
gamo	bota	rata
gato	perro	gota
bota	gota	bota
gota	gamo	gato
rata	perro	pato
gamo	pato	gato

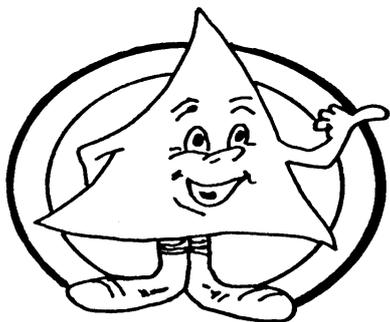
(Sea en cinta o en directo, estas listas se deben leer con voz monótona, una palabra cada dos segundos. La lista completa consiste en las tres columnas, una detrás de otra).

Rodea los dos dibujos iguales

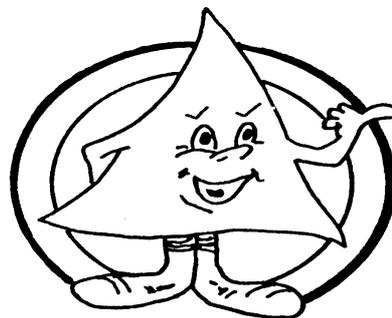


Rodea los dos dibujos iguales

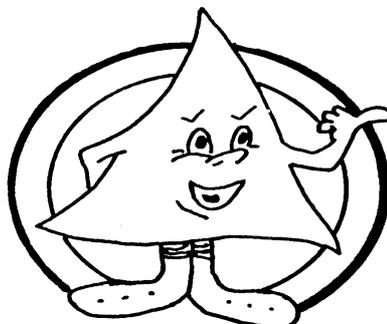
1



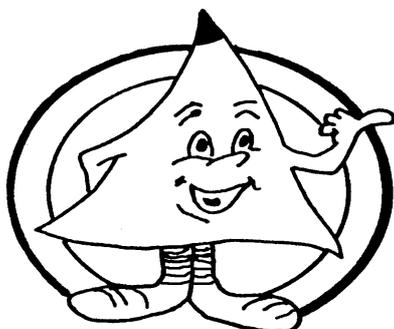
2



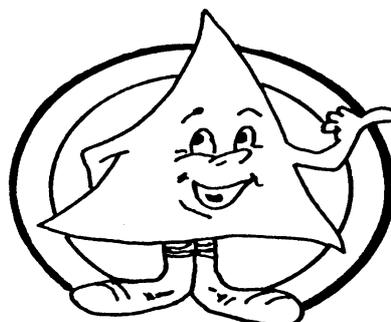
3



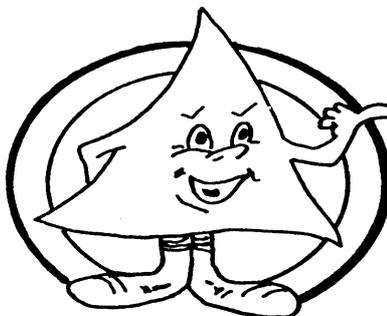
4



5



6



Rodea los dos dibujos iguales

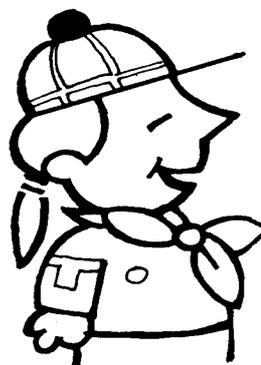


Rodea los dos dibujos iguales

1



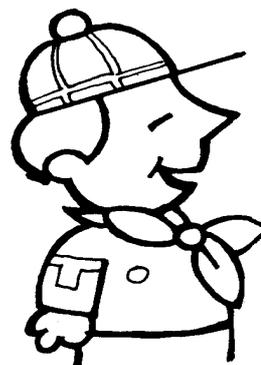
2



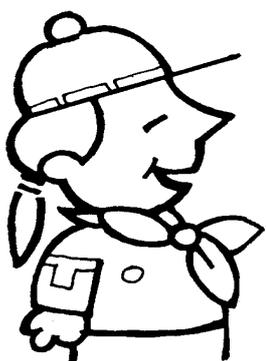
3



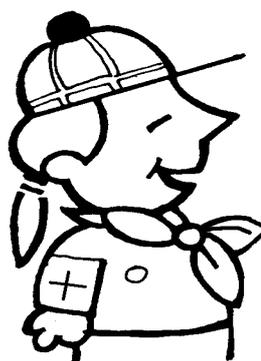
4



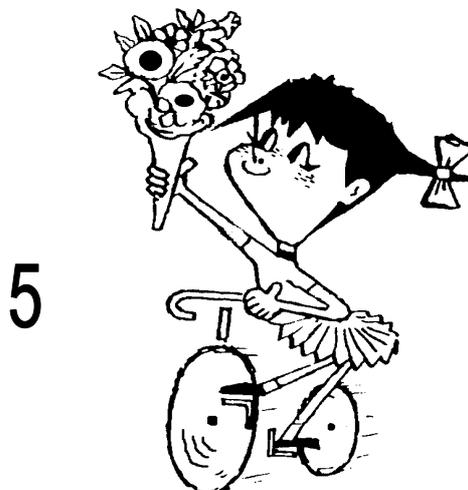
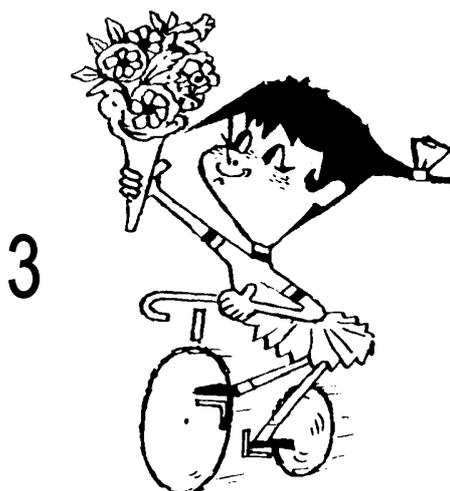
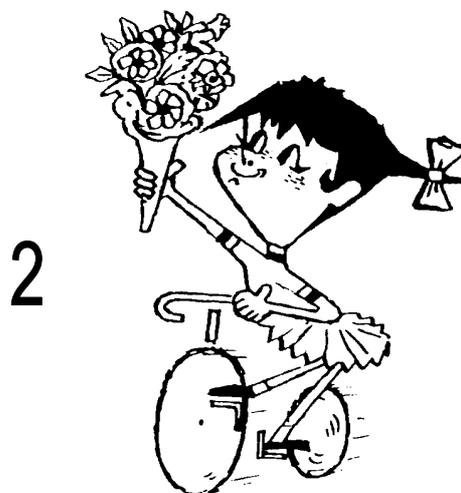
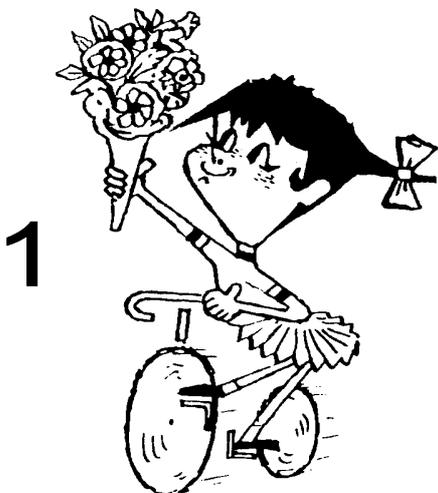
5



6



Rodea los dos dibujos iguales



Rodea los dos dibujos iguales

1



2



3



4



5



LECCIÓN 6

Alfabetismo emocional

INTRODUCCIÓN

Esta lección presenta la primera habilidad necesaria para solucionar problemas interpersonales: saber distinguir las emociones. Podemos aprender a conocer los sentimientos de otros, observándolos o escuchándolos. Hay que conocer el lenguaje de la cara o del cuerpo para expresar una determinada emoción.

Para la primera tarea, la de "detectives", no debes hacerles modelado: que los niños y niñas generalicen lo que aprendieron para la tarea de "encontrar los iguales", y ahora rodeen con un círculo el dibujo que sea diferente.

En la siguiente tarea, la de habilidades interpersonales, el ejercicio consiste en identificar seis emociones fáciles de entender: alegría, tristeza, enfado, asombro, miedo y vergüenza. Les enseñarás fotos o dibujos de personas en distintos estados emocionales y les indicarás algunas pistas fáciles de ver. Luego les explicarás que esas pistas unas veces se ven y otras veces se oyen.

Recuerda que debes esperar al menos cinco segundos después de hacerles cualquier pregunta, para que tengan tiempo de formular lo que están pensando. Si vuelves a preguntar con otras palabras, o respondes tú a la pregunta, sacarán la conclusión de que no necesitan pensar por su cuenta.

OBJETIVOS

- Usar el plan ya utilizado al "encontrar los iguales", aplicándolo ahora a encontrar la figura diferente.
- Identificar correctamente emociones en una foto o dibujo.

MATERIALES

- Cinco o seis modelos distintos de "encontrar la figura diferente", que luego puedes fotocopiar para tener uno por persona.
- Varias fotos y dibujos grandes que tengan las seis emociones: alegría, tristeza, enfado, asombro, miedo y vergüenza.
- 30 tarjetas plastificadas con el nombre de una de las emociones que estamos estudiando, para repartirlas a los alumnos. Para ello, fotocopia 3 veces la hoja adjunta.
- Una fotocopia para cada alumno de la hoja con las seis caras de las emociones y las casillas cuadradas para poner el número.

Detectives

Esta actividad consiste en que el alumnado, sin modelado tuyo, realice el ejercicio de "encontrar la figura diferente".

Puedes decirles, más o menos, esto:

¿Qué problema resolvimos ayer pensando con las 4 preguntas? Ayer encontramos dos dibujos iguales; hoy tenéis que encontrar un dibujo que es distinto de todos los demás. Para eso, pensaremos que somos detectives. ¿Qué hacen los detectives? Sí señor, intentan encontrar pistas para resolver un caso o un problema. Un detective tiene que fijarse en pistas muy pequeñas con mucha atención. Ahora os voy a repartir una hoja, donde hay varias figuras iguales y una sola que es diferente. Lo que tenéis que hacer es encontrar esa figura diferente y rodearla con un círculo, con bolígrafo o rotulador

A continuación les repartes cinco o seis modelos (fotocopiados cuantas veces sean necesarias para que haya una hoja para cada uno), teniendo cuidado de que no haya dos modelos iguales entre los que estén sentados cerca.

Les das unos minutos para que encuentren el diferente y rodeen con un círculo la figura correspondiente.

A continuación, haces la puesta en común, discutiendo cuál es la respuesta acertada.

Identificar emociones

La finalidad de esta segunda parte de la lección 6 es identificar con seguridad las seis emociones básicas: alegría, tristeza, enfado, asombro, miedo y vergüenza. Para mostrarles esas emociones a todos los niños y niñas, puedes usar secuencias seleccionadas en vídeo o algunos carteles grandes que se vean bien. Debes hacerles toda clase de preguntas, hasta que compruebes que lo entienden claramente. Por ejemplo:

¿Se está riendo este niño? ¿y esta chica, está alegre o triste? Señalad una persona que esté sintiendo lo mismo que este niño. Ahora, una persona que esté sintiendo algo diferente, etc.

A continuación les explicas que también podemos percibir por el oído las emociones de otros: si ríen, si dicen algo, si hacen algún ruido al llorar o al enfadarse. Si en el vídeo que tengas grabado hay alguno de esos sonidos, puedes utilizarlo. Si no, debes hacerlo en directo. Puedes decir algo así: (poniéndote las manos en la cabeza):

¿Dónde tengo las manos?, ¿y cómo lo sabéis? Porque lo podéis ver con los... Pero ahora cerrad los ojos y dejadlos cerrados. (Ponte las manos en la cintura), ¿dónde tengo ahora las manos? Claro, no lo podéis saber, porque con los ojos cerrados no vemos. Pero ahora abrid los ojos y decidme dónde tengo las manos: ¿cómo lo sabéis? Porque podéis ver con ... ¿Y con las orejas?... Muy bien. Pues ahora os pregunto: si yo estoy contento y me río, ¿cómo sabéis que me estoy riendo? (ríete a carcajadas). Eso es, me podéis VER reír y me podéis OÍR reír.

Bueno, pues ahora vamos a jugar a que yo no os oigo (tápate los oídos). Os veo, pero no os oigo: ¿qué podéis hacer para que yo sepa que estáis alegres? Muy bien, si sonreís, sé que estáis alegres porque os veo sonreír. ¿Y qué podéis hacer para que yo sepa que estáis tristes? Recordad que sólo puedo veros. Muy bien, sé que estáis tristes porque os veo llorar. ¿Y cómo podéis hacer para que yo sepa que estáis enfadados? Muy bien, os veo la cara enfadada y la boca torcida. ¿Y cómo puedo yo ver que estáis asombrados? ¿Y asustados? ¿Y avergonzados? Muy bien, lo veo muy bien.

Y ahora vamos a jugar a que no os veo (tápate los ojos): puedo oír pero no ver. ¿Qué podéis hacer para que yo sepa que estáis alegres? (Cuando den una respuesta audible, diles): muy bien, sé que estáis alegres porque os oigo reír. ¿Pero cómo podría yo saber que estáis tristes, si tengo los ojos cerrados? (Debes aceptar con cariño cualquier esfuerzo que hagan por gemir o sollozar, con tal que sea audible) Tenéis que estar muy tristes porque os oigo llorar. ¿Y cómo podría yo saber que ahora estáis enfadados? (Acepta sus esfuerzos, sin ser demasiado exigente. Si no saben expresar acústicamente el enfado, hazlo tú y diles que te copien). Haz el mismo juego para asombrados, asustados y avergonzados.

A continuación, si las tienes, debes repartirles las tarjetas plastificadas, con los nombres de las emociones (una por persona). Usando una fotocopia ampliada, o un rostro grande de algún anuncio publicitario, se lo muestras a toda la clase y les pides que quienes tengan una tarjeta con el nombre de la misma emoción, la levanten en alto. Luego haces otra ronda, pero pidiendo que quienes tengan una emoción diferente sean los que levanten sus tarjetas. Puedes usar tantas caras reales o dibujos como quieras.

Te sugerimos una posible actividad más: para enseñar a los alumnos a identificar emociones por "sonidos", es decir, por las palabras que se dicen y el tono con que se dicen, puedes utilizar estas frases y que ellos te respondan qué emoción representan:

Me acaba de tocar la lotería! / Se me ha muerto un gatito que yo quería mucho. / ¡Maestro, ese niño me ha llamado hijo de ...! / Vi en la tele un elefante que jugaba al fútbol. / Pasé por una casa y de pronto me ladró un perro terrible. / Por no pedir permiso, me hice pis en los pantalones.

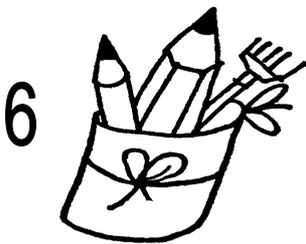
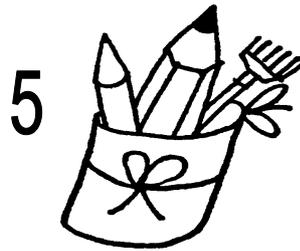
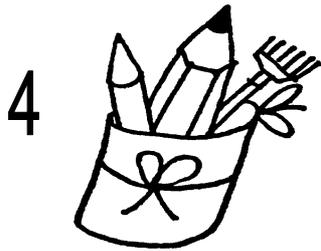
Una actividad divertida, que al mismo tiempo puede servir como repaso de todo lo visto en esta Lección 6, la tienes en la hoja con las seis caras pequeñas de las seis emociones. Reparte a cada alumno una fotocopia de esa hoja, para que pongan en cada casilla cuadrada el número de la emoción que corresponda: debe ser un trabajo individual y sin copiarse.

Por último, para que los alumnos comprendan que las diversas emociones se corresponden con situaciones diversas, proponles el juego del “dominó de emociones”. Debes haber fotocopiado la hoja que tienes al final de esta lección, de modo que haya un dominó para cada grupo de cuatro alumnos. Conviene que cada fotocopia sea de un color distinto, para que luego no se mezclen al guardarlas. Explícales que se juega en grupos de cuatro, pero las fichas no se reparten, sino que están sobre la mesa boca arriba. Empieza un alumno poniendo cualquier ficha y sigue el que está a su derecha, cogiendo la ficha que necesite para seguir el juego. Las fichas se pueden empalmar por la izquierda (poniendo junto a esa emoción una situación que corresponda), o por la derecha (poniendo junto a esa situación la emoción que corresponda). Al final, la serie de fichas debe cerrar por los dos lados y no debe sobrar ninguna ficha. Gana el grupo que “cierre” primero.

Tarjetas de emociones

alegría	tristeza
enfado	asombro
enfado	asombro
miedo	miedo
vergüenza	vergüenza

Encuentra el dibujo diferente de los demás,
y explica por qué es diferente



Encuentra el dibujo diferente de los demás,
y explica por qué es diferente

1



2



3



4



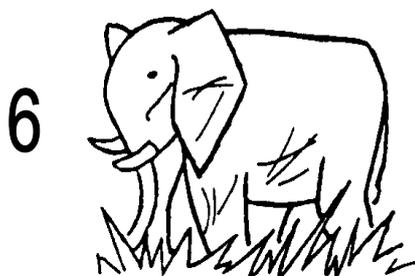
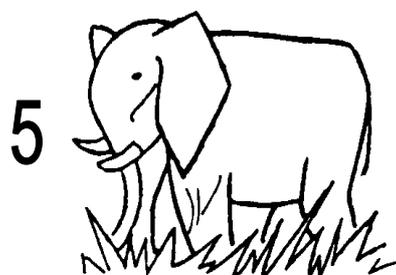
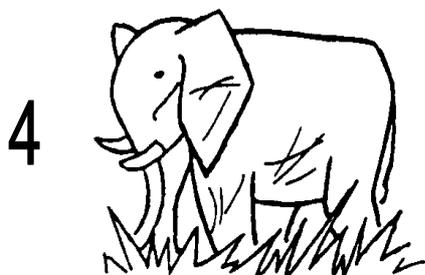
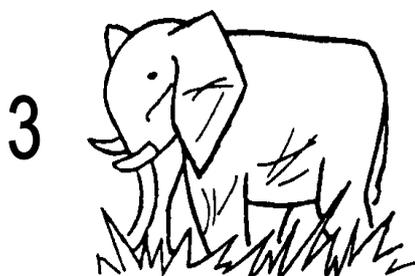
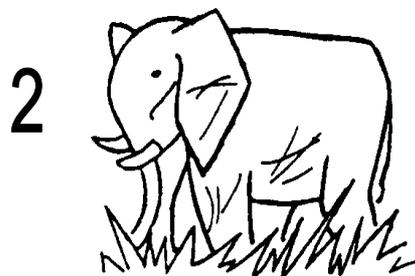
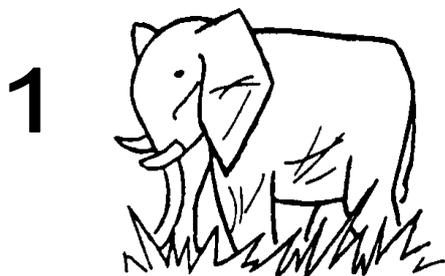
5



Encuentra el dibujo diferente de los demás,
y explica por qué es diferente



Encuentra el dibujo diferente de los demás,
y explica por qué es diferente



Encuentra el dibujo diferente de los demás,
y explica por qué es diferente















Poner en las casillas cuadradas el número que corresponda de las seis emociones



1 ALEGRÍA



2 TRISTEZA



3 ENFADO

- Me dicen que un coche ha matado a mi perro.
- He sacado muy buena nota en Lenguaje.
- Mi hermano pequeño me derramó su sopa sobre mi pantalón.
- He perdido el reloj que me regalaron por mi cumpleaños.
- Veo un pingüino andando por la calle.
- Unos niños grandes me quieren pegar.
- Un niño me empuja en recreo y luego dice que fui yo quien le empujó.
- Todos los niños llevan regalo al amigo que nos ha invitado a su cumpleaños y yo no le he comprado nada.*
- Mi madre me dice que ha descubierto que ayer le mentí.
- Se está haciendo de noche y estoy perdido, sin saber cómo volver a mi casa.
- Veo un hombre muy fuerte que levanta un coche con las manos y lo pone sobre la acera.
- Mi madre me dice que está muy contenta de mí, porque soy estupendo/a.



