

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TRABAJAR LAS HABILIDADES SOCIALES Y LA PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR EN LA ADOLESCENCIA?

Contar con unas buenas habilidades sociales y de comunicación es un factor de prevención ante todas las dificultades que se puedan presentar a nuestros alumnos a lo largo de su desarrollo, así como un factor de éxito en su futuro laboral y personal en el futuro.

Por ello es indispensable que nuestros alumnos tengan herramientas para analizar sus propias habilidades, tomar conciencia de en qué punto se encuentran y darles estrategias para poder mejorarlas. Aumentando con todo ello sus habilidades de comunicación, su capacidad para resolver conflictos con iguales o adultos de manera positiva y mejorando su satisfacción personal.

Además, en el fenómeno del acoso escolar o bullying, que todos los centros tienen la obligación de velar porque no se produzca en sus aulas, encontramos problemas de relación o afrontamiento en todos los roles: acosadores, víctimas y observadores.

Todos sabemos que es un fenómeno al que los responsables del centro muchas veces permanecen ajenos hasta que se llega a un nivel insostenible, por ello, es importante que nuestros alumnos tengan la capacidad de analizar críticamente las situaciones sociales, intentar reencauzarlas y saber cuándo hay que pedir ayuda a un profesor en nombre de la víctima. Los observadores son la clave para que en nuestras aulas nunca haya un solo caso de acoso escolar.

OBJETIVOS

- Comprender qué son las habilidades sociales y cómo pueden trabajarse para mejorar nuestra manera de relacionarnos y comunicarnos con los demás.
- Conocer qué estilos de comunicación existen y ser capaz de analizar cuál es el mío y cómo puedo desarrollar mi asertividad.
- Comprender cómo funciona la presión de grupo y desarrollar estrategias para evitarla.
- Mejorar sus habilidades de gestión de conflictos
- Entender qué es el fenómeno del acoso escolar, diferenciándolo de conflictos puntuales entre compañeros mal gestionados, y dotarles de estrategias para intervenir en dichas situaciones.
- Ser conscientes de las consecuencias de las situaciones de acoso y ciberacoso a nivel psicológico, legal y social para todos los implicados.

ESQUEMA DE TRABAJO

1. Análisis de necesidades del centro (entrevistas a los responsables del Plan de Acción Tutorial, cuestionario a los alumnos, entrevista con representante de los alumnos etc.) y elaboración de informe para el centro.
2. Presentación de la propuesta de intervención ajustada a las necesidades del centro y a lo trabajado previamente con el grupo de alumnos en concreto.
3. Presentación del proyecto y pautas para padres sobre el contenido a trabajar.
4. Ejecución de la intervención acordada.
5. Evaluación de la misma.

EJEMPLOS DE CONTENIDOS TRABAJADOS EN ESTE PROGRAMA

(CON ALUMNOS)

- Importancia de unas buenas habilidades sociales con dramatización de unas pésimas
- Análisis situaciones sociales en base al paradigma cognitivo-conductual: lo importante es cómo interpretar las situaciones
- Estilos de comunicación
- Reflexión sobre mi propio estilo de comunicación
- Pautas para una comunicación asertiva
- Mensajes yo
- Curva del conflicto: pautas de actuación ante conflictos
- Presión de grupo y estrategias para reconocerla y evitarla
- Acoso escolar: qué es y qué no es acoso
- El ciberacoso: características propias
- Roles en situaciones de acoso escolar
- Sensibilización sobre las consecuencias negativas de estas situaciones, no solo para la víctima, también para el acosador y los observadores
- Zona roja de acoso y pautas de actuación
- La importancia de los observadores
- "No todos los héroes llevan capa", "a veces los verdaderos cracks son los que defienden, no los que atacan"

(CON PADRES)

- Explicación del proyecto y contenidos finales del mismo. Resolución de sus posibles dudas al respecto.
- ¿Qué son las habilidades sociales?
- Estilos de comunicación, ¿cuál es el nuestro? ¿y el de mi hijo?
- Pautas de gestión de conflictos con adolescentes
- Cómo ayudar a nuestros hijos a mejorar sus habilidades sociales
- ¿Qué es el acoso escolar?
- Señales de alerta de que mi hijo puede estar siendo víctima de acoso escolar