4 ASOMBRO



5 MIEDO



6 VERGÜENZA

DOMINÓ DE EMOCIONES

<p>AVERGONZADO • Estoy viendo en la tele una película de terror</p>	<p>ENFADADO • Unos amigos me invitan a una fiesta muy buena</p>
<p>TRISTE • Me agacho y se me rompe el pantalón por detrás</p>	<p>ALEGRE • Encuentro a uno que yo creía que estaba en Londres</p>
<p>ASUSTADO • Voy paseando por la calle y veo un elefante</p>	<p>SORPRENDIDO • Mi mejor amigo se va a vivir a otra ciudad</p>
<p>AVERGONZADO • Estoy subiendo en ascensor y tiembla mucho</p>	<p>ENFADADO • Hablo en público por primera vez y me equivoco</p>
<p>ALEGRE • Se me muere un perro al que yo quería mucho</p>	<p>SORPRENDIDO • Un niño se burla de mí y de mi ropa en la calle</p>
<p>TRISTE • Un compañero me insulta a mí o a mi madre</p>	<p>ASUSTADO • Alguien me regala por Navidad un balón magnífico</p>

Fotocopiarlo en seis o siete cartulinas de distintos colores, plastificarlo todo y cortar por las líneas verticales y horizontales

LECCIÓN 7

Causalidad emocional. Autoinstrucciones

INTRODUCCIÓN

A esta altura del programa, el profesor o la profesora tiene que decidir si ya la clase se propone bien las cuatro preguntas mágicas de "Decide tú". En caso afirmativo, es el momento de aconsejarles que empiecen a realizar actividades usando un murmullo para las cuatro preguntas.

En la primera actividad de esta lección, se utilizan unas tarjetas para seguir ejercitando el pensamiento causal, referido a emociones humanas. Hay que hacer ver a los alumnos que muchas veces es difícil saber qué le pasa a otras personas, pues ponen caras "parecidas" para la tristeza y el enfado, para la alegría y el interés, para la desconfianza y el cansancio o el aburrimiento, etc. A veces hay que esperar a que sean las personas interesadas las que nos digan cómo se sienten, para saberlo. Es más, algunas veces ni ellas mismas saben lo que están sintiendo. Y todavía mucho más difícil es saber por qué se están sintiendo así. Los niños y niñas deberán comprender todo esto, de alguna manera, para no precipitarse al determinar cómo se están sintiendo las otras personas. La precipitación puede ser un gran estorbo para solucionar problemas interpersonales.

En la segunda actividad, se les propone que hagan laberintos y otras actividades murmurando, es decir, dándose ya sus propias autoinstrucciones sin hablar.

OBJETIVOS

- Saber identificar emociones partiendo de la expresión de una cara y proponer posibles causas que han producido esa emoción.
- Hacer un laberinto y otras actividades que se indican, dándose instrucciones en voz baja.

MATERIALES

- 6 dibujos con seis caras de: alegría, tristeza, enfado, asombro, miedo, vergüenza.
- Fichas de "laberintos", "sopa de letras", "encontrar los errores"...

Causalidad emocional

Iniciamos en esta lección una actividad muy importante, ya que para resolver problemas interpersonales es fundamental saber cómo se están sintiendo las demás personas y por qué se sienten así.

Empieza enseñándoles uno de los seis dibujos (alegría, tristeza, enfado, asombro, miedo, vergüenza) y pídeles que, en silencio, escriban un adjetivo que indique esa emoción (acéptales todos los sinónimos que sean adecuados). Pídeles que también escriban en la ficha al menos dos causas por las que alguien puede sentir esa emoción. Pregúntales lo que han escrito y resúmelo en la pizarra, si quieres, terminando con una breve discusión sobre esa emoción y sus posibles causas. Haz lo mismo con los otros cinco dibujos.

A continuación, oralmente haz con ellos el ejercicio inverso, es decir, del hecho a la emoción y pregúntales por ejemplo: cómo se sentiría un niño al que le regalan un balón nuevo, o si se le muere un gato al que quería mucho, o si descubren que ha mentado, o si le sale un perro muy grande en la calle, o si le insultan, o si ve nevar en su pueblo, etc.

A continuación organiza una discusión sobre cómo identificar emociones; las preguntas claves de esa discusión deben ser: ¿os ha sucedido alguna vez estar tristes, enfadados o enfadadas y no saber por qué? ¿Os ha sucedido ver a otras personas tristes o enfadadas y no entender por qué?

Muy divertida es una última actividad emocional que podemos llamar “representar y adivinar”. Tienes que dar a seis niños un papelito secreto, con un número del 1 al 6, pero se los das desordenadamente, después de barajarlos y sin que nadie vea qué papel le tocó a otro. Junto con el papel secreto se les da una fotocopia de la lista de situaciones que ponemos a continuación. Los seis alumnos piensan en la situación que les tocó y cuando el profesor lo indique, van representando con gestos y sin palabras la emoción que les tocó: no deben hacerlo del 1 al 6 sino desordenadamente. No tienen que representar la escena, sino la **emoción** correspondiente a esa escena. Entonces, los demás alumnos intentan adivinar de qué emoción se trata y el alumno que representó dice qué número le había tocado y a que situación de la lista correspondía ese número. Cada alumno, al representar, debe pensar que él es el “yo” o primera persona de esa historia.

Lista de situaciones:

1. Hay un helado muy rico de postre y mi hermano se como lo suyo y lo mío.
2. Un niño más grande a quien no quise dar un chicle, dice que cuando

- salgamos del colegio me pegará.
3. Estoy de portero de mi equipo y un chut flojito se me cuela entre las piernas y es gol.
 4. Un niño muy simpático me convida a su fiesta de cumpleaños.
 5. Mi perro, al que yo quería mucho, se escapa de casa y no vuelve.
 6. Veo a un chico haciendo piruetas increíbles en el monopatín.

Pensar en voz alta sin hablar

Esta segunda parte va a consistir en hacerles tú un modelado de cómo hacer un laberinto, o una sopa de letras, o encontrar los errores, y luego pedirles que hagan un par de tareas sin hablar, sólo con un murmullo. Para tu modelado, puedes utilizar una fotocopia ampliada de un laberinto, o sopa de letras o dibujo con errores. En tu modelado, insiste en dos cosas: en que hay muchos planes posibles en respuesta a la segunda pregunta, ¿de cuántas maneras puedo hacerlo? (puedo marcar el camino con lápiz y luego pasar a bolígrafo el único verdadero, o usar los dedos, o empezar por el final, etc.); y además, en varios momentos, debes bajar mucho la voz, para que vayan comprendiendo bien lo que es un murmullo.

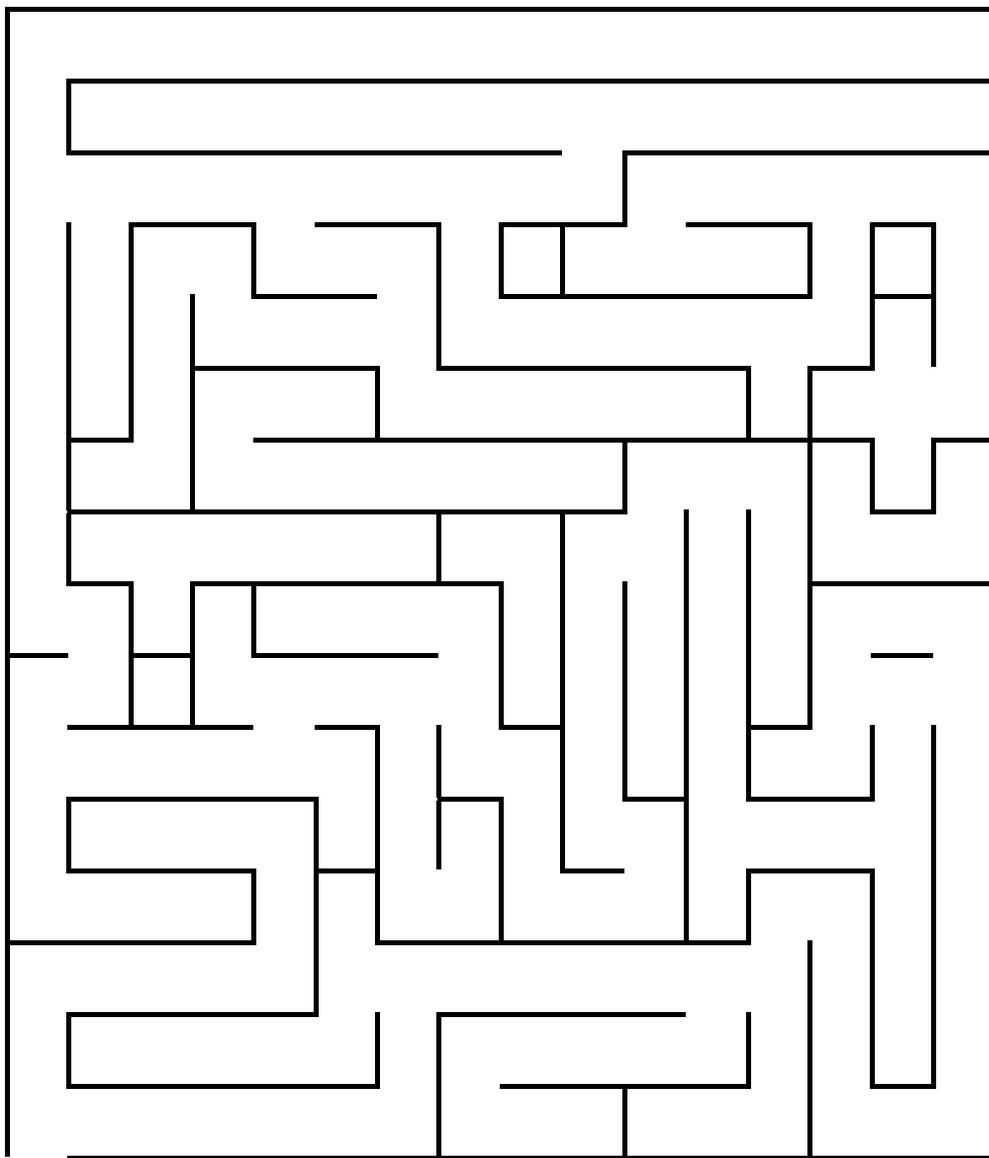
A continuación, entrega un laberinto, o una sopa de letras, o dibujos con errores a cada niño o niña (basta con 5 ó 6 modelos distintos fotocopiados), para que realicen esa actividad, pero haciéndose las preguntas mágicas con un murmullo, no en voz alta.

Terminada esa actividad y autoevaluada, les puedes dar otra tarea para que la piensen en voz alta, sin hablar, con un murmullo. Esa tarea consiste en que piensen y anoten en un papel, murmurando pero sin hablar alto, una de las siguientes posibilidades (la que tú elijas):

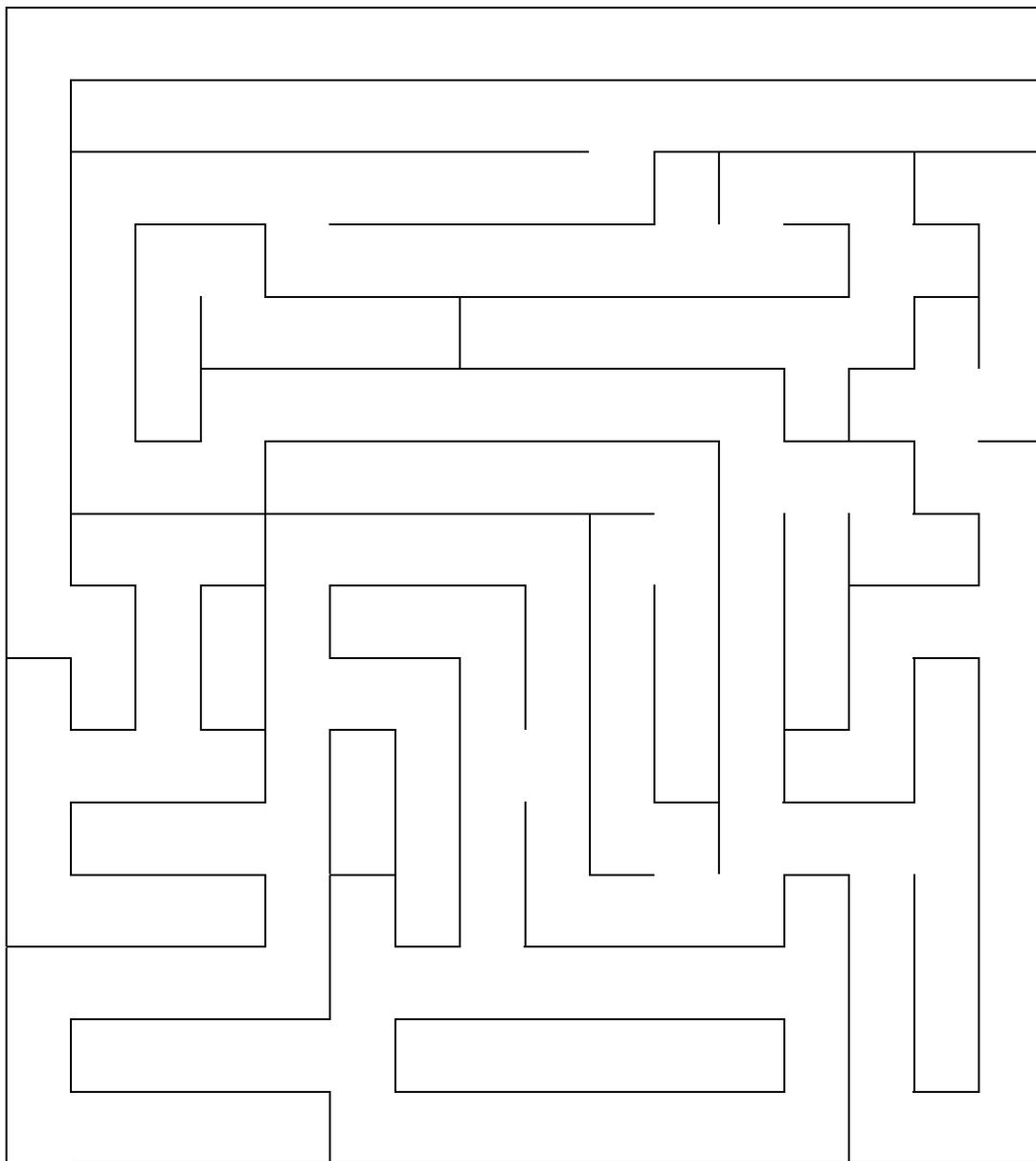
- Qué cinco cosas llevarías a una excursión.
- Las cinco cosas más importantes de un coche.
- Las cinco cosas más importantes de una cocina.
- De qué cinco cosas podrías hacer un bocadillo.
- Dos maneras distintas de resolver el problema de haber roto el cristal de un vecino, de un balonazo.

Les dejas unos minutos para que lo piensen susurrando y para que lo escriban, y preguntas a un grupo, pidiendo al resto de la clase que estén en silencio mientras habla ese grupo .

LABERINTO



LABERINTO



BUSCA 10 NOMBRES DE ANIMALES EN LA SIGUIENTE**SOPA DE LETRAS**

W	Q	R	W	E	R	J	I	R	A	F	A
S	D	A	D	F	G	H	J	K	L	O	K
S	E	R	P	I	E	N	T	E	M	C	N
G	Z	A	X	C	V	B	N	M	Q	A	C
A	W	Ñ	C	O	C	O	D	R	I	L	O
L	X	A	D	F	G	H	J	K	L	Ñ	N
L	C	E	B	R	A	M	N	B	V	C	E
O	X	C	V	B	N	M	H	J	K	L	J
Q	A	S	D	F	P	A	V	O	Y	U	O

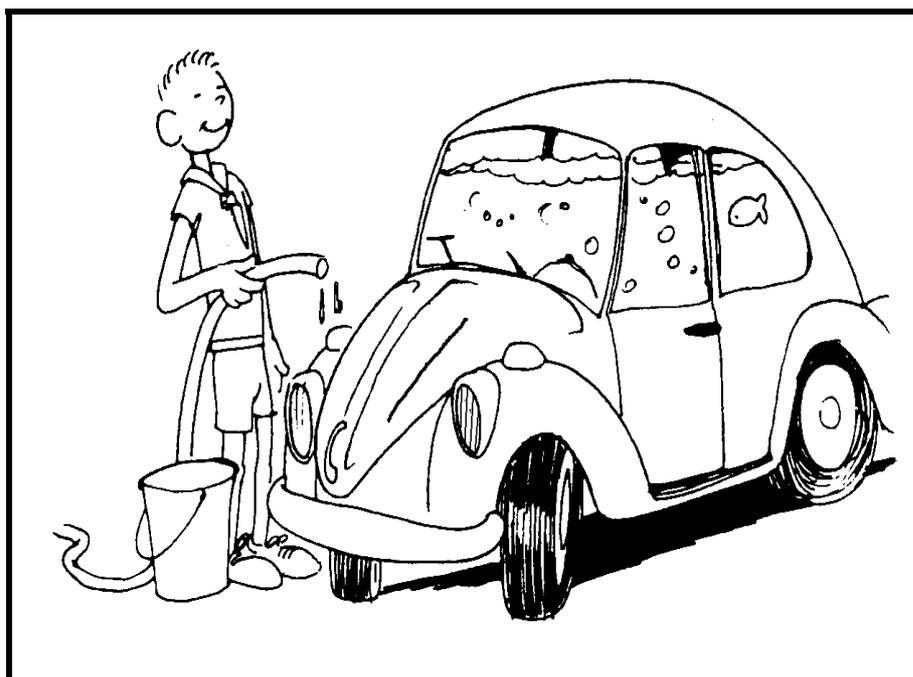
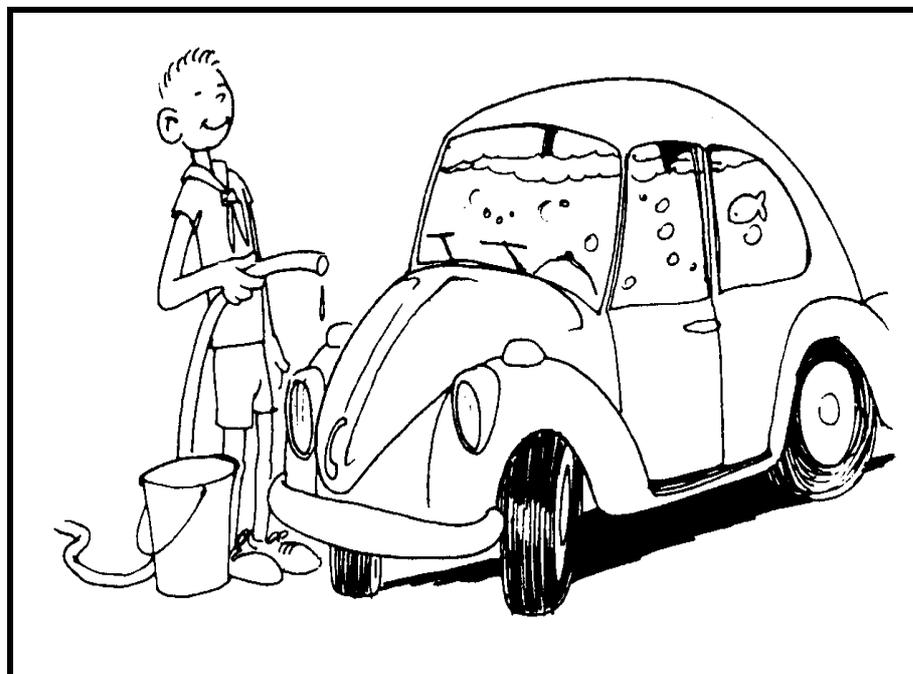
BUSCA LOS NOMBRES DE 12 COLORES EN LA SIGUIENTE**SOPA DE LETRAS**

N	M	A	R	S	T	O	Z	L	L	H	E	S	N	P
O	Q	M	A	R	R	O	N	H	S	T	G	F	O	S
S	R	A	O	N	H	Z	N	R	O	I	N	O	P	Q
V	E	R	D	E	T	B	A	D	I	S	T	O	J	Ñ
M	O	I	L	N	E	G	R	O	U	B	J	Q	C	Y
I	N	L	H	V	O	B	A	Z	R	D	G	R	I	S
B	M	L	G	I	L	C	N	A	B	F	L	O	E	E
C	R	O	J	O	Ñ	G	J	E	C	G	L	P	F	F
H	S	V	G	L	K	J	A	Z	U	L	N	R	A	Ñ
J	R	X	R	E	T	H	Ñ	T	U	I	Q	B	N	O
K	T	Z	I	T	O	G	O	V	B	L	A	N	C	O
R	O	S	A	A	R	M	R	X	Y	A	S	M	Z	P

Busca nueve diferencias entre los dos dibujos



Busca nueve diferencias entre los dos dibujos



LECCIÓN 8

Pensamiento causal, alternativo, empatía

INTRODUCCIÓN

En las lecciones anteriores tratamos de la primera habilidad necesaria para solucionar problemas interpersonales: saber identificar las emociones y también la segunda, que es saber señalar la causa de algo, la raíz de un problema o de un hecho. Ambas forman parte de lo que se llama "pensamiento causal" y abarca tanto la habilidad de buscar la causa de un hecho (¿por qué se cayó ese niño de la bicicleta?), como la causa de una emoción (¿por qué está contenta esa niña?). Como las causas pueden ser varias, el alumnado tiene que decir todas las alternativas posibles que se les ocurran, y así ejercitan el pensamiento alternativo. También ejercitarán ese pensamiento alternativo, junto con la empatía o pensamiento de perspectiva, cuando se les pida que digan todas las formas que se les ocurran de consolar a una persona que está triste por algo.

Al dar alternativas, el alumnado tiende a ser repetitivo, por la ley del mínimo esfuerzo: si alguien dice que una niña está contenta porque tiene zapatos nuevos, otro dirá que es porque tiene un traje nuevo, o un juguete nuevo, etc. Si alguien dice que para consolar a un niño que está triste le podría dar un helado, otro dirá que un chicle, o un caramelo, etc. Para animarlos a dar respuestas que sean totalmente nuevas, no repetitivas, puedes darles un punto por una respuesta repetitiva (si es exactamente la misma, cero puntos) y cinco puntos si es nueva.

Lo mejor es usar dibujos o fotos, tanto para tu modelado, como para cuando el grupo tiene que buscar la causa de algo. Pero también puedes proponerles un caso verbalmente, sin imágenes.

La tarea de atención auditiva que se presenta en esta lección es más difícil que la de la lección 5, pues además de atención y control, exige rapidez mental para clasificar las palabras que oiga y saber, por ejemplo, si es el nombre de un animal, o es ropa o calzado, etc.

OBJETIVOS

- Dar razones, en frases completas, de por qué una niña parece contenta.
- Indicar las causas por las que un niño puede haberse caído de la bicicleta.
- Igualmente, indicar las causas por las que dos niños están peleando.
- Por último cometer los menos errores posibles al oír una lista de asociación auditiva.

MATERIALES

- Tres dibujos grandes (fotocopias ampliadas) uno de una niña bajo la lluvia, otro de un niño que se ha caído de la bicicleta y otro de dos niños peleando.
- Las listas de asociación auditiva.
- Un casete, si vas a usar las listas grabadas.
- La hoja con las seis caras de emociones.

Pensamiento causal, alternativo, empatía

En la última lección vimos cómo podemos saber, por sus caras, sus gestos y sus palabras, **cuándo** las personas están tristes, asombradas o asustadas, etc. Hoy vamos a intentar aprender una cosa diferente y todavía más interesante: averiguar **por qué** las personas están tristes, alegres o enfadadas, etc.

Puedes enseñarles un dibujo de una niña bajo la lluvia, o describirles esa situación con palabras. Pregúntales cómo creen que se siente esa niña hasta que te digan que está contenta. Luego puedes decirles, más o menos, esto:

Lo que tenemos que hacer, es averiguar por qué esta niña está contenta. ¿Qué tengo que hacer? Pues tengo que buscar razones para explicar por qué está contenta. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? Pues podría preguntar a otros por qué se suelen sentir contentos. O acordarme de las veces que yo he estado contento. ¿Cuál es la mejor? Voy a fijarme muy bien en el dibujo y voy a pensar cómo me sentiría yo, si estuviera en el lugar de la niña.

Empiezo. Veo que la niña está contenta. Puede que esté contenta porque le gusta la lluvia (anota tu idea: le gusta la lluvia). Necesito ayuda: ¿por qué otras causas puede estar contenta esta niña?

Anota las ideas que te den y sugiere tú otras. Al terminar, evalúa el trabajo tuyo y la ayuda que te prestaron con sus opiniones. Luego les puedes decir:

Ahora vamos a ver otro dibujo (enséñales el del niño que se ha caído de la bicicleta). ¿Cómo se siente este niño? Tenéis razón: se debe sentir triste, porque se ha caído de la bicicleta. Pero ahora voy a pedir a unos cuantos que piensen en voz alta, para decirme todas las causas posibles por las que este niño se ha podido caer de la bicicleta.

Pregunta a cuatro o cinco, pero uno por uno, y que piensen en voz alta, diciendo: ¿qué tengo que hacer? decir por qué se ha caído este niño. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? Pues pensando yo, o preguntando a otras personas, por cuántas causas se puede caer alguien de una bicicleta. ¿Cuál es la mejor? Primero lo pensaré yo y luego dejaré a mis compañeros y compañeras que digan lo que piensan.

Pídeles que empiecen a decir causas y si no se les ocurren, les puedes sugerir: no sabe montar bien; se le cruzó un perro, etc.) y que ellos te ofrezcan posibilidades alternativas.

Cuando hayas preguntado a cuatro o cinco y se hayan evaluado, señala al otro niño que aparece en el mismo dibujo y pregunta a otros cuatro o cinco, pero uno por uno, qué podría hacer o decir ese niño para consolar al niño que se ha caído. Cada cual deberá preguntarse: ¿qué tengo que hacer? pensar qué cosas podría hacer o decir este niño, para consolar al que se ha caído. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? (deja que ellos lo digan y si no se les ocurre nada, les puedes sugerir: ¿qué te gustaría que te dijeran si fueras tú quien que se hubiera caído?; o ¿qué dijiste en otras ocasiones en que ya tuviste que consolar a alguien? etc.) Anota todas las respuestas. A continuación, pregúntales ¿cuál es la mejor? para ver si son capaces de ponerse de acuerdo en la mejor frase o acción para consolar a ese niño. Espera luego a que se autoevalúen.

Ahora vamos a ver otro dibujo (enséñales el de dos niños peleando). Voy a pedir a unos cuantos que piensen en voz alta, para decirme todas las causas posibles por las que estos niños están peleando.

Pregunta a cuatro o cinco niños, pero uno por uno, y que piensen en voz alta, diciendo: ¿qué tengo que hacer?: decir por qué estos niños están peleando. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? (deja que ellos lo digan y si no se les ocurre, les puedes sugerir: por una pelota, etc.) y que ellos te ofrezcan posibilidades alternativas. ¿Cuál es la mejor? (decide con ellos).

Cuando hayas preguntando a cuatro o cinco y se hayan evaluado, pregunta a otros cuatro o cinco, pero uno por uno, qué podrías hacer o decir tú, para evitar que esos niños se pelearan. Cada uno deberá preguntarse: ¿qué tengo que hacer?: pensar formas de evitar que esos niños se peleen. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo? (deja que ellos lo digan y si no se les ocurre nada, les puedes sugerir: si fueras tú uno de los que está peleando, qué te podría convencer para dejar la pelea o qué dijiste en otras ocasiones en que viste pelear a otros, etc.) Anota todas las respuestas y pregunta ¿cuál es la mejor? Que ellos lo decidan y que al final se autoevalúen.

Hacer finalmente la actividad de las seis caras, explicando por qué esos personajes se sienten así. Tienes la hoja al final de esta Lección.

Atención auditiva

Esta actividad se puede hacer en dos momentos diferentes, que pueden ser días distintos. En un primer momento, se hace el ejercicio con toda la clase a la vez. A continuación, u otro día, puedes sacar a un grupo (no menos de 3, no más de 7), para que realicen esta actividad, formando un círculo, dándose la espalda, mientras la clase mira y juzga. También se puede hacer de manera individual.

Con cada lista, el ejercicio es doble: la primera vez hay que dar palmada sólo en una palabra determinada, exactamente igual que hicimos en la lección 5. Pero la segunda vez que se lee la lista, hay que dar palmada en todas las que tengan un significado determinado, menos en la palabra clave.

ES DECIR, EL EJERCICIO ES ASÍ:

- a)** Léeles (o hazles escuchar en cinta) la lista GATO
 1ª vez: dar palmada cuando oigan gato
 2ª vez: dar palmada cuando oigan el nombre de un animal, pero no en la palabra gato.
- b)** Léeles (o hazles escuchar en cinta) la lista CHAQUETA
 1ª vez: dar palmada cuando oigan chaqueta
 2ª vez: dar palmada cuando oigan nombres de ropa o calzado, pero no en la palabra chaqueta.
- c)** Léeles (o hazles escuchar en cinta) la lista OJO
 1ª vez: dar palmada cuando oigan ojo
 2ª vez: dar palmada cuando oigan el nombre de una parte del cuerpo, pero no en la palabra ojo.

Lista de asociación auditiva GATO

gota	rata	gamo
pato	perro	rata
bota	gato	gato
gato	gamo	pato
rata	pato	perro
perro	gota	bota
gamo	bota	rata
gato	perro	gota
bota	gota	bota
gota	gamo	gato
rata	perro	pato
gamo	pato	gato

Lista de asociación auditiva CHAQUETA

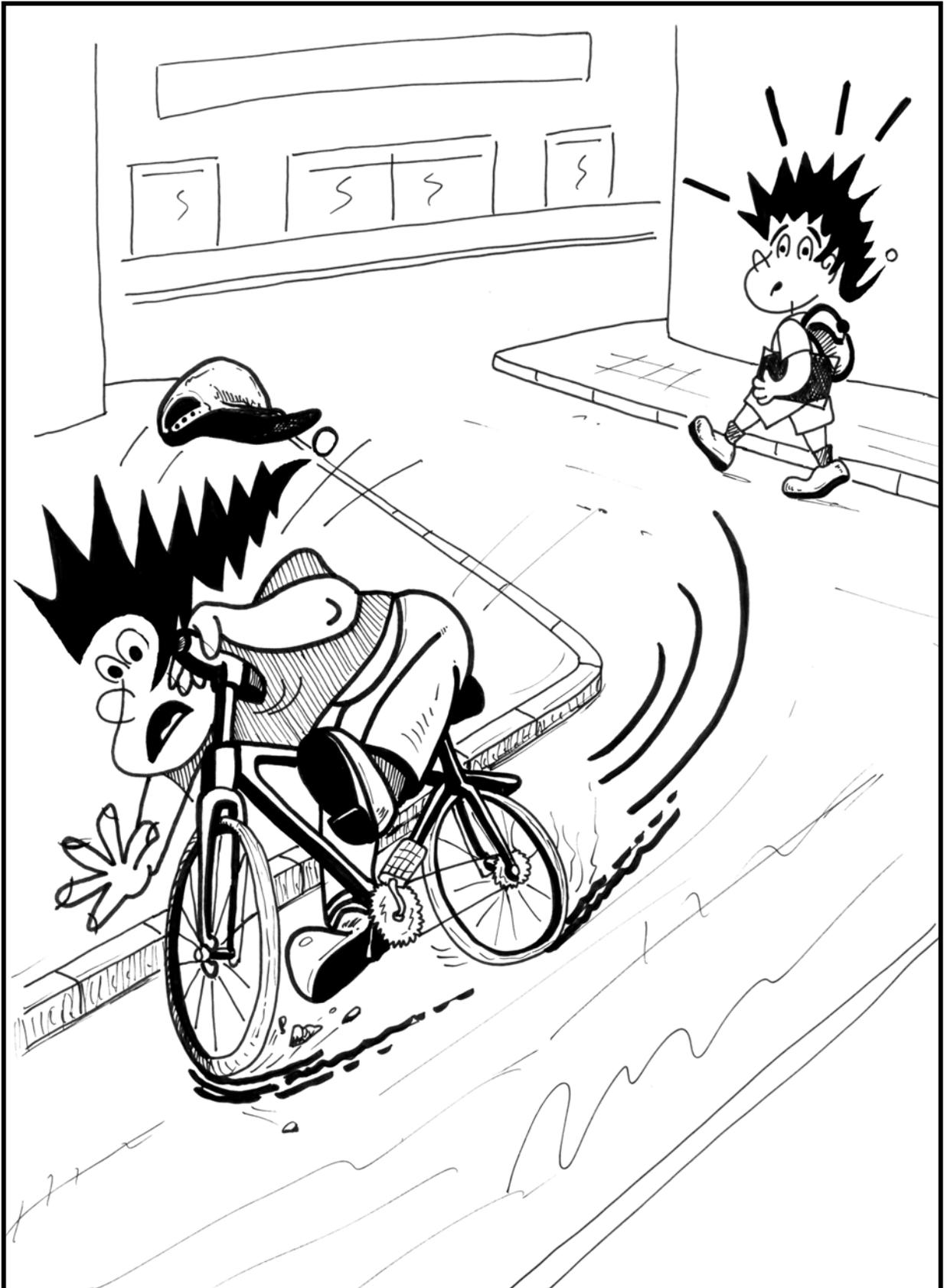
chuleta	chuleta	chuleta
charco	charco	chaqueta
chaleco	chaqueta	raqueta
chaqueta	maleta	charco
camisa	chaleco	camisa
maleta	raqueta	chaqueta
raqueta	maleta	chuleta
camisa	charco	chaleco
raqueta	raqueta	chuleta
chaleco	chaqueta	camisa
charco	chaleco	charco
maleta	camisa	chaqueta

Lista de asociación auditiva OJO

ojal	ojal	ojal
oído	oído	nariz
cabeza	ojo	ojo
ojo	nariz	piojo
rojo	cabeza	oído
nariz	piojo	rojo
piojo	nariz	ojo
rojo	oído	ojal
piojo	piojo	cabeza
cabeza	ojo	ojal
oído	cabeza	rojo
nariz	rojo	ojo

(Sea en cinta o en directo, estas listas se deben leer con voz monótona, una palabra cada dos segundos. La lista completa consiste en las tres columnas, una detrás de otra).





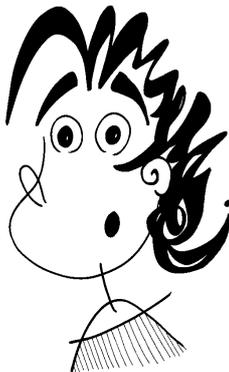


Escribe en cada recuadro el nombre de esa emoción (con un sustantivo, como tristeza o enfado, o con un adjetivo, como triste o enfadado) y luego escribe, en las líneas que hay bajo cada cara, varias razones por las que alguien podría sentirse así.













LECCIÓN 9

Explicaciones y autocontrol

INTRODUCCIÓN

En esta lección se proponen dos actividades diferentes: la primera consiste en ejercitar el pensamiento causal, jugando al juego de "¿Por qué tal cosa? Porque...". Al dar varias explicaciones, o "porqués", alternativos, los niños y niñas comprenden que el mismo problema (por ejemplo una actitud de alguien) puede tener explicaciones o causas diferentes. Así se ejercita también el pensamiento alternativo. Igualmente, al ponerse en el lugar de otra persona, se ejercita el pensamiento de perspectiva. La segunda actividad, que es el juego de "Simón dice", es un magnífico ejercicio de autocontrol y de autorregulación y exige gran atención visual y auditiva.

OBJETIVOS

- Dar al menos una explicación satisfactoria al hecho de que un niño no fuera al fútbol a pesar de tener entrada y una niña no fuera en bicicleta al supermercado.

MATERIALES

- Las listas de órdenes para el juego de "Simón dice".

Pensamiento causal

Este ejercicio consiste en imaginar causas por las que una persona hace, o deja de hacer algo. Es un ejercicio contrario al pensamiento asociativo, tan frecuente en la personas impulsivas. Se trata de conseguir razones lógicas y psicológicas, evitando las respuestas impulsivas.

El ejercicio tiene tres momentos, como puedes ver en el guión que te facilitamos a continuación. Puedes decir más o menos esto:

¡Hola!, hoy vamos a jugar al juego de "¿por qué? porque..." Os voy a decir cómo se juega. Yo digo algo y vosotros me preguntáis ¿por qué?

Tengo mucha hambre (la clase pregunta "¿por qué?") Pues porque no tuve tiempo de desayunar y además porque me olvidé de traer bocadillo al colegio. ¿Cuántas razones tengo para tener hambre? Muy bien, dos razones.

Ahora os pongo un problema diferente. Me gusta ir al colegio (la clase pregunta "¿por qué?") Porque tengo aquí muchos amigos y amigas, porque el profe o la profe es muy simpático y porque me encanta jugar en el recreo. ¿Cuántos "porqués" he dicho para explicar por qué me gusta ir al colegio? Muy bien, tres.

Ahora vamos a poner el juego un poco más difícil: yo os pregunto "¿por qué?" y vosotros tenéis que darme todos los "porqués" que podáis. Empezamos:

Una niña va a comprar al supermercado, pero va andando en vez de ir en la bicicleta: ¿por qué no va en la bicicleta? (Puedes anotar en la pizarra todas las respuestas no repetitivas. Cada vez que alguien levante la mano y te dé una respuesta, vuelve a preguntar "¿por qué?" al resto de la clase, para que sigan dándote posibles "porqués").

(Si en algún momento nadie dice nada nuevo, puedes aportar tus posibles explicaciones: porque va con su amigo y él no tiene bicicleta; porque hay mucho tráfico por esa calle; porque tenía la bicicleta rota, etc.)

Ahora os voy a hacer otra pregunta y vosotros tenéis que darme los "porqués" que se os ocurran: a Pedro le han regalado una entrada para ir al partido de fútbol pero él no va, ¿por qué? (anota de nuevo en la pizarra las respuestas que te den y sigue preguntándoles, "¿por qué?")

Cuando acaben de dar posibles explicaciones, pídeles a tres o cuatro que se evalúen, dando también razones, que justifiquen el por qué de esa evaluación.

Autocontrol: juego de "Simón dice"

Si la clase no conoce el juego, debes explicarles que éste consiste en cumplir las órdenes que tú les des, pero sólo si antes de la orden has dicho "Simón dice...". Si no, deben ignorar la orden. Conviene que piensen en voz alta para jugar a este juego; lo puedes conseguir sacando a un grupo, para que antes de empezar el juego piensen en voz alta, planteándose las cuatro preguntas mágicas, referidas al "Simón dice...".

Te recomendamos que hagas el juego en dos momentos: primero con toda la clase y luego con un grupo, mientras el resto observa.

Para dar más interés al juego y conseguir mayor atención, se debe ir eliminando a quienes fallen: que se pongan de pie, a un lado hasta que sólo queden

dos que son los campeones. Los que van siendo eliminados no deben quedarse al margen del juego, sino que, con sus tarjetas rojas, te deben ayudar a eliminar a quienes se vayan equivocando. Puedes inventar fácilmente otras listas, para tener suficientes y que el alumnado no se canse de repetir siempre las mismas órdenes. Puedes incluir: levantar una mano, las dos manos, cerrar los ojos, llorar, reír, ladrar, etc. También gusta mucho a los alumnos inventar sus propias listas, y hacer de profesores mientras tú intentas seguir sus órdenes.

1ª Lista de "Simón dice"

- | | | | |
|-----------|--------------------------------------|-----------|--------------------------------------|
| 1 | Simón dice aplaude | 16 | Toca el suelo |
| 2 | Aplaude | 17 | Tócate la barriga |
| 3 | Tócate la punta de los pies | 18 | Simón dice da con el pie en el suelo |
| 4 | Simón dice da una vuelta | 19 | Da un paso atrás |
| 5 | Siéntate | 20 | Simón dice tócate la rodilla |
| 6 | Simón dice cierra los ojos | 21 | Simón dice levanta los brazos |
| 7 | Simón dice di hola | 22 | Despídete con la mano |
| 8 | Tírate de la oreja | 23 | Simón dice tócate la rodilla |
| 9 | Abre la puerta | 24 | Simón dice da un paso adelante |
| 10 | Simón dice cruza los brazos | 25 | Da con el pie en el suelo |
| 11 | Simón dice tócate la nariz | 26 | Tócate la barriga |
| 12 | Despídete con la mano | 27 | Simón dice tócate la nariz |
| 13 | Levanta los brazos | 28 | Da un paso atrás |
| 14 | Simón dice da con el pie en el suelo | 29 | Simón dice toca el suelo |
| 15 | Simón dice da un paso adelante | 30 | Pon las manos en la cabeza |

2ª Lista de " Simón dice "

Lo que hay entre paréntesis es para que el profesor lo haga, no para leerlo a los alumnos

- | | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| 1 | Simón dice haz lo mismo que yo
(tírate de la oreja) | 16 | Haz lo mismo que yo
(da una vuelta) |
| 2 | Haz lo mismo que yo
(da con el pie en el suelo) | 17 | Salta |
| 3 | Da una palmada | 18 | Simón dice haz lo mismo que yo
(despídete con la mano) |
| 4 | Simón dice salta | 19 | Haz lo mismo que yo
(tócate la rodilla) |
| 5 | Ponte la mano en la cabeza | 20 | Simón dice pon las manos en los
hombros. |
| 6 | Simón dice haz lo mismo que yo
(ponte las manos en las caderas) | 21 | Simón dice haz lo mismo que yo (ladra) |
| 7 | Simón dice despídete con la mano | 22 | Cierra los ojos |
| 8 | Haz lo mismo que yo
(cruza los brazos) | 23 | Simón dice toca el suelo |
| 9 | Da un paso atrás | 24 | Simón dice haz lo mismo que yo
(haz la V de victoria) |
| 10 | Simón dice haz lo mismo que yo
(toca el suelo) | 25 | Haz lo mismo que yo
(ponte las manos en la cabeza) |
| 11 | Simón dice haz lo mismo que yo
(levanta los brazos) | 26 | Ciérrate la boca con los dedos. |
| 12 | Toca el suelo | 27 | Simón dice no te pongas las manos
en las caderas |
| 13 | Haz lo mismo que yo
(ponte las manos en las caderas) | 28 | Tírate de la oreja |
| 14 | Simón dice da un paso atrás | 29 | Simón dice haz lo mismo que yo
(tócate la nariz) |
| 15 | Simón dice golpéate la cabeza | 30 | Haz lo mismo que yo
(échate a dormir sobre los brazos) |

LECCIÓN 10

Los problemas interpersonales tienen solución

INTRODUCCIÓN

En las cinco primera lecciones, los problemas presentados a los niños han sido problemas impersonales: colorear, resolver laberintos, discriminación auditiva, etc. En las lecciones 6, 7, 8 y 9 se han enseñado las habilidades necesarias para resolver problemas interpersonales. Pero es en esta lección 10 cuando se les presenta por primera vez un problema interpersonal, insistiendo especialmente en los problemas entre dos niños. Junto con los problemas interpersonales, se presentan distintos tipos de soluciones, que se pondrán en la pizarra. No se trata de dar "recetas" para resolver problemas interpersonales, sino de "abrirles la mente", ampliando su repertorio de soluciones.

OBJETIVO

- Dar soluciones adecuadas a los problemas interpersonales que se les presenten.

MATERIALES

- Una lista de soluciones
- Una lista de problemas
- Pizarra

Problemas interpersonales

Para un modelado previo tuyo a toda la clase, puedes usar un problema interpersonal cualquiera: por ejemplo cómo puedo conseguir que un niño me deje jugar con su pelota o que una niña me deje darle la comida a su cachorro, o cómo convencer a un compañero para que invite también a mi amiga a su cumpleaños, etc. Te haces las cuatro preguntas, bajando de vez en cuando la voz, para convertirla en

un murmullo. En la segunda pregunta, ¿de cuántas maneras puedo hacerlo?, puedes modelar ideas como éstas: pues pensaría en lo que a mí me gustaría que me dijeran, o me pondría en el lugar del niño o de la niña, o una solución que vi en televisión para un problema parecido, o lo que ya hice en otra ocasión semejante, etc.

A continuación, los niños y niñas serán los que deben proponer soluciones, pero para facilitarles el trabajo, que no es fácil, puedes seguir estos dos pasos:

1. Presenta soluciones antes de proponer el problema escribiéndolas en la pizarra. Escribe en distintas líneas: "le doy un puñetazo"; "lo acuso; diciéndoselo al maestro o a la maestra"; "se lo pido por favor"; "si me dejas eso, yo te dejo esto"; "un rato tú y otro yo"; "no le hago caso", "se lo quito sin que me vea", "como te atrevas, te doy una patada", "yo te ayudo".

Entonces les presentas **uno** de estos problemas: “un niño no me deja jugar con su pelota”, “una niña me empuja en el recreo”, “alguien me tira una goma en clase”, “no tengo tijeras y tengo que recortar”, “me quitan el postre en el comedor”, “mi hermano lleva una hora jugando con el videojuego y yo quiero jugar”. Les pides que cada uno elija, para el problema que les has presentado, una de las soluciones que hay en la pizarra y vas anotando con (X) las soluciones que te digan. Cuando toda la clase haya hablado, discutes qué cinco de esas soluciones eran buenas y qué cuatro eran malas o inadecuadas.

2. Terminada esa primera parte, borra la pizarra y les presentas uno o más problemas de los indicados más arriba. Anota en la pizarra las soluciones que te vayan diciendo (soluciones que ahora deberán inventar ellos, aunque pueden coincidir con la que tú les propusiste en el primer paso). Marca con (X) las soluciones que se vayan repitiendo.

Con este segundo paso se quiere conseguir que los alumnos y alumnas interioricen las soluciones que les propusiste en el primer paso.

LECCIÓN 11

Las cosas y las ideas se relacionan. Adivinanzas

INTRODUCCIÓN

En esta lección se propone un ejercicio auditivo notablemente más difícil que los que se han hecho hasta ahora: no sólo requiere atención y control, sino una rápida operación mental de comparación y clasificación.

Después se presentan nuevos problemas interpersonales entre niños y se pide a los alumnos y alumnas que se pongan en el lugar de los dos o más personajes que toman parte en la escena, ejercitando así el pensamiento de perspectiva.

Finalmente, se proponen adivinanzas para ejercitar el pensamiento inductivo. Con esas adivinanzas se pueden hacer dos actividades, como luego se explicará.

OBJETIVOS

- Realizar bien los ejercicios de clasificación auditiva.
- Proponer el mayor número posible de soluciones a los problemas interpersonales que se presenten.
- Acertar el mayor número de las adivinanzas propuestas.

MATERIALES

- El formulario de clasificación auditiva.
- Varios problemas interpersonales entre niños.
- Una lista con adivinanzas (se incluyen).

Clasificación auditiva

Ahora no se trata de dar una palmada, sino de decir qué palabra de una lista no corresponde a la palabra inicial. Pide a toda la clase que se planteen, en silencio, las tres primeras preguntas mágicas y decidan cómo van a resolver el problema.

Luego puedes hacer el ejercicio de dos modos diferentes, uno detrás de otro:

- Con toda la clase.
- Por pequeños grupos de 3 ó 4, mientras el resto de la clase observa en silencio.

Ten en cuenta que no importa que algún niño o niña te discuta alguna palabra, con tal de que justifique esa opinión.

También les suele resultar muy divertido el que les pidas que hagan otras listas parecidas y te las propongan, para que tú adivines cuál es la palabra que no corresponde.

La lista para esta actividad la tienes dos páginas más adelante

Proponer soluciones

En esta segunda parte de la lección 11, volvemos a buscar soluciones para problemas interpersonales entre niños. El problema que se presenta para la discusión es muy sencillo: una niña, en clase, quiere usar unas tijeras que en esos momentos está usando un niño. Antes de preguntar a la clase qué podría hacer o decir la niña para conseguir las tijeras, recuérdales que para los problemas de la lección anterior nos sirvió mucho ponernos en el lugar de la persona que pedía el favor y luego ponernos en el lugar de quien tenía que decir "sí" o "no". Esto les hará ejercitar el pensamiento de perspectiva o empatía.

Preséntales un problema interpersonal. Puedes aprovechar los que no usaste en la lección 10, o usar uno de estos: "mi hermano se puso mi ropa sin mi permiso", "un compañero se cuelga en la fila del comedor", "tengo clase de Educación Física y no he traído el chándal". No se escriben soluciones previas en la pizarra, sino que se van escribiendo las que ellos digan y se pone una (X) cuando repitan la misma.

El categorizar y relacionar conceptos, como hicimos en la primera parte de esta lección, es muy formativo, ya que es un ejercicio verdaderamente "filosófico", a nivel infantil. De hecho, muchos autores preocupados por los problemas actuales, piensan que debería enseñarse Filosofía, no solamente en Secundaria, sino también, con las adaptaciones necesarias, en Primaria.

Pues bien, ese ejercicio de categorizar y relacionar conceptos puede realizarse también con un juego muy divertido, que puedes preparar fácilmente. En tres fichas más grandes, dibuja un círculo, un cuadrado y un triángulo (una figura en cada ficha) y colorea cada figura de un color, por ejemplo rojo, verde y azul. Después, en fichas normales, dibuja o pega dibujos de diversos objetos: coches, bicicletas, casas, televisores, balones, árboles, el mar, triángulos (o círculos, o cuadrados) sin color, del mismo color o de uno distinto al de las fichas grandes.

Coloca en una mesa, o en el suelo, las tres fichas grandes y pide a la clase, que individualmente o en pequeños grupos, vayan colocando los demás dibujos bajo la ficha grande que les corresponda. La posibilidad de relaciones es grande: por la forma (por ejemplo las ruedas, bajo el círculo; el televisor bajo el cuadrado, etc.), por el color, por el número de elementos (tres el triángulo, cuatro el cuadrado, uno el círculo, etc.). Luego, repasa los dibujos que haya bajo cada ficha y discute con ellos, si es necesario, la relación que vieron para colocarlo ahí. En realidad, todo se relaciona en el universo...

Adivinanzas

Usando las adivinanzas que tienes a continuación, u otras que tú inventes, puedes hacer estas dos actividades:

Primera: que cada alumno escriba en su cuaderno una columna de números, del 1 al 10. Entonces les lees diez adivinanzas, diciendo antes el número que corresponde a cada una. Después de leer cada una, dejas unos momentos para que los alumnos piensen cuál es la solución y apunten en silencio esa solución al lado del número correspondiente. Terminadas las diez adivinanzas vas preguntando a diez alumnos distintos, para ver si tienen bien la solución. Se puede discutir con ellos, si queda alguna duda.

Segunda: entrega a cada niño o niña una tarjetita plastificada con una adivinanza. Esas adivinanzas deben ser distintas de las vistas en la primera actividad. Déjales unos segundos y pregunta a varios: cada alumno o alumna debe dar primero la solución a la adivinanza y luego leer el texto que tiene en la tarjeta. También puede haber escrito esa solución en su cuaderno.

Para terminar, puedes pedirles que inventen algunas adivinanzas y te las propongan a ti, a ver si las aciertas. Te conviene hacer tu propia colección de adivinanzas, para tener la mayor cantidad y variedad posibles.

Lista de palabras de clasificación auditiva

La primera palabra, en mayúscula, es la palabra clave. De las otras, hay una que no corresponde con esa palabra clave y ésta es la que tienen que señalar los alumnos y alumnas. Al leer estas listas (cada línea es una lista) haz una pequeña pausa después de la palabra clave, para que la tengan bien clara en su mente, y otra pausa al final de cada línea, para que digan cuál es la palabra que no corresponde. También les puedes pedir que lo hagan por escrito, si te parece.

1.	FÓSFOROS	encender	patinar	quemar
2.	ZAPATO	caminar	sonarse	correr
3.	VASO	beber	encender	derramar
4.	CLAVEL	telefonar	oler	marchitar
5.	ROPA	abrigar	reír	planchar
6.	ÁRBOL	barnizar	regar	plantar
7.	ANILLO	brillar	coser	casarse
8.	REGLA	subrayar	cantar	medir
9.	VIENTO	leer	soplar	aullar
10.	HORNO	escribir	cocer	asar
11.	CAMIÓN	derrapar	frenar	masticar
12.	AMPOLLA	agradar	doler	reventar
13.	CARRERA	correr	ganar	morder
14.	PAPEL	dibujar	atornillar	envolver
15.	FÚTBOL	correr	encestar	pitar
16.	VACA	mugir	filete	gafas
17.	VENENO	setas	guitarra	enfermo
18.	MONTAÑA	pinos	excursión	barca
19.	PELO	construir	peinar	lavar
20.	IGLESIA	fútbol	música	oración
21.	AVIÓN	nadar	volar	aterrizar
22.	PERRO	comer	leer	ladrar
23.	PATATA	comer	correr	crecer
24.	BOTELLA	nacer	romperse	vaciarse
25.	BOCA	sonreír	volar	bostezar
26.	PÁJARO	cantar	volar	ladrar
27.	NARIZ	enfriar	picar	estudiar
28.	BARCO	pescar	volar	navegar
29.	BEBÉ	gatear	dormir	escribir
30.	TELÉFONO	llamar	asar	marcar

ADIVINANZAS PARA LEER

1	2
Una cosa que es redonda, de goma y bota	Una cosa redonda, que flota en el aire y que revienta si la pinchas con un alfiler
3	4
Un marco grande de madera, que tiene una red por detrás y sirve para meter goles en el fútbol	Una cosa amarilla, a la que hay que quitarle la piel para comérsela y que les gusta mucho a los monos
5	6
Tiene dos cuernos, cola y da leche	Es muy grande, es gris y tiene trompa larga
7	8
Es de plástico o de vidrio, tiene arriba un chupete de goma y sirve para dar la comida a los bebés	Unas cosas muy bonitas de colores, que crecen en el campo o en macetas y que se cortan para hacer ramos
9	10
Tiene un mango, una cabeza de metal y clava clavos	Es de plástico, se pone en la parte interior de un cubo y sirve para arrojar dentro la basura

ADIVINANZAS PARA LEER

11	Una cosita amarilla con rayas negras, que zumba y pica
12	Es una cosa blanca, muy fina, en la que se escribe o se dibuja
13	Es un líquido blanco, que sale de la vaca y se toma en un vaso
14	Es de lana, se usa en invierno y mantiene caliente la mitad de arriba del cuerpo
15	Es rectangular y tiene páginas con letras y dibujos

ADIVINANZAS PARA ENTREGAR A LOS ALUMNOS

<p>Va por el agua, tiene una vela y es impulsado por el viento</p>	<p>Es de madera, tiene cerradura y abre o cierra una habitación</p>
<p>Se planta en la tierra, es de color naranja y les gusta mucho a los conejos</p>	<p>Es alargado, de madera y lo usan los ancianos para andar mejor</p>
<p>Tiene ocho patas, puede subir por las paredes y teje una tela</p>	<p>Vienen dentro de una caja, son de muchos colores y sirven para pintar</p>
<p>Es una cosa alta, con varios escalones y la usan los albañiles y los pintores</p>	<p>Es un animal que corre mucho, se puede subir un hombre encima y puede saltar obstáculos</p>
<p>Es una ropa que se usa en los pies y puede ser de distintos colores</p>	<p>Tiene punta por un extremo, plumas por el otro y fue usada como arma por los indios</p>

ADIVINANZAS PARA ENTREGAR A LOS ALUMNOS

Es de madera o plástico, tiene cuatro patas y respaldo y sirve para sentarse	Es de madera, tiene cuatro patas y se usa para comer o estudiar
Tiene tronco, ramas y hojas y crece en la tierra	Tiene alas y vuela, pero no es un pájaro
Es dura, se saca del árbol, sirve para hacer muebles	Puede cortar el pelo, el papel o la tela
Es pequeña, de metal y abre la puerta	Sirve para hablar con otros, es de plástico y tiene números
Es el mejor amigo del hombre, pero no habla, sólo ladra	Es verde, da saltos y croa

ADIVINANZAS PARA ENTREGAR A LOS ALUMNOS

Parece una pera pero es de vidrio y da luz	Es líquido, de muchos colores y se extiende sobre las paredes
Es de barro, de vidrio o de plata y está lleno de colillas y cenizas	Es de vidrio o de plástico y puede llevar agua o vino
Aunque son oscuras, al ponértelas lo vez todo mejor, cuando hay sol	Es de metal, se enchufa y mantiene fresca la comida que se le mete dentro
Lo pone la gallina pero se lo comen las personas	Puede ser largo o corto, rubio o moreno y el que no lo tiene, está calvo
Tiene mucha sal y muchísima agua y en él viven los peces	Está más hundido que las tierras de al lado y cuando llueve corre el agua por él

ADIVINANZAS PARA ENTREGAR A LOS ALUMNOS

<p>Es de tela, con varillas de metal, y te acuerdas de él cuando llueve</p>	<p>Es de otro país, pero viene a visitarnos y le gusta mucho el sol</p>
<p>Parece una casa grande, pero tiene campanario y se usa para rezar</p>	<p>Se mete en la boca, se mastica mucho tiempo pero no es comida</p>
<p>Te lleva al piso que quieras, sin subir escaleras, con solo apretar un botón</p>	<p>Son blancos y duros, con ellos se come y, si no se cepillan salen caries</p>
<p>Frotándola contra un papel deshace lo que hizo el lápiz</p>	<p>Tiene aspas y motor y refresca mucho el aire</p>
<p>Aunque crecen bajo tierra, luego se fríen y se comen</p>	<p>Es de color amarillo, y está dentro del huevo</p>

ADIVINANZAS PARA ENTREGAR A LOS ALUMNOS

Es alargado, de madera por fuera,
de carbón por dentro,
sirve para escribir

Tiene rejas en puertas y ventanas,
la vigila la policía y los que están
dentro de ella se llaman presos

Es un traje, pero divertido
y sólo se usa en Carnavales

Canta al amanecer y le gustan mucho
las gallinas, aunque nunca se las come

Aunque son de papel y
pequeñitos, cada uno vale
diez euros

LECCIÓN 12

Que pasaría si...

INTRODUCCIÓN

En las lecciones 8, 9 y 10 hemos tratado de enseñar al alumno el pensamiento causal, insistiendo en la causalidad de las emociones, pues quien no tiene pensamiento causal, no sólo no podrá resolver sus problemas interpersonales, sino que ni siquiera podrá formularlos.

Ahora, en vez de lanzar su pensamiento hacia atrás, hacia las causas y raíces de un problema, intentaremos que lo lance hacia adelante, hacia las consecuencias que pueden tener sus acciones y sus palabras: que prevea esas consecuencias antes de hablar o actuar. Las personas impulsivas y agresivas suelen carecer de este pensamiento consecuencial, porque nadie se lo ha enseñado.

Esta lección 12 tiene dos partes: en la primera, se enseña el pensamiento consecuencial por medio de un juego sencillo y divertido, llamado "¿Qué pasaría si...? En la segunda, se utiliza el juego del dibujo oculto, para repasar las cuatro preguntas mágicas y para que cada persona de la clase intente explicar el juego a otro compañero o compañera: ese esfuerzo por explicar las cosas a otra persona sirve para que quien explica las cosas las comprenda bien (¡todos sabemos que no aprendemos bien una cosa hasta que la tenemos que enseñar a otros!) y también para que el alumnado tome una actitud activa y participativa. La experiencia nos enseña que los iguales, los compañeros, pueden tener una gran influencia en la formación de otros alumnos, tanto en temas académicos como en actitudes y valores. También es muy eficaz la intervención de alumnos conflictivos (¡si se consigue!) para ayudar a otros. Hay que darles la oportunidad.

OBJETIVOS

- Dar una consecuencia acertada para cada ficha que saquen en el juego "¿Qué pasaría si...?"
- Saber enseñar a otros compañeros cómo se hace un dibujo oculto.

MATERIALES

- Las fichas para el juego "qué pasaría si..." coloreadas en azul o en amarillo, según dificultad. Al fotocopiarlas cuida de que las respuestas coincidan con sus preguntas correspondientes (por detrás).
- Algunos ejemplares distintos del dibujo oculto y fotocopias suficientes de esos ejemplares para que haya uno para cada alumno. No olvides los cuatro dibujos de Carlos y Elena.

Pensamiento consecuencial

Para jugar al "qué pasaría si..." debes tener preparadas las tarjetas de preguntas divididas en cuatro montones, azules con preguntas, amarillas con preguntas, azules sin letras (con una estrella, por ejemplo) y amarillas sin letras (con una estrella).

Divides la clase en cinco o seis grupos y les explicas que quien se lleve una tarjeta azul, gana dos puntos y quien consiga una amarilla, gana un punto, pero que las azules son más difíciles de contestar. Empiezas preguntando al grupo número 1 qué color elige y les lees la pregunta de una tarjeta de ese color, anteponiendo siempre las palabras "¿qué pasaría si..?". Les das un minuto para pensar la respuesta en grupo y determinar quién responde. Si la respuesta es desacertada se pregunta al grupo número 2, luego al número 3, etc. Si nadie acierta esa tarjeta se pone a un lado. Después se pasa al grupo 2, del mismo modo, etc.

Al grupo que responda exactamente lo que está detrás de esa tarjeta, se le da dicha tarjeta; si responden una cosa distinta pero sensata, se les da una tarjeta azul o amarilla pero sin letra (con una estrella, por ejemplo).

Al final gana el grupo que más puntos tenga.

Dibujo oculto

Utiliza dibujos con sólo números, si los alumnos son pequeños. Si son un poco mayores, utiliza dibujos con números y letras.

Explícales que no se trata sencillamente de ir uniendo puntos como en los dibujos ocultos que están numerados: se trata de ir uniendo o bien los números de dos en dos o alternativamente números y letras. Explícales qué significa "alternativamente".

Divide a la clase por grupos. Llamas a una persona de cada grupo y les repites en voz baja las instrucciones para que aparezca un dibujo, uniendo los puntos de dos en dos o alternativamente números y letras.

Les pides que a continuación le expliquen eso a su grupo y les digan que cada uno deberá hacer un trazo con rotulador y pasar el dibujo al compañero siguiente, hasta que aparezca el dibujo completo.

Una vez realizado el trabajo, el profesor o la profesora llama a una persona

de cada grupo (que no sea la misma que dio la explicación) y le pregunta acerca del dibujo: qué tenían que hacer, cómo lo hicieron y que muestre a toda la clase lo que salió. Una vez que has preguntado a todos los grupos, puedes entregar un segundo dibujo y hacer el mismo proceso.

Como ampliación y generalización de este ejercicio, puedes pedir a algún alumno o alumna que explique a otro un problema distinto (por ejemplo, cómo se hace el "Juego de la suma" o un problema que tenga de clase). Es verdaderamente extraordinario el fruto que se consigue cuando un niño o niña explica algo a otro y se siente importante por hacerlo.

Juego de la suma

Encuentra 3 caminos posibles entre la primera y la última línea del cuadro siguiente, de modo que la suma total sea 18. Puedes caminar vertical y diagonalmente, pero no horizontalmente. Traza una raya de distinto color para cada camino que encuentres

6	8	5	4
9	2	3	7
1	5	8	0
0	9	6	2

Cómo hacer las tarjetas del juego "¿ Qué pasaría si...? "

Fotocopia en cartulina azul o amarilla las pequeñas tarjetas de preguntas y de respuestas, por delante y por detrás, de modo que cada respuesta quede exactamente detrás de la pregunta. Las veinticuatro primeras son más fáciles y deben ir en amarillo; de la 25 a la 36 son un poco más difíciles y deben ir en azul. Puedes "plastificar" la hoja completa con papel adhesivo transparente, y luego la cortas para separar las tarjetas. Puedes añadir todas las tarjetas que quieras, con preguntas que tú inventes. Las preguntas se pueden referir a leyes físicas ("qué pasaría si ponemos un globo sobre una llama") y suelen ser más fáciles; o a relaciones interpersonales ("qué pasaría si le tiras del pelo a tu hermanita"), que pueden ser más difíciles, pero son interesantes para enseñar al alumnado a resolver sus futuros problemas de convivencia.

PREGUNTAS

1	2
No lavamos al perro	No ponemos gasolina al coche
3	4
No regamos las plantas	Ponemos un globo sobre la llama
5	6
Tiramos una pelota contra la pared	No cogemos de la planta un tomate maduro
7	8
No me baño todos los días	Le pego a alguien más fuerte
9	10
Limpio mi habitación	Me meto en una piscina sin saber nadar
11	12
Destrozamos los jardines	No le damos la vuelta a una tortilla al fuego

PREGUNTAS

13	14
No nos lavamos los dientes	Ayudo a mis compañeros y compañeras
15	16
Se prohíben las pelotas y balones en el colegio	Se prohíbe a los menores ver más de 1 hora de TV al día
17	18
Nos olvidamos el bocadillo en casa	Le tiras del pelo a tu hermanita
19	20
Voy de pie y saltando en el autobús	No lloviera nunca aquí
21	22
Me dejo las gafas en mi casa	Le doy un beso a mis padres al llegar a casa
23	24
Cruzo la calle con el semáforo de peatones en rojo	No tuviéramos la comida hecha al mediodía

PREGUNTAS

25	26
Jugamos al fútbol en la calle	No escuchamos las explicaciones del profesor o la profesora
27	28
Le regalas a tu hermano un libro por su cumpleaños	Hacemos la tarea diariamente
29	30
Voy al cine y me duermo	Mis compañeros se acuerdan de que es mi cumpleaños
31	32
El profesor o la profesora te coge copiando en un examen	Pongo los dedos en un enchufe
33	34
No me tomo las medicinas que me manda el médico	Juego con fósforos
35	36
Me regalan euros	Me acuesto tarde

RESPUESTAS

2	1
Que se para	Que tendrá pulgas
4	3
Que explota	Que se secan
6	5
Que se pudre	Que rebota
8	7
Que me pegan a mí	Que huelo mal
10	9
Que me puedo ahogar	Que estaré a gusto con ella
12	11
Que se quema	Que estará todo feo

RESPUESTAS

14	13
Que todos me querrán	Que nos salen caries
16	15
Que tendrán más tiempo para jugar y para leer	Que el recreo sería aburrido
18	17
Que llora	Que pasaríamos hambre
20	19
Que estaría todo seco	Que puedo caerme
22	21
Que les gustará mucho	Que no puedo leer bien
24	23
Que pasaríamos hambre	Que me puede atropellar un coche

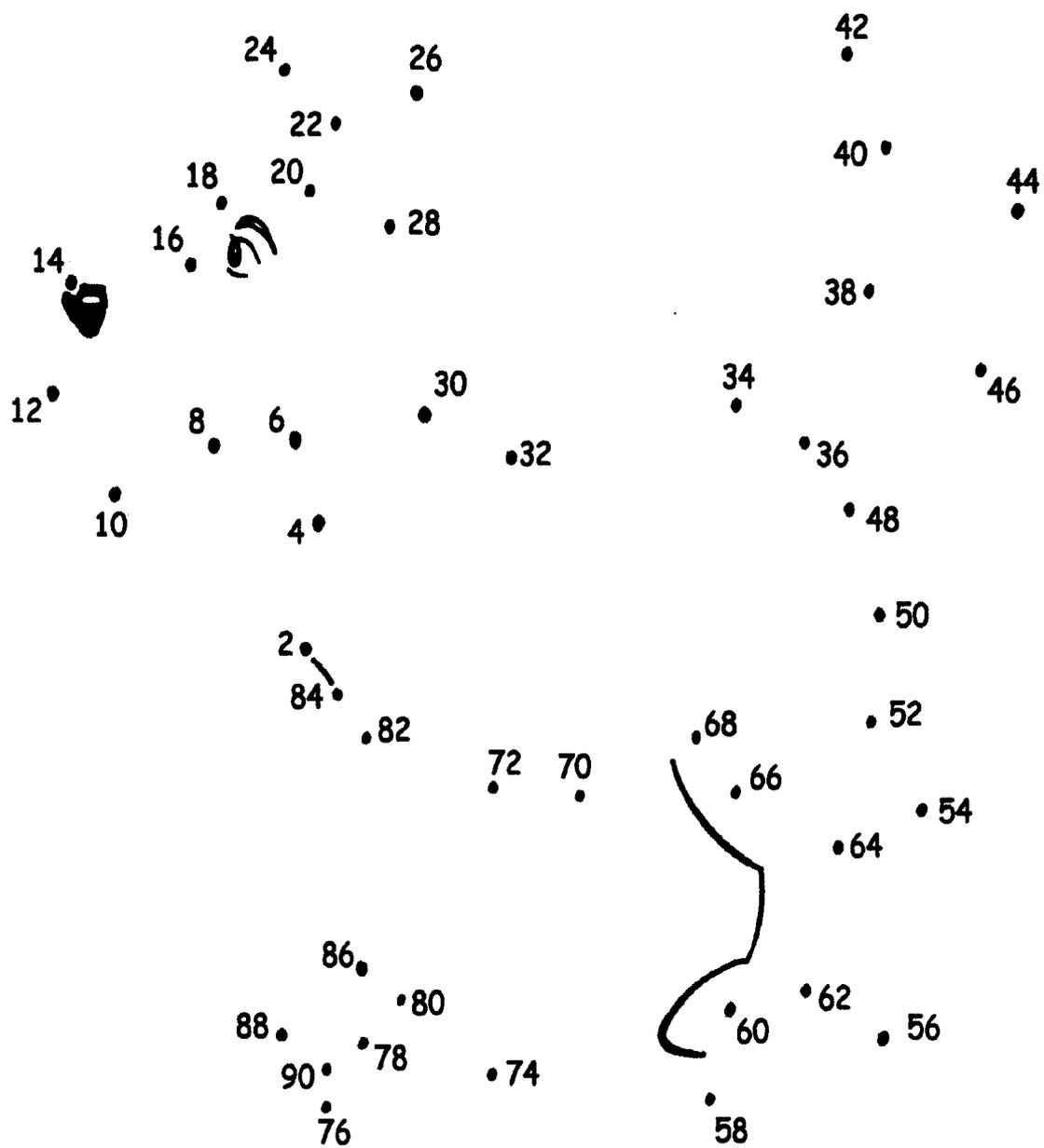
RESPUESTAS

26	25
Que no sabremos qué hacer	Que nos puede coger un coche
28	27
Que aprenderemos mucho	Que estará muy contento
30	29
Que me hacen regalos	Que no me entero de la película
32	31
Que puedo morir electrocutado	Que me pone mala nota
34	33
Que me puedo quemar y envenenar	Que tardo más tiempo en curarme
36	35
Que tendré sueño por la mañana	Que puedo comprar golosinas

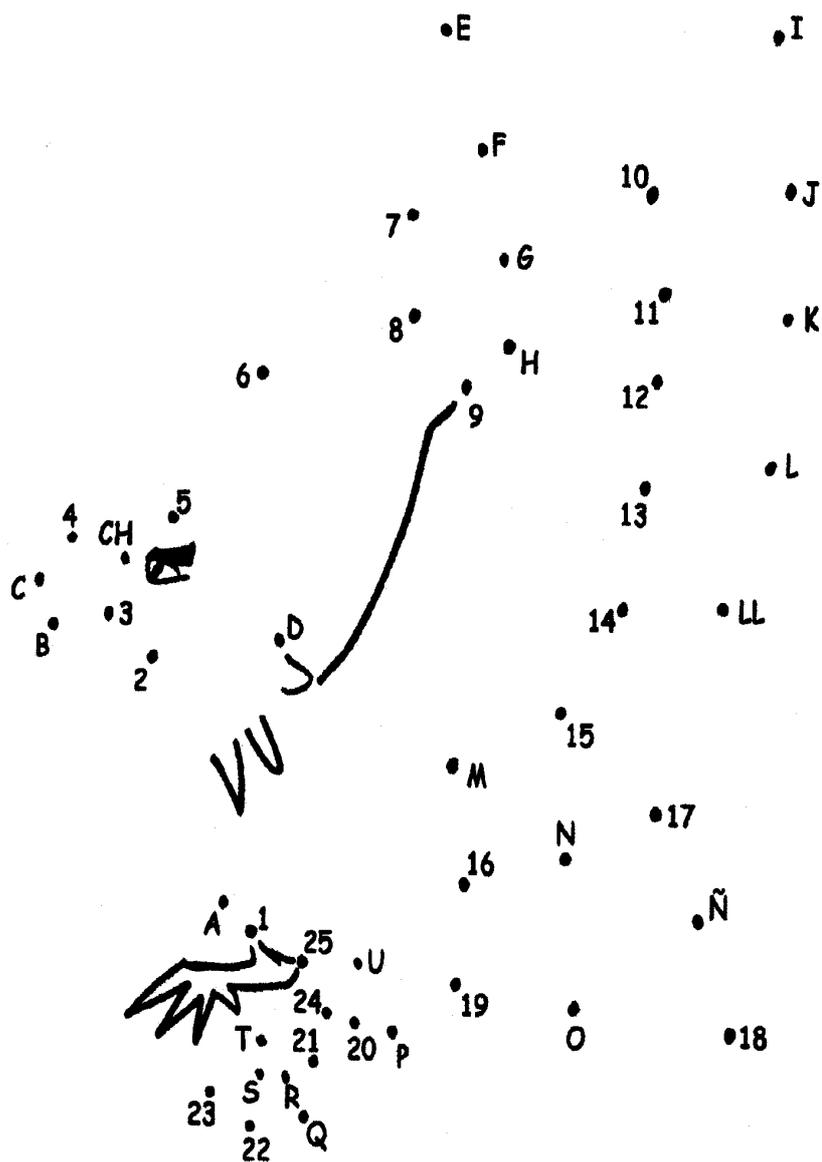
Dibujo oculto de números



Dibujo oculto de números



Dibujo oculto de números y letras



LECCIÓN 13

Piensa antes las consecuencias

INTRODUCCIÓN

El tema de esta lección sigue siendo el pensamiento consecuencial, pero ahora exclusivamente en el campo de las relaciones interpersonales. Hay un solo bloque (ejercitar el pensamiento consecuencial), pero tiene tres momentos:

- Tú propones una solución a un problema interpersonal y preguntas a la clase cuáles serían las consecuencias de esa solución.
- Propones un problema interpersonal y preguntas a la clase posibles soluciones alternativas a ese problema y a continuación cuáles serían las consecuencias de esas soluciones.
- Se repite ese mismo ejercicio del momento 2, es decir, preguntar soluciones y consecuencias, pero refiriéndonos ahora a personas concretas. No "que pasaría si empujas a otro", sino "que pasaría si empujas a fulano", o "que pasaría si tu madre se da cuenta de que le estás mintiendo", etc.

OBJETIVO

- Señalar al menos dos consecuencias posibles de cada solución.

MATERIALES

- Los cuatro dibujos de Carlos y Elena.
- Pizarra y tiza

Consecuencias en problemas interpersonales

Primer momento: tú ofreces a la clase una solución a un problema interpersonal, por ejemplo, un niño o una niña no lleva bocadillo al colegio y se lo quita a otro sin que nadie lo vea.

Una vez hayas presentado esa solución a toda la clase, pregunta a quienes hayan levantado la mano cuáles serían las consecuencias de hacer eso y pregunta también a quienes tú sabes que son más impulsivos y agresivos, aunque no hayan levantado la mano. Esos son quienes más necesitan desarrollar el pensamiento consecuencial. Anota en la pizarra las consecuencias que ellos vayan indicando.

Segundo momento: en este segundo momento, antes de ejercitar el pensamiento consecuencial, vamos a pedir al alumnado que ejercite el pensamiento alternativo. Planteas a toda la clase un problema interpersonal cualquiera (por ejemplo, a un alumno le echan la culpa de un robo de dinero, no mucho, que ha desaparecido en la clase, y él no ha sido). Pero no propones tú ninguna solución, sino que les preguntas todas las soluciones posibles que se les ocurran. A medida que te las van diciendo, las vas escribiendo, abreviadas, en la pizarra. Cuando te parezca que ya hay bastantes soluciones, empieza a preguntarles cuáles son las consecuencias previsibles de cada una de esas soluciones, sin prisa. Que hablen quienes hayan levantado la mano.

Tercer momento: tiene los mismos pasos que el segundo (problema interpersonal, soluciones posibles, consecuencias previsibles), pero la diferencia es que se concretan las personas con las que se tiene el problema: puede ser tu hermano, tu madre, fulano que es compañero de clase, etc. La finalidad es que el alumnado comprenda que ante los mismos estímulos puede haber diferentes reacciones, pero que las reacciones se pueden prever conociendo a las personas. Puedes proponer este caso: te gustaría tener unas gafas de sol como las de tu padre para pasear por la playa. Pídeles soluciones y consecuencias de ese problema, anótalas en la pizarra como antes y discútelas.

LECCIÓN 14

Soluciones. Control auditivo

INTRODUCCIÓN

En esta lección se presenta la tarea auditiva más difícil, la inhibición auditiva. Es un verdadero desafío al autocontrol, ya que en pocos segundos se tiene que refrenar la respuesta impulsiva y clasificar los conceptos que se oyen.

En la segunda parte, se continúa el ejercicio de pensamiento alternativo y consecuencial en la resolución de un problema interpersonal. En concreto, se presenta un problema directo entre una niña y una persona adulta.

OBJETIVOS

- Hacer correctamente más de la mitad de los ejercicios de control auditivo.
- Ofrecer dos soluciones para un problema interpersonal que se les presente y prever dos consecuencias para cada una de esas soluciones.

MATERIALES

- Las listas de control auditivo que tienes al final de la lección y otras que tú quieras hacer (son muy fáciles).
- Un casete, si prefieres tener esas listas grabadas en cinta
- Algunos ejemplos de problemas interpersonales de una niña con una persona adulta; te sugerimos uno, pero puedes tú pensar otros por tu cuenta.

Control auditivo

Utilizando las listas que tienes a continuación, y otras que tú hayas confeccionado, haz el ejercicio de control auditivo en estas dos etapas:

- Con toda la clase (mejor en círculo y de espaldas, para que no se miren al dar la palmada).

- Con varios grupos de alumnos, elegidos al azar, mientras el resto de la clase observa en silencio.

Al terminar las dos partes, déjales unos minutos para que inventen nuevas listas y seas tú quien tiene que dar las palmadas, cuando ellos te las lean. También, si esas listas están bien hechas, puedes usarlas como un nuevo ejercicio, al final, con toda la clase.

Prever consecuencias

Preséntales un problema entre una niña y una persona adulta, por ejemplo, una niña nota al llegar a su casa que la mochila que acaba de comprar, está rota por dentro o descosida. El ejercicio consistirá en que el alumnado ofrezca soluciones y prevea las consecuencias positivas o negativas de esas soluciones.

Puedes hacerlo pidiéndoles que levanten la mano, pero debes preguntar tú a quienes destaquen por su pasividad o por su impulsividad, aunque no hayan levantado la mano.

Cuando ya "se agote" el problema, preséntales otro que tú hayas pensado y vuelve a pedirles soluciones y consecuencias. Por ejemplo, a un niño le dan mal el cambio al comprar unas golosinas, etc.

Lista para control auditivo

Nunca se debe dar palmada en mitad de la serie, sino cuando el profesor o la profesora haya terminado de leer las cuatro palabras.

1. Primer paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está la palabras **BALÓN**:

1	sombrero	zapato	silla	pantalón
2	mano	palo	planta	sillón
3	helado	BALÓN	tijeras	oreja
4	flan	sol	barranco	BALÓN
5	puerta	coche	freno	libro
6	clavo	BALÓN	gato	pato
7	BALÓN	lluvia	cocina	oso

2. Segundo paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está el nombre de un **COLOR**

1	árbol	mesa	MARRÓN	madera
2	cielo	AZUL	hormiga	reloj
3	pelo	gafas	pluma	goma
4	ojo	maleta	mano	cuchara
5	VERDE	hierba	fuego	playa
6	pimiento	ROJO	autobús	cepillo
7	cabeza	nariz	manta	GRIS
8	camisa	botón	cortina	papel
9	teléfono	cuadro	AMARILLO	ratón

3. Tercer paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está **BALÓN** y un **COLOR** (tienen que estar los dos).

1	amigo	bolsa	MARRÓN	tomate
2	manzana	BALÓN	globo	BLANCO
3	bebida	NARANJA	vaso	agua
4	cama	ROJO	BALÓN	almohada
5	BLANCO	lápiz	pizarra	BALÓN
6	red	árbitro	córner	BALÓN
7	risa	cara	VERDE	llave
8	BALÓN	lámpara	NEGRO	jamón

LECCIÓN 15

Más control auditivo. Más prever consecuencias

INTRODUCCIÓN

En esta lección se continúa el ejercicio de control auditivo, tan beneficioso para las personas impulsivas (y también para las muy pasivas).

Se vuelve luego a presentar un problema entre un niño o una niña y una persona adulta, pero con el factor añadido de tener que competir con otro niño o niña.

OBJETIVOS

- Hacer correctamente más de la mitad de los ejercicios de control auditivo.
- Ofrecer dos soluciones para un problema interpersonal que se les presente y que prevean dos consecuencias para cada una de esas soluciones.

MATERIALES

- Las listas de control auditivo que tienes al final de la lección y otras que tú quieras hacer (son muy fáciles).
- Un casete, si prefieres tener esas listas grabadas en cinta (lo recomendamos).
- Algunos ejemplos de problemas interpersonales de un niño o una niña con una persona adulta; te sugerimos uno, pero puedes tú pensar otros por tu cuenta.

Control auditivo

Utilizando las listas que tienes a continuación, y otras que tú hayas confeccionado, haz el ejercicio de control auditivo en estas dos etapas:

- Con toda la clase (mejor en círculo y de espaldas, para que no se miren al dar la palmada).
- Con varios grupos, elegidos al azar, mientras el resto de la clase observa en silencio y luego juzga con tarjeta verde y roja.

Prever consecuencias

Les puedes presentar este problema: a tu padre o a tu madre le han regalado dos entradas para el "Octopus" (o el zoo, o el circo) y vosotros sois tres hermanos.

El ejercicio consistirá en que los alumnos ofrezcan soluciones (al menos, dos) y prevean las consecuencias positivas o negativas de esas soluciones.

Puedes hacerlo pidiéndoles que levanten la mano, pero debes preguntar tú a los más pasivos y a los más impulsivos, aunque no hayan levantado la mano.

Cuando ya "se agote" el problema del Octopus, preséntales otro que tú hayas pensado. Por ejemplo el de Susana que quiere nadar con su madre, pero ésta tiene que vigilar al hermano pequeño, etc.

Lista para control auditivo

Nunca se debe dar palmada en mitad de la serie, sino cuando el profesor o la profesora haya terminado de leer las cuatro palabras.

1. Primer paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está la palabra **COLEGIO**

1	playa	silla	libreta	COLEGIO
2	turista	puerto	plátano	risa
3	escuela	profesor	lápiz	recreo
4	linterna	bocadillo	COLEGIO	radio
5	foto	paloma	clase	COLEGIO
6	gafas	tijeras	clavel	revista
7	COLEGIO	teléfono	verde	madera

2. Segundo paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está el nombre de un **DÍA DE LA SEMANA**

1	puerta	lluvia	MARTES	toledo
2	arena	vino	calor	Europa
3	tigre	LUNES	polvo	limón
4	coche	grúa	MIÉRCOLES	viento
5	espejo	SÁBADO	goma	hilo
6	pescado	camión	zapato	letra
7	JUEVES	palmera	miel	veneno
8	café	cine	parque	carnaval
9	aguja	VIERNES	isla	amarillo

3. Tercer paso: dar palmada al final de las cuatro palabras, si entre ellas está **COLEGIO** y un **DÍA DE LA SEMANA** (tienen que estar los dos).

1	patines	vela	MIÉRCOLES	pulpo
2	televisor	COLEGIO	pelota	LUNES
3	COLEGIO	moto	barranco	dibujo
4	escupir	JUEVES	COLEGIO	fachada
5	canal	MARTES	pato	COLEGIO
6	corbata	cuero	fresa	COLEGIO
7	caballo	ventilador	VIERNES	sufrir
8	COLEGIO	prestar	SÁBADO	fuego

LECCIÓN 16

Seguro - Peligroso

INTRODUCCIÓN

En lecciones anteriores, hemos discutido con los alumnos y alumnas las posibles soluciones que se nos pueden ocurrir cuando tenemos algún problema. Cuantas más soluciones se nos ocurran, mejor; por eso es tan útil ejercitar el pensamiento alternativo. Pero al final hay que elegir una de esas soluciones. Si el alumnado no tiene ningún criterio para elegir, parece que lo único importante es la eficacia de la solución. Así, con ese criterio, es como suele funcionar el mundo en que vivimos. Pero las soluciones violentas y agresivas muchas veces son eficaces. Por eso, la eficacia no puede ser el único criterio.

Nosotros proponemos tres criterios para seleccionar la mejor solución: seguridad, eficacia y justicia. Aunque vamos a tratar un criterio en cada lección, ya diremos que deben ir juntos los tres.

En esta lección proponemos el primero: **SEGURIDAD**. Es un criterio que los niños y niñas entienden fácilmente, porque están acostumbrados a que las personas mayores les estén avisando continuamente, cuando hay peligro en algo: "suelta eso", "bájate de ahí", "no te asomes", etc. Para que les quede claro, puedes ilustrar tu explicación con los dos dibujos que se incluyen: cruzar con el semáforo de peatones en verde y mirando, o con el semáforo rojo y sin mirar.

OBJETIVO

- Aprender a distinguir entre situaciones "seguras" y "peligrosas".

MATERIALES

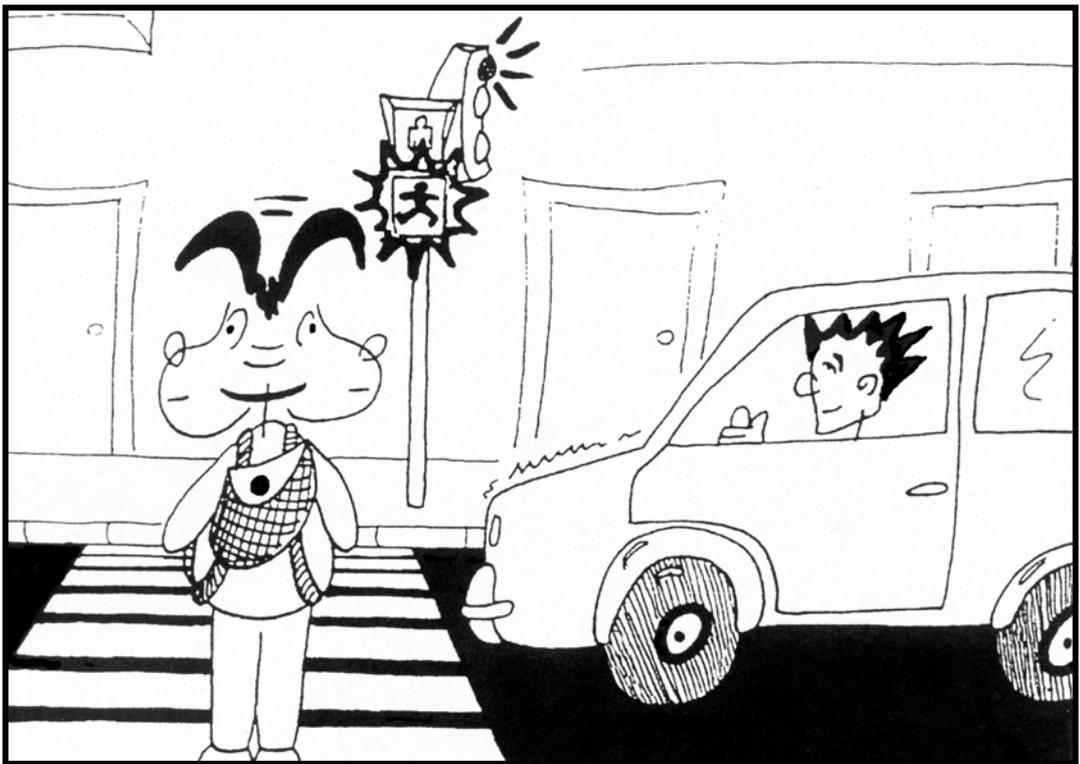
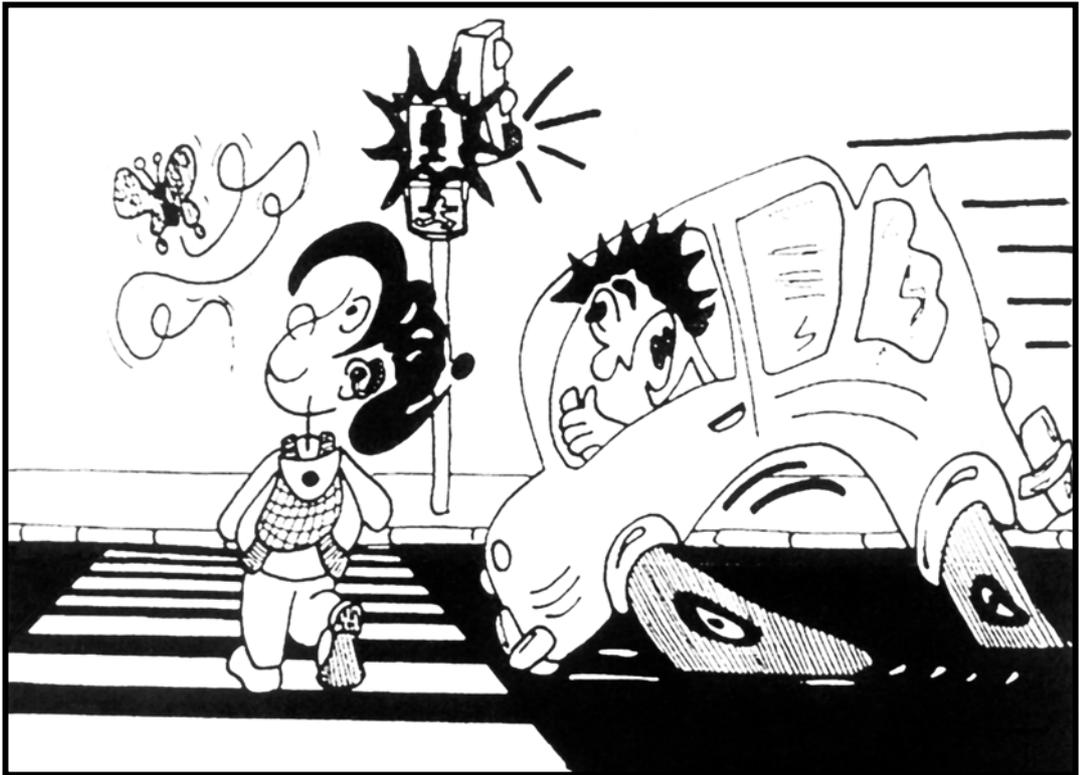
- 5 cajitas o cartones con la palabra **SEGURO**(pueden ir pintados de verde) y 5 con la palabra **PELIGROSO**(pueden ir pintados de rojo).
- Unas 80 tarjetas para repartir entre toda la clase con situaciones "seguras" y "peligrosas" expresadas en pocas palabras, sin dibujo (como tienes al final de esta lección) o fotocopiadas de dibujos de cómics si tú prefieres hacerlo así. No es necesario que las 80 sean diferentes, basta con unos 40 modelos, fotocopiados 2 veces.
- Dos dibujos, para explicar "seguro-peligroso".

Seguridad

Explícales brevemente a los alumnos y alumnas que no todas las soluciones son seguras: por ejemplo atravesar corriendo la calle detrás de la pelota, o darle una patada a un perro para que se aparte, o sacarle punta a un lápiz con un cuchillo grande y afilado, o ponerme en corriente de aire porque tengo calor, etc.

A continuación haces el siguiente juego: divides la clase en 5 grupos, al azar o como tú quieras. A cada grupo se le entregan dos cajitas o cartones, una que diga "SEGURO" (y puede ir pintada en verde) y otra "PELIGROSO" (y puede ir pintada en rojo).

A cada niño se le entregan tarjetas de casos (ver al final de esta lección), después de haberlas barajado y de explicarles que deberán meterlas en la cajita (o ponerlas sobre el cartón) que corresponda. En cada grupo se reparten las tarjetas bocabajo, al azar y entonces, cada uno coloca sus tarjetas en la cajita o cartón correspondiente, pero después de discutirlo en grupo, de modo que el grupo es el responsable del acierto o desacierto. A los pocos minutos, cuando hayan terminado, el profesor o la profesora va pasando de grupo en grupo y leyendo las tarjetas que hay en cada cajita o cartón. Así se hace una verdadera puesta en común de todos los casos presentados. Cuando todas las respuestas están bien en un grupo, se pide un aplauso para ese grupo; si hay alguna tarjeta mal colocada, se comenta y después se pide también un aplauso.



SEGURO – PELIGROSO

S.P.	S.P.
Ponerse la comida en la boca con la cuchara o el tenedor, nunca con el cuchillo	Guardar en la nevera los cartones de leche, una vez abiertos
S.P.	S.P.
Ir muy abrigado cuando hace calor	Guardar fuera de la nevera los cartones de leche antes de abrirlos
S.P.	S.P.
Irte con un desconocido que te quiere invitar a un helado	No meterse en el mar sin saber nadar
S.P.	S.P.
Correr con los cordones de los tenis desatados	No irte con personas de las que desconfías
S.P.	S.P.
Beber agua sin estar seguro de que es potable	Bañarte en el mar con tu padre o con un flotador

SEGURO – PELIGROSO

S.P.	S.P.
Agarrar a un gato furioso por el rabo	Sacar punta al lápiz con un afilador
S.P.	S.P.
Cruzar la calle con el semáforo de peatones en rojo	Bañarse en la playa con flotador cuando no sabes nadar
S.P.	S.P.
Jugar un partido de fútbol dando patadas	Jugar un partido de fútbol cumpliendo las reglas
S.P.	S.P.
Jugar con fósforos	Jugar con un osito de peluche
S.P.	S.P.
Acercarse al fuego de la cocina cuando está encendido	Tener una casa donde vivir

SEGURO – PELIGROSO

S.P.	S.P.
Poner los dedos en un enchufe	Pedir permiso para salir de clase
S.P.	S.P.
Andar con los cordones de los zapatos bien atados	Lavarse los dientes todos los días
S.P.	S.P.
Bajar las escaleras corriendo	Obedecer a la maestra
S.P.	S.P.
Comer pescado sin quitarle bien las espinas	Ir en el autobús bien sentados
S.P.	S.P.
Bajarse de un coche por el lado contrario a la acera	Cruzar la calle con el semáforo de peatones en verde

SEGURO – PELIGROSO

S.P.	S.P.
Meterse una canica en la boca	Amarrarse los cordones de los zapatos
S.P.	S.P.
Salir a la calle teniendo fiebre	Ir abrigado cuando hace frío
S.P.	S.P.
Tomar el sol en la playa, sin ponerse crema	Guardar fuera de la nevera el cartón de leche, una vez abierto
S.P.	S.P.
Guardar fuera de la nevera la carne y el pescado	Tomar un ratito el sol en la playa después de ponernos crema
S.P.	S.P.
Dejar tu bicicleta en la calle, sin cadena	Montar en bicicleta por un paseo sin coches

SEGURO – PELIGROSO

S.P.	S.P.
Afilar un lápiz con un cuchillo	Quitarle el freno de mano al coche de tu padre, aparcado en una pendiente
S.P.	S.P.
Comerte un bocadillo que te encuentras en la calle	Coger la pelota del tejado con un palo largo
S.P.	S.P.
Subirse a un tejado para coger la pelota	Jugar al fútbol sin dar patadas ni empujones a los otros
S.P.	S.P.
Meterse en una piscina sin saber nadar	Ponerse el cinturón de seguridad cuando se va en coche
S.P.	S.P.
Ir muy deprisa en bicicleta por un paseo donde hay niños pequeños	Intentar arreglar un enchufe, sin saber nada de electricidad

LECCIÓN 17

Sirve – No sirve

INTRODUCCIÓN

El alumnado suele tener bastante internalizado este criterio de la eficacia, porque es el más apreciado en la vida diaria y en la televisión. Pero hay que recordarles que no puede ser el único criterio, sino que tiene que ir unido a los otros dos, de seguridad y justicia.

Para que comprendan bien qué significa "eficacia", debes explicarles que eficacia es:

- Resolver un problema, sin crear otro más grande, como a veces hacemos no sólo los niños y las niñas sino también las personas adultas.
- Es realismo, es decir, no ofrecer una solución fantástica o tonta.
- Es decidir una solución que pueda ser realizada, por los niños y niñas, y no supere sus fuerzas.

Para que les quede claro, puedes ilustrar tu explicación con los dos dibujos que se incluyen: atreverte o no atreverte a decirle a otra persona que te gusta.

OBJETIVO

- Aprender a distinguir entre soluciones eficaces y no eficaces.

MATERIALES

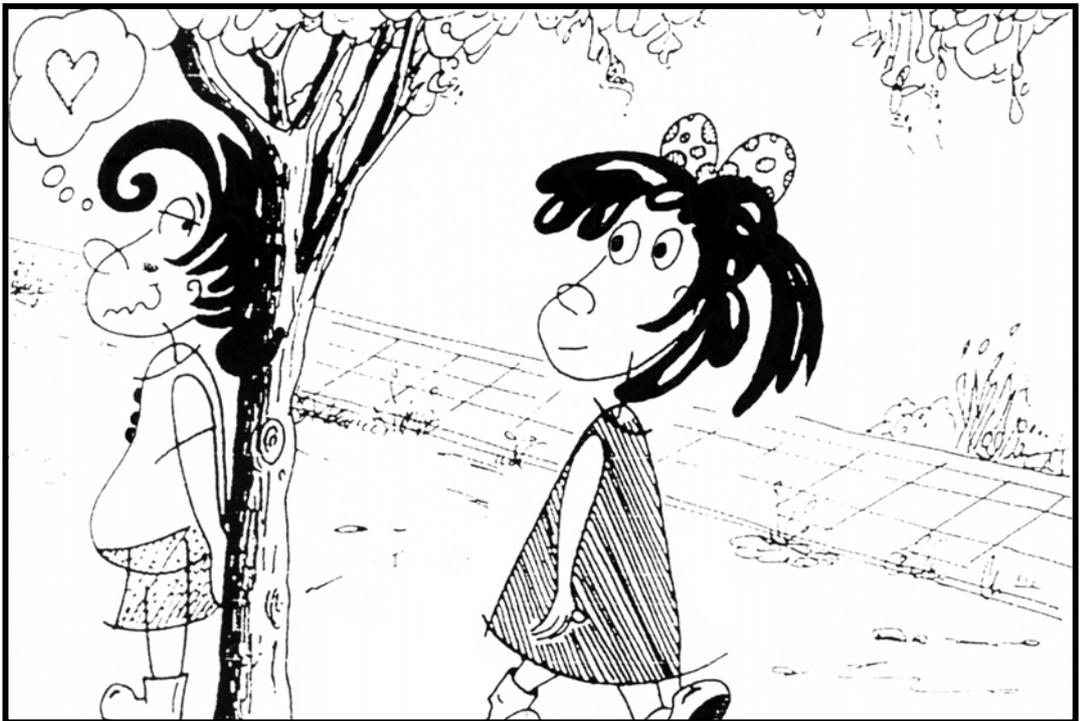
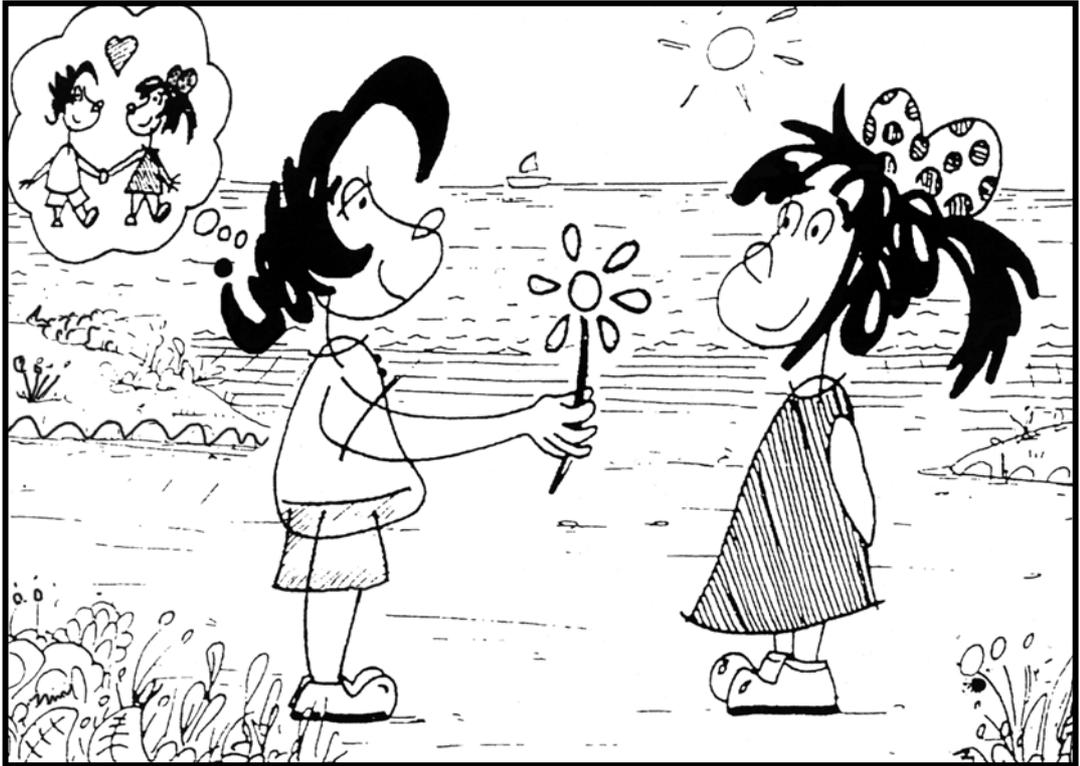
- 5 cajitas o cartones con la palabra SIRVE (pueden ir pintados de verde) y 5 con la palabra NO SIRVE (pueden ir pintados de rojo).
- Unas 80 tarjetas para repartir entre la clase con situaciones eficaces o ineficaces expresadas en pocas palabras (ver al final de esta lección), o fotocopiadas de dibujos de cómics si tú lo prefieres. No es necesario que las 80 sean diferentes, basta con unos 40 modelos, fotocopiados 2 veces.
- Dos dibujos para explicar “sirve-no sirve” al expresar tus sentimientos.

Eficacia

En primer lugar les explicas lo que es "eficacia" con las ideas que tienes en la introducción.

A continuación haces con ellos el siguiente juego: divides la clase en 5 grupos, al azar o como tú quieras. A cada grupo se le entregan dos cajitas (o cartones), una que diga "SIRVE" y puede ir pintada en verde y otra "NO SIRVE" y puede ir pintada en rojo.

A cada niño se le entregan tarjetas de casos (ver al final de esta lección), después de haberlas barajado y de explicarles que deberán meterlas en la cajita (o ponerlas sobre el cartón) que corresponda. En cada grupo se reparten las tarjetas bocabajo, al azar y entonces, cada uno coloca sus tarjetas en la cajita o cartón correspondiente, pero después de discutirlo en grupo, de modo que el grupo es el responsable del acierto o desacierto. A los pocos minutos, cuando hayan terminado, el profesor o la profesora va pasando de grupo en grupo y leyendo las tarjetas que hay en cada cajita o cartón. Así se hace una verdadera puesta en común de todos los casos presentados. Cuando todas las respuestas están bien en un grupo, se pide un aplauso para ese grupo; si hay alguna tarjeta mal colocada, se comenta y después se pide también un aplauso.



SIRVE -NO SIRVE

S.N.	S.N.
Encender el fuego con un fósforo o con un encendedor	Pedirle a un médico un Certificado para no ir al colegio, cuando no estás enfermo
S.N.	S.N.
Comer carne, patatas, verdura y leche para estar saludable	Ser simpático y cariñoso con todos, para tener muchos amigos y amigas
S.N.	S.N.
Decirles a tus padres que los quieres y que la comida estaba buena, para que estén contentos	Curarse el catarro con limón, miel y aspirina
S.N.	S.N.
Querer volar y para ello subirse en un avión	Querer saber tocar la guitarra y para ello pedirle a alguien que toca bien que te enseñe
S.N.	S.N.
Querer ser amigo o amiga de un niño y para ello hacerle favores y respetarlo	Estudiar mucho para saber más

SIRVE -NO SIRVE

S.N.	S.N.
Irte a dormir temprano, para estar bien despierto por la mañana en el colegio	Para que tus hermanitos se quieran, enseñarles a solucionar los problemas conversando, sin pelear
S.N.	S.N.
Para quitarte la sed, beber agua y bebidas calientes, más que tomar helados	Saber muy bien los números, para llamar por teléfono
S.N.	S.N.
Cuando ves a tu madre llorando, consolarla diciéndole que la quieres mucho	Querer encender fuego con un fósforo que ya ha sido usado
S.N.	S.N.
Querer volar como "supermán"	Quererse bañar en una piscina sin agua
S.N.	S.N.
Pedirle a un médico un certificado cuando estás realmente enfermo, para justificar tu ausencia en el colegio	Querer quitarse el hambre con chicle

SIRVE -NO SIRVE

S.N.	S.N.
Querer ser amigo o amiga de un niño e insultarle	Querer tener muchos amigos y amigas siendo un egoísta
S.N.	S.N.
Querer curarse del catarro poniéndose crema para el sol	Querer consolar a tu madre pero en vez de hablarle, ponerte a ver la tele
S.N.	S.N.
Querer saber dibujar muy bien, sin practicar mucho	Querer ser un buen hermano o hermana, pero no prestarle tus juguetes a nadie
S.N.	S.N.
Querer saber tocar muy bien la guitarra sin practicar	Querer atender y aprender en el colegio, pero irte a dormir muy tarde la noche antes
S.N.	S.N.
Querer aprender mucho en el colegio sin estudiar	Querer estar bien del estómago y comer muchas chucherías

SIRVE - NO SIRVE

S.N.	S.N.
Apretar un tornillo con un destornillador	Pedirle a un amigo, que dibuja muy bien, que te haga un dibujo para un mural
S.N.	S.N.
Hacer una tortilla con dos huevos, un poco de aceite, una sartén y fuego	Beber agua fresca o té caliente para quitarse la sed
S.N.	S.N.
Pedirle disculpas a un compañero que no te habla desde un día en que le insultaste	Pedir consejo al médico cuando alguien quiere adelgazar
S.N.	S.N.
A un compañero o compañera que se ríe de ti y te molesta, decirle que te deje en paz o que se lo dirás al profesor	Cuando alguien está muy enfadado, escucharlo antes y luego intentar calmarlo
S.N.	S.N.
Si te invitan a comer y te dan una comida muy buena, felicitar a quien la hizo	Estudiar mucho en el tiempo de Primaria para empezar Secundaria bien preparado

LECCIÓN 18

Justo – Injusto

INTRODUCCIÓN

Piaget y Kohlberg han estudiado a fondo el concepto evolutivo de justicia en los niños y niñas y en las personas adultas. En las edades de las que estamos tratando, de los 6 a los 10 años, lo normal es que ya el niño haya superado la heteronomía (cuando el bien y el mal lo deciden exclusivamente las personas adultas) y esté viviendo un respeto, todavía con grandes dosis de egoísmo, a las reglas de juego: "no te fastidies, para que luego tú no me fastidies a mí". Puede que también viva muy influenciado por las expectativas de sus padres y profesores: para ser considerado como "bueno" hará aquello que los mayores consideran que está bien.

En todo caso, tiene claro que hay cosas que son injustas y no deben hacerse: o porque existe el peligro de que molesten a otro y éste se vengue, o porque son cosas que no parecerían bien a sus padres y profesores. Ese conocimiento de lo que es justo e injusto es lo que intentamos usar en esta lección como criterio, para el momento de tomar una decisión, de elegir la mejor solución a un problema.

Para que les quede claro, puedes ilustrar tus explicaciones con los dibujos que se incluyen: ayudar a su madre a fregar la vajilla, o tirar papeles al suelo para que ella los recoja.

OBJETIVOS

- Saber distinguir entre soluciones "justas" y soluciones "injustas".
- Discutir en grupo y luego exponer a toda la clase una situación justa y otra injusta de la vida diaria.

MATERIALES

- 5 cajitas o cartones con la palabra JUSTO (pueden ir pintados de verde) y 5 con la palabra INJUSTO (pueden ir pintados de rojo).
- Unas 80 tarjetas para repartir entre la clase con situaciones "justas" e "injustas" expresadas en pocas palabras, sin dibujo (como tienes al final de esta lección) o fotocopiadas de dibujos de cómics si tú prefieres hacerlo así. No es necesario que las 80 sean diferentes, basta con unos 40 modelos, fotocopiados 2 veces.
- Dos dibujos para presentar una situación justa y otra injusta.

Justicia

Se sigue exactamente el mismo método que en la lección anterior. Empieza por explicarles que puede haber soluciones seguras y eficaces, pero que no sean justas: por ejemplo si me olvido del bocadillo o del libro en casa y luego se lo quito a un compañero más pequeño en el colegio, es seguro y eficaz pero injusto. Luego haces con ellos estas dos actividades:

Primera: divides la clase en 5 grupos, al azar o como tú quieras. A cada grupo se le entregan dos cajitas (o cartones), una que diga "JUSTO" y puede ir pintada en verde y otra "INJUSTO" y puede ir pintada en rojo.

A cada niño se le entregan tarjetas de casos (ver al final de esta lección), después de haberlas barajado y de explicarles que deberán meterlas en la cajita (o ponerlas sobre el cartón) que corresponda. En cada grupo se reparten las tarjetas bocabajo, al azar y entonces cada uno coloca sus tarjetas en la cajita o cartón correspondiente, pero después de discutirlo en grupo, de modo que el grupo es el responsable del acierto o desacierto. A los pocos minutos, cuando hayan terminado, el profesor o la profesora va pasando de grupo en grupo y leyendo las tarjetas que hay en cada cajita o cartón. Así se hace una verdadera puesta en común de todos los casos presentados. Cuando todas las respuestas están bien en un grupo, se pide un aplauso para ese grupo; si hay alguna tarjeta mal colocada, se comenta y después se pide también un aplauso.

Segunda: dividida la clase en los mismos 5 grupos (o en 5 nuevos grupos, si se prefiere), les das unos minutos para que piensen entre todos una situación "justa" y otra "injusta" de su vida diaria: por ejemplo comerse todas las patatas fritas y no dejar ninguna para su hermano, o repartirse entre todos el fregar la loza, etc. Pasados unos minutos vas preguntando grupo por grupo, pero en voz alta para que todos participen; primero les pides las situaciones injustas y las vas discutiendo y comentando; luego las justas. Deja que expresen su opinión hasta que veas claro que entienden bien lo que es justo y lo que es injusto.



JUSTO – INJUSTO

J.I.	J.I.
Pedirle permiso a tu hermana para usar su ropa	Pedir a tus padres que te compren un juguete cuando ya tienes muchos
J.I.	J.I.
Decirle a un compañero que no hable mal de otro	Gritar para que tus padres no puedan ver tranquilos un programa de la tele
J.I.	J.I.
Devolver a una viejecita una moneda que se le ha caído	Comerte toda la fruta o las golosinas que hay en tu casa y dejar a tus hermanos sin nada
J.I.	J.I.
No interrumpir a dos personas mayores que estén hablando	Echarle la culpa a una compañera de algo que has hecho tú
J.I.	J.I.
Devolver una cosa que te han prestado, cuidando de no estropearla	Copiarle de lo que hace tu compañero

JUSTO – INJUSTO

J.I.	J.I.
Pagar el dinero del comedor	Comer golosinas y tirar los papeles al suelo para que los recoja la limpiadora
J.I.	J.I.
Prestarle un rato la bicicleta a tu hermano	Cambiar el canal de la tele cuando tu hermana pequeña está viendo los dibujos
J.I.	J.I.
Pedirle perdón a una compañera a la que has dado un golpe al pasar	Romper un cristal y decir que ha sido otra persona
J.I.	J.I.
Que el profesor te ponga buena nota cuando has hecho bien la tarea	Reírte de un amigo porque se ha caído de la bicicleta
J.I.	J.I.
Ayudar a tu madre a recoger la casa	Pintar con los rotuladores de tu compañera para no gastar los tuyos

JUSTO – INJUSTO

J.I.	J.I.
Cuidar a tu hermanito	Decirles mentiras a tus padres
J.I.	J.I.
Cuidar tu ropa para que tus padres no gasten mucho dinero	Criticar a una amiga
J.I.	J.I.
Defender a un amigo a quien otros critican	No invitar a tu cumpleaños a una compañera que te invitó al suyo
J.I.	J.I.
Prestarle un rato a tu hermanito el aro de hacer pompas de jabón	No traer bocadillo al colegio y quitárselo a un compañero
J.I.	J.I.
Comprar una flor para tu madre	Cogerle dinero a tu madre sin que ella se dé cuenta

JUSTO – INJUSTO

J.I.	J.I.
Quedarse con el dinero de la rifa	No dejar jugar con tu pelota a un compañero que no te dejó jugar con la suya
J.I.	J.I.
No darle un chicle a un compañero que no te dio un chicle	Decirle a un compañero que perdona por haberle dado una patada en el fútbol
J.I.	J.I.
Devolver a su tiempo un libro que te prestaron en la biblioteca	No ayudar a cruzar la calle a un ciego que te lo pide
J.I.	J.I.
Si al darte el cambio en la tienda te dan más, devolverlo al dueño	Hacerse el enfermo para no ir a clase
J.I.	J.I.
Perder tú los lápices de colores y decir que fue un compañero quien te los quitó	Acusar a otro, para aparecer tú como bueno ante el profesor

LECCIÓN 19

Decide tú y decide bien

INTRODUCCIÓN

Esta última lección del programa "DECIDE TÚ" se dedica a realizar más y más ejercicios de buscar soluciones a los problemas interpersonales y valorar esas soluciones según los tres criterios. Se trata de afianzar los resultados de todo el programa.

En primer lugar, ahora que ya está acabando el DECIDE TÚ, puedes volver a hacerles un modelado, como al principio. Puedes usar el dibujo del niño que rompió el cristal con el balón, o contarles el caso de un niño o una niña que se tiró al agua, sin saber que era poco profunda, y se hirió la rodilla.

Puedes decir más o menos esto:

Aquí tenemos un niño que, jugando con otros, ha roto un cristal y el señor está furioso. Los otros han salido corriendo y ahora él solo va a pagar por todos. ¿Qué tengo que hacer: tengo que pensar una solución para aconsejar a este niño. ¿De cuántas maneras puedo hacerlo?: puedo ponerme en el lugar del niño y después en el lugar del señor y ver si las soluciones que se me ocurren cumplen los 3 criterios. Voy a empezar a decir maneras posibles: por ejemplo el niño podría salir corriendo, pero eso no es justo. Otra solución sería pedirle disculpas y ofrecerse a pagarle el cristal. otra solución sería ponerse a llorar, así tal vez podría darle lástima al señor; pero también podría ponerse más furioso, y entonces el llorar no arregla nada, no es eficaz. ¿Cuál es la mejor? Creo que la mejor solución es hablar con el señor, pedirle disculpas y decirle que vas en seguida a llamar al cristalero, para que venga esa misma tarde a ponerle el cristal y que tu lo pagarás y dirás a tus amigos que entre todos te ayuden a pagarlo. Es una solución segura, justa y eficaz. ¿Qué tal lo hice?

Después de este modelado, repartes a los grupos los 4 dibujos que tienes al final de esta lección. Puedes optar entre dar un dibujo a cada grupo y luego poner en común los resultados, o dar a cada grupo los cinco dibujos y poner igualmente en común los resultados de cada grupo. Diles que en la solución que se presenta en cada dibujo puede que se cumplan los 3 criterios o que falle alguno. Déjalos unos minutos para que lo discutan en grupo. A continuación, que cada grupo vaya diciendo si la solución fue buena (porque reunía los 3 criterios) o mala (porque le faltaba alguno, y cuál o cuáles son los que faltan).

Te puede resultar muy útil ir haciendo acopio de escenas donde se cumplan los tres criterios o falle alguno. Si estás alerta, las encontrarás en las historietas cómicas, por ejemplo en los suplementos dominicales de algunos periódicos. Todavía más interesante es tener esas escenas en vídeo: lo puedes hacer, estando atento a grabarlas cuando salen en una película en la televisión.

Se puede terminar con la discusión de problemas, ya sin usar dibujos. El esfuerzo del alumnado tendrá dos tiempos: primero tiene que pensar el mayor número posible de soluciones al problema; luego tiene que valorar esas soluciones según los tres criterios.

Una vez que tú hayas planteado una situación, los alumnos y alumnas que levanten la mano, o a quienes tú decidas preguntar, tendrán que sugerir al menos dos o tres soluciones al problema que tú has presentado. Esas soluciones se pueden discutir durante unos minutos, pero sin que tú digas cuál es la mejor.

Una vez que el tema esté discutido suficientemente, cada alumno o alumna deberá escribir en un papel la solución que le parezca más segura, justa y eficaz y te entregará el papel. Que les quede claro que esa solución que escriben debe ser la que intentarían realizar, si se vieran ante un problema parecido.

Aquí tienes algunas situaciones que te pueden servir para esas discusiones en grupo que acabamos de indicar

1. José fue a casa de un amigo al salir del colegio, sin decir nada a sus padres, porque pensaba volver pronto. Estudiaron un poco y luego jugaron (con un ordenador, o un videojuego, etc.) y se le hizo de noche sin darse cuenta. ¿Qué puede decir o hacer, al volver a su casa, para que su madre no se enfade mucho?
2. Un niño a quien tú invitaste a tu cumpleaños, no te invita al suyo. ¿Qué puedes hacer?
3. Hay una fiesta con trajes regionales en el colegio y tú no tienes traje típico. ¿Qué puedes hacer?
4. Un niño o una niña se da cuenta de que no ha traído lápiz al colegio, ¿qué puede hacer?
5. Tú estas haciendo cola para comprar algo y una persona “se cuela delante”, ¿qué puedes hacer?
6. Tu padre te prometió un libro muy bonito por tu cumpleaños, pero cuando llega el día dice que no te lo compra porque no tiene dinero, ¿qué puedes hacer?



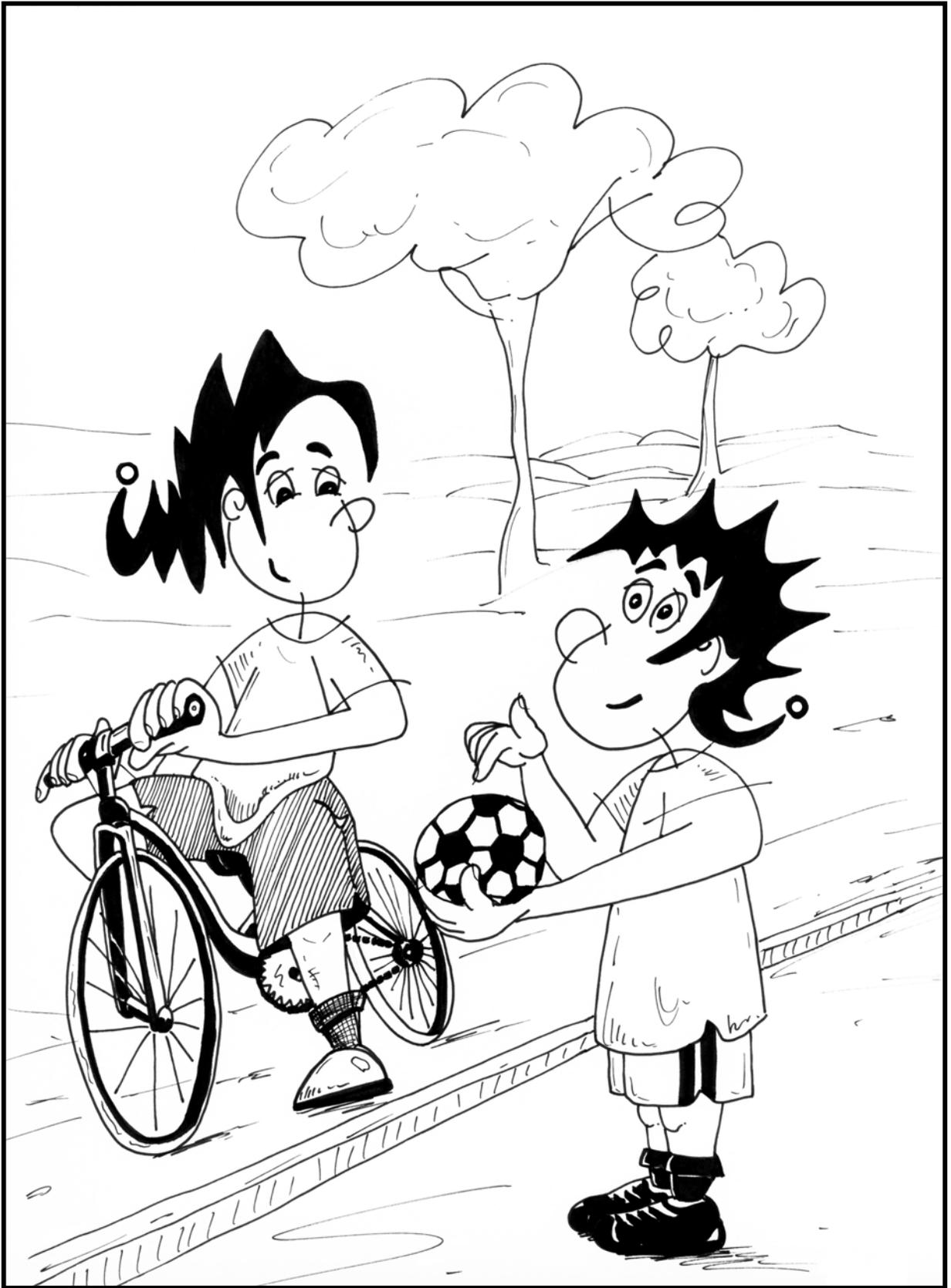
Explicación de los cuatro dibujos de soluciones a problemas:

1. Un niño intenta arreglar la lámpara para su hermanita. No desenchufa y falla la SEGURIDAD.
2. Una niña llama por teléfono al colegio, fingiendo ser su madre, para decir que su hija está enferma. Como tiene voz de niña falla la eficacia. NO SIRVE (y además es injusto).
3. Un niño tenía que hacer un mural pintando, y para no manchar su cuarto, lo hace en el cuarto de su hermana. Falla la JUSTICIA.
4. Un niño tiene una bicicleta y otro tiene un balón y se ponen de acuerdo para jugar al balón y luego turnarse la bicicleta. Esa solución reúne todos los criterios.









Querido profesor o profesora

Con la lección 19, termina el Programa “Decide tú”. Esperamos que no te haya resultado difícil de preparar ni de realizar y que haya sido divertido y, sobre todo, útil, para tus alumnos y alumnas.

El “Decide tú”, como habrás comprobado, trata principalmente de las habilidades cognitivas necesarias para la resolución de problemas, en especial, de problemas interpersonales. Pero también incluye, implícitamente, habilidades sociales, ya que exige un trabajo constante en grupo y un respeto y escucha mutuos permanentes. También incluye, de forma elemental, educación para los valores, sobre todo por su insistencia sobre la justicia como criterio básico para aceptar una solución como válida.

APÉNDICE AL PROGRAMA "DECIDE TÚ"

APÉNDICE AL PROGRAMA “DECIDE TÚ”

Nuestra recomendación es realizar el programa completo de competencia social dos veces durante los estudios de Primaria:

- La primera vez, en el TERCER curso de Primaria, usando el volumen I.
- La segunda vez, en el QUINTO curso de Primaria, usando el volumen II.

Durante los curso Cuarto y Sexto, recomendamos que se haga un seguimiento, consistente en el repaso de los cinco pensamientos mencionados al principio de este libro (el causal, el alternativo, el consecuencial, el de perspectiva y el de medios-fin), así como en el entrenamiento en habilidades sociales. Se puede hacer así:

Primero. Para el repaso de los cinco pensamientos, lo mejor es utilizar historietas cómicas seleccionadas por el profesor. La técnica es sencilla:

- Se fotocopian las primeras viñetas de la historia, hasta cuando ya esté planteado el problema central. Se reparte esa fotocopia a los alumnos y se les pregunta: ¿qué problema hay aquí y quién lo tiene?
- Una vez que hayan respondido adecuadamente, se les pregunta: ¿y qué soluciones tiene ese personaje de la historia? Qué las piensen y digan cuantas más mejor.
- A continuación y sin darles todavía más viñetas, se les pregunta: ¿cuáles serían las consecuencias, si ese personaje eligiera la primera alternativa, cuáles si eligiera la segunda, cuáles si eligiera la tercera? (no más de tres).
- Entonces es el momento de entregarles el resto de la historia, para que vean lo que pasó y disfruten. Pero no acabamos ahí, sino que entonces se les pide a dos o tres (o también lo pueden preparar antes en grupos) que cuenten toda la historia, brevemente, pero como si ellos fueran el protagonista y luego otro u otros de los personajes principales.
- Con eso habremos practicado los cuatro primeros pensamientos. Para practicar el medios-fin, hay que usar una historia nueva: se les dan las primera viñetas, donde se plantea el problema y luego se les dan las últimas, donde está el desenlace: ellos deben imaginar cómo se llegó a ese final a partir de aquel principio.

En conjunto, es un “trabajo” divertido, muy parecido a un juego. Y no hace falta explicar que ese mismo trabajo se puede hacer con películas.

Segundo. Para el entrenamiento en Habilidades Sociales, ofrecemos a continuación unas hojas en las que se explica claramente cómo realizarlo.

Si se cumple con este plan que recomendamos, de hacer el programa completo en Tercero y en Quinto, y hacer seguimiento con “comics” y con habilidades sociales en Cuarto y Sexto, habremos trabajado la Competencia Social en los últimos cuatro cursos de Primaria y prometemos que los resultados serán excelentes y, en muchos casos espectaculares.

ENTRENAMIENTO EN HABILIDADES SOCIALES

UN GUIÓN POSIBLE

Las verdaderas habilidades sociales no son el resultado de un entrenamiento mecánico, sino la consecuencia natural de dominar las habilidades cognitivas interpersonales y de poseer una cierta madurez moral.

El objetivo final, al enseñar habilidades sociales, es la generalización a la vida diaria. Para que los alumnos vean claramente que el énfasis recae sobre la generalización y no sobre el ensayo en el aula, presentamos las siguientes sugerencias:

1. Presentación de un caso real: se puede utilizar alguno presentado por los alumnos o los que proponemos más abajo.
2. Discusión con los alumnos sobre cuál sería la conducta agresiva, inhibida y la asertiva (o afirmativa o positiva) en ese caso.
3. “Role-playing” sólo de la conducta asertiva.
4. Crítica del “role-playing”.
5. Se pregunta a los alumnos si en los últimos días se han encontrado con casos parecidos y cómo los han solucionado.
6. Animarles a practicar esa habilidad en la próxima semana.

A continuación proponemos situaciones concretas, para ejercitar algunas de las habilidades sociales más importantes.

HACER UN ELOGIO

Suele ser nuestra costumbre reprender lo que nuestros alumnos (o nuestros hijos o hijas) hacen mal, pero no es tan frecuente elogiar lo que hacen bien: lo damos por supuesto, “sólo han hecho lo que tenían que hacer”, “si no te digo nada, es que está bien”. Sin embargo, sabemos que es mucho más eficaz alabar una conducta positiva, que reprender o castigar una conducta negativa. Entre compañeros y compañeras, suelen pensar, sobre todo los más jóvenes, que elogiar es un poco “curioso”, es ser “un pelota”, es querer conseguir algo de la persona elogiada.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Sabéis lo que es un “cumplido”? Dadme algunos ejemplos.
- ¿Sirve para algo hacer un cumplido? ¿A ti te gusta que te alaben?

Algunas situaciones concretas

1. Un amigo tuyo saca la mejor nota de todos en un examen.

2. En una fiesta encuentras a un compañero/a de clase que está muy guapo/a y tú quieres que sepa que te gusta mucho cómo va vestido/a.
3. Conoces a uno de tu edad y te cae muy bien. Tu quieres decírselo.
4. Cuando vas para tu casa con un amigo, éste ayuda a levantarse a un niño pequeño que se ha caído.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

PEDIR UN FAVOR

Pedir un favor, o pedir ayuda a otro, es reconocer que hay muchas cosas que no podemos hacer solos. Algunos no piden nunca un favor, por timidez o por orgullo. Otros los están pidiendo a todas horas y eso no es habilidad social, sino “cara”. La habilidad consiste en darnos cuenta de cuándo necesitamos ayuda y saber pedirla.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Cómo os habéis sentido cuando alguien os pidió un favor de modo grosero, como obligándoos? ¿Hay distintas maneras de pedir un favor?
- ¿Es útil saber pedir bien favores? ¿Hay gente que abusa, pidiendo favores a todo el mundo? Poned algunos ejemplo.

Algunas situaciones concretas

1. El hermano de un amigo entiende de mecánica y le quieres pedir que te ayude a arreglar tu bicicleta.
2. Al ir al cine con un amigo, pensabas llevar dinero para palomitas de maíz y una bebida. Pero te das cuenta de que te has olvidado el dinero en tu casa y quieres pedirle prestado a tu amigo.
3. No has comprendido lo que dijo la profesora y cuando acaba la clase le pides que te lo explique.
4. Quieres invitar a comer a tu casa a un amigo/a y se lo pides a tu madre.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

PRESENTAR UNA QUEJA

Hay quien piensa que la gente que se queja es grosera o impaciente. Pero cuando alguien nos ofende o nos molesta, o lo hace con otros, saber quejarse bien es una habilidad muy útil, para evitar que ese hecho se repita. Quien no sabe quejarse puede terminar frustrado o rabioso.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Sabéis lo que es quejarse de algo? Dadme algunos ejemplos.
- ¿Para qué sirve quejarse bien? ¿Es malo quejarse muchas veces y por cualquier cosa? Distinguir entre quejas necesarias y quejas por “vicio”.

Algunas situaciones concretas

1. Tu amigo te devuelve un libro que le prestaste y sólo te dice “gracias”, pero te das cuenta de que varias páginas están manchadas por algo que se derramó encima.
2. Un amigo tuyo se está burlando de unas niñas más pequeñas, de otra clase.
3. El profesor/a os pone un trabajo conjunto a un compañero y a ti. Él no hace nada.
4. Unos niños, sentados delante de ti en el cine están hablando muy alto y no te dejan oír la película.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

DECIR QUE NO

Se hizo famoso un libro titulado “Cómo no decir sí, cuando quieres decir no”. Y es que decir “no” con firmeza, pero sin ofender ni disgustar al que te pide algo, es una habilidad bastante difícil.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Sabéis lo que es dar una negativa? Dadme ejemplos.
- ¿Es necesario saber decir que no, sin enfrentarse? ¿Qué pasa si no sabemos decir “no” con serenidad?

Algunas situaciones concretas

1. Tus padres han invitado a unos amigos a casa y te piden que recites una poesía o cantes una canción que aprendiste en el colegio.
2. Un compañero perezoso te pide que le hagas los deberes.
3. Estás viendo un programa entretenido en la tele y uno de tu familia te pide que cambies de canal.
4. Tu hermana quiere que le prestes el jersey que te regalaron en Navidad y tú no quieres.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

RESPONDER AL FRACASO

Dice Seligman que son pesimistas quienes se hunden y desaniman ante el fracaso y que son optimistas quienes, ante el fracaso, sacan la consecuencia de que tienen que esforzarse más. Un fracaso es un momento difícil, que nos puede hundir en la tristeza o llevarnos a la agresividad. Para sobreponerse, se necesita fortaleza, buen humor y esperanza.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Os habéis sentido fracasados alguna vez? ¿Qué clase de fracasos os han dolido más: en el juego, en estudios, en el afecto de vuestra familia, en el aprecio de otras personas?
- ¿Qué pasa cuando no sabemos sobreponernos al fracaso? ¿Qué daño puede causarnos?

Algunas situaciones concretas

1. Traigo un mural que pensé que iba a ser de los mejores de la clase y veo que todos los demás son más bonitos y más completos.
2. Estoy jugando al fútbol, de portero, y un tiro muy flojo del equipo contrario se me cuele entre las piernas y es gol. Mis compañeros se enfadan y los contrarios se ríen.
3. Quiero hablar con mi madre porque estoy triste y me contesta que no tiene tiempo para tonterías.
4. Unos amigos se ríen de cómo voy vestido/a ese día.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

DISCULPARSE

Hay quienes piensan que esta habilidad social está pasada de moda. Muchos jóvenes suelen pensar que disculparse es rebajarse. Puede ser que, al opinar así, estén dando por supuesto que pedir disculpas equivale a dejarse pisotear por el otro.

Pero disculparse no es rebajarse: es arreglar algo que se había roto. Es volver a tener la misma relación, o una relación mejor, con una persona a la que habíamos ofendido o molestado.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- ¿Tenéis claro lo que es disculparse? ¿Lo practicáis cuando es necesario?
- Para disculparse ¿hay que usar siempre la fórmula “disculpa” o “perdona”, o hay otros modos de hacerlo? Poned algunos ejemplos.

Algunas situaciones concretas

1. Te has puesto la ropa de tu hermano/a sin su permiso y cuando vuelves a casa tiene un enfado grande.
2. Te has olvidado del cumpleaños de una amiga muy querida y ella está sentida.
3. Estás haciendo ruido en tu casa, corriendo los muebles de un sitio a otro, y el vecino de abajo toca el timbre de tu casa para quejarse.
4. Te has reído de tu hermano pequeño delante de tus amigos y él está disgustado. Tu quieres hacer las paces.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.

PONERSE DE ACUERDO

Esta habilidad, llamada con frecuencia “negociar” es la habilidad social reina, la más importante. Dos personas, o dos grupos, o dos países, que estaban en desacuerdo, dejan sus enfrentamientos y llegan a un acuerdo, aceptado por ambos.

Antes de practicar esta habilidad con el alumnado, es bueno discutir con ellos esto:

- Cuando dos personas o dos grupos piensan de modo distinto y tiene intereses opuestos, ¿es posible que lleguen a ponerse de acuerdo? ¿Qué te parece que tendrían que hacer para llegar a ese acuerdo?
- ¿Ponerse de acuerdo consiste en que siempre ceda uno y el otro imponga su parecer?

Algunas situaciones concretas

1. El padre y la madre quieren quedarse el sábado en casa para descansar; la hija y el hijo quieren salir de excursión o a la playa porque están aburridos.
2. Un chico negocia con su madre y su hermano mayor que le dejen ver un partido de fútbol en la tele: a ellos les gusta más otro programa y sólo hay un televisor.
3. Estás haciendo cola, junto con un amigo, para comprar dos entradas para el cine. De pronto os dais cuenta de que hay una entrada en el suelo y no se ve a nadie que la haya perdido. Los dos queréis cogerla diciendo “yo la vi primero”.
4. La tele está muy aburrida esa tarde y tú quieres jugar a las damas (o al ajedrez) que te gusta mucho. Tu hermano/a juega bien pero en ese momento no quiere dejar de ver la tele.

Nota: con cada una de esas situaciones, se trabajan con los alumnos los pasos 2, 3, 4, 5 y 6 del guión.



Un niño derrama involuntariamente la bebida de otro, en el comedor del colegio. Le pide disculpas educadamente y le ayuda a limpiarse la camiseta. Así quedan amigos.



Una niña y su hermano quieren jugar con el Lego, pero ella quiere hacer una casa y él un coche. Al final negocian, se ponen de acuerdo y hacen una casa con ruedas. Se divierten muchísimo y “la caravana” les queda estupenda.

BIBLIOGRAFÍA

- * ACHENBACH, T.M.: *A longitudinal study between associative responding, I.Q., changes and school performance from grades 1 to 12*, "Developmental Psychology", 1975,11,653-654
- * ÁLVAREZ, J.: *Habilidades sociales en la educación infantil*, Madrid, Escuela Española 1996.
- * BANDURA, A: *Psychotherapy based upon modelling principles*. In BERGIN and GARFIELD (Eds.), "Handbook of psychotherapy and behavior change", New York, John Wiley 1971
- * BANDURA, A. and R. WALTERS: *Social Learning and Personality development*, New York, Holt Rinehart, 1963
- * CABALLO, V.: *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*, Madrid, Siglo XXI de España, 1991
- * CAMP, B. W. and A. S. BASH: *Think Aloud*, Illinois, Champaign, Research Press 1981, Univ. Valencia y Univ. La Laguna 1993
- * CAMP, B. W.: *Verbal mediation in young aggressive boys*, "Journal of Abnormal Psychology", 1977,86,145-153
- * CERESO, F.: *La violencia en las aulas. Análisis y propuestas de intervención*, Madrid, Pirámide 2001.
- * COPELAND, A. P.: *Types of private speech produced by hyperactive and nonhyperactive boys*, "Journal of abnormal child Psychology", 1979,7,169-177
- * CORTINA, A.: *La ética de la sociedad civil*, Madrid, Alauda 1994
- * DE BONO, E.: *Aprender a pensar*, Barcelona, Plaza y Janés 1991
- * DE BONO, E.: *El pensamiento lateral*, Barcelona, Paidós E. 1991
- * FERNÁNDEZ, I. (coord.): *Guía para la convivencia en el aula*, Madrid, Cisspraxis 2001.
- * FRIEDRICH, L. K. and A. H. STEIN: *Aggressive and prosocial television programs and the natural behavior of preschool children*, "Monographs of the Society for Research in Child Development", 1973, 38
- * GARDNER, H.: *Inteligencias múltiples*, Barcelona, Paidós 1995

- * GARDNER, H.: *La educación de la mente y conocimiento de las disciplinas*, Barcelona, Paidós 2000
- * GARRIDO GENOVÉS, V.: *Pedagogía de la Delincuencia Juvenil*, Barcelona, CEAC 1990
- * GARRIDO GENOVÉS, V.: *Técnicas de tratamiento para delincuentes*, Madrid, Fundación Ramón Areces 1993
- * GARRIDO GENOVÉS, V y M. J . LOPEZ LATORRE: *La prevención de la delincuencia: el enfoque de la competencia social*, Valencia, Tirant lo Blanch 1995
- * GLUECK, S. and E. GLUECK: *Identification of predelinquents*, New York, International Medical Book Corporation 1972
- * GOLEMAN, D.: *Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós 1996
- * HERSH, R. y col.: *El crecimiento moral de Piaget a Kohlberg*, Madrid, Narcea, (2ª) 1998.
- * JENSEN, A. R.: *The role of verbal mediation in mental development*, "Journal of Genetic Psychology", 1971,118,39-70
- * KOHLBERG, L.: *The Psychology of Moral development: moral stages and the life cycle*, San Francisco, Harper and Row 1984
- * LEFKOWITZ, M. M. et al.: *Growing up to be violent*, New York, Pergamon Press 1977
- * LURIA, A.: *The role of speech in the regulations of normal and abnormal behavior*, New York, Liveright 1961
- * MARINA, J. A.: *Teoría de la inteligencia creadora*, Barcelona, Anagrama 1993
- * MARINA, J. A.: *El misterio de la voluntad perdida*, Barcelona, Anagrama 1998
- * MEICHENBAUM, D. H. and J. GOODMAN: *Training impulsive children to talk to themselves: A means of developing self-control*, "Journal of Abnormal Psychology", 1971,77,115-126
- * MEICHENBAUM, D. H.: *Cognitive-behavior modification. An integrative approach*, Plenum Press, New York, 1977
- * MICHELSON, L. y col.: *Las habilidades sociales en la infancia*, Barcelona, Martínez Roca, 1987

- * MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA: *Primaria, Orientación y Tutoría*, Madrid, MEC 19 92
- * PUIG, J.: *La educación moral en la enseñanza obligatoria*, Barcelona, ICE 1995
- * PUIG, J. y J. TRILLA: *La educación en valores, en "Cuadernos de Pedagogía"*, Octubre 1995, Nº 240 pp. 14-17
- * ROSS, R., E. FABIANO y V. GARRIDO: *El pensamiento prosocial. El modelo cognitivo para la prevención y tratamiento de la delincuencia, monográfico nº 1 de la Revista Delincuencia*, Valencia 1990.
- * SPIVACK, G. and M. B. SHURE: *Social adjustment of young children*, San Francisco, Jossey Bass 1974
- * TORRABADELLA, P.: *Cómo desarrollar la inteligencia emocional*, Barcelona, Integral 1997
- * VIGOTSKY, L.: *Thought and language*, New York, Wiley, 1962
- * WHITE, S.H.: *Some general outlines of the matrix of developmental changes between five and seven years, "Bulletin of the Orton Society"*, 1970,20,41-47.