



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

“APRENDIENDO A DEFENDER NUESTROS DERECHOS”

AUTORÍA ANGEL MANUEL RUBIO ORTEGA
TEMÁTICA HABILIDADES SOCIALES
ETAPA ESO

Resumen

Los periodos de cambio experimentados por nuestro alumnado en la adolescencia pueden producir con relativa frecuencia situaciones de una gran ansiedad o incomodidad con respecto a la interrelación e integración en los grupos sociales que se van creando en el aula y en el ámbito extraescolar.

La imagen que muchos alumnos y alumnas van construyendo de sí mismos y de las personas que le rodean, dependen en gran medida de su ego, y como consecuencia debido a la gran importancia que adquieren determinadas pautas en dicho periodo (condiciones físicas y materiales, sexo al que se pertenece, etc) conllevan en muchos casos a desarrollar actitudes pasivas o agresivas.

Con objeto de mostrar a los alumnos/as la importancia que tiene el respeto y el hacer valer nuestro propios derechos y el del resto de personas, independientemente de los intereses y motivaciones que presenten, se van a desarrollar una serie de actividades que permitan adquirir capacidades que pongan de manifiesto dicha actitudes y permitan su entrenamiento.

Palabras clave

Conducta agresiva.

Conducta pasiva.

Comportamiento asertivo.

Adolescencia.

El atractivo físico.

La apariencia personal.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

1. INTRODUCCIÓN

En esta etapa del alumnado es imprescindible desarrollar habilidades sociales que permitan comunicar a los demás cuándo se están infringiendo los derechos de otras personas. Puede afirmarse que con la defensa de los propios derechos, se hace un acto de afirmación de uno mismo en aquellas situaciones que implican la vulneración de los mismos por otros/as, de forma intencionada o accidentalmente.

Para poder desarrollar esta capacidad es necesario establecer pautas de respeto que garanticen el cumplimiento de todos aquellos derechos inherentes a las relaciones sociales. Estas normas son fundamentales en las relaciones que el alumnado puede ir desarrollando en el entorno con el que se relaciona.

Para conseguir la integración de nuestro alumnado en el grupo clase y poder atender con mayor eficacia la diversidad de intereses y motivaciones, es preciso conseguir en primer lugar su adaptación social al grupo con el que interactúa en el día a día.

El entrenamiento en habilidades sociales va a permitir que se pongan de manifiesto actitudes positivas y negativas, que se expresen y que podamos observarlas y/o detectarlas con mayor claridad.

La percepción de las actitudes de nuestro alumnado nos va a ayudar a determinar la estrategia educativa a seguir en el proceso de enseñanza – aprendizaje, además de conseguir la máxima homogeneidad en la satisfacción de sus expectativas, hecho fundamental para poder obtener la máxima efectividad en dicho proceso.

El proceso puede considerarse dividido en distintas etapas. En primer lugar la persona debe conocer y comprender sus derechos, siendo este un aspecto fundamental del desarrollo intelectual y social. También debe reconocer en que momento se violan sus derechos, jugando un papel muy importante el nivel de madurez del adolescente.

Por último una vez que se es conocedor y se sabe apreciar cuando se vulneran los propios derechos, es fundamental aprender a comunicarlo a los demás, pues supone otro aspecto de la capacidad para defender los propios derechos de forma correcta.

El conocimiento, entrenamiento y correcta utilización de estas habilidades va a facilitar su aplicación en el contexto educativo y por tanto en el propio centro con los compañeros y a su vez, usarlas como normas sociales fuera del ámbito escolar.

En resumen la aplicación correcta de estos componentes conductuales y su puesta en práctica de forma efectiva va a provocar la eliminación de conflictos y por tanto que el centro goce de un clima más apropiado para poder desarrollar su labor de educación y enseñanza.

2. APREDIENDO A DEFENDER NUESTROS PROPIOS DERECHOS

Saber defender nuestros propios derechos supone adquirir otras habilidades como exponer quejas o decir “no”. La adquisición de dicha capacidad puede evitar situaciones como las que a continuación se detallan:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Evitar el sentimiento de que se han aprovechado de nosotros, perdiendo en ocasiones nuestra estima. Permisividad de que otras personas puedan asumir la misma conducta con nosotros, al adoptar comportamientos pasivos.

Pérdida de seguridad y de cosas que por derecho son nuestras.

En este apartado se van a exponer una serie de actividades que van a permitir desarrollar capacidades para defender los propios derechos de los alumnos y alumnas, que es fundamental para poder desarrollar relaciones con la máxima eficacia, no solamente en el aula. La adquisición de las citadas capacidades va a propiciar actitudes de respeto y de autoestima.

El título de la actividad es “Aprendiendo a respetar nuestros propios derechos”.

2.1. Justificación.

Como se ha expuesto en la introducción, el aprendizaje de la capacidad de respuesta ante dichas situaciones, que forman parte de nuestra vida es fundamental para el desarrollo integral de las personas.

Aprovechando las actividades de aprendizaje propuestas, se tratarán tres habilidades sociales básicas. En concreto respetar turnos, atender a cualquier persona independientemente de sus características y saber expresar opiniones y sentimientos.

Dichas actividades permitirán que el alumnado pueda practicar y desarrollar habilidades sociales que le faciliten entre otras las siguientes capacidades:

- Facilitar la relación con personas desconocidas, permitiéndole el inicio de nuevas amistades.
- Aprender de compañeros y de gente nueva, indistintamente de su sexo, religión, cultura o creencias.
- Expresar a las demás personas aquellas cosas que nos gustan y aquellas que nos desagradan, desarrollando comportamientos asertivos.
- Mantener activa su relación con los demás, no quedándose al margen de lo que ocurre y por tanto facilitando su integración social en el grupo.
- Aprender temas nuevos que pueden ser interesantes e importantes, y que se desconocen, por considerarlos pertenecientes a un sexo determinado.
- Enseñar las habilidades sociales básicas para la discusión a través del procedimiento de la mesa redonda o rueda.
- Desarrollo de un debate, mediante la aportación de documentos audiovisuales.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

2.2. Nivel al que va dirigida.

La actividad va dirigida a todo el grupo – clase, a un nivel correspondiente al segundo ciclo de Educación Secundaria Obligatoria y en concreto al tercer curso.

En función del contenido a trabajar en el aula, se realizará en pequeño ó en gran grupo, de cómo

2.3. Objetivos.

De forma general el objetivo que se ha establecido es capacitar al alumno/a de habilidades sociales asertivas asociadas a las relaciones de comunicación con compañeros/as y en general con cualquier persona.

A su vez se realizará el aprendizaje de conductas que favorezcan el respeto a cualquier persona, no discriminándola por razones que le puedan ser desfavorables.

De forma más específica se han establecido los siguientes objetivos:

- Conocer y comprender los propios derechos.
- Reconocer cuando se violan o vulneran los propios derechos.
- Comunicar y saber expresar dichas situaciones.
- Comprender mejor a los demás y conocernos a nosotros mismos.
- Identificar cuando debemos hablar o esperar, o lo que es lo mismo respetar turnos de palabra.
- Ayudar al alumno/a a expresar mejor sus sentimientos y a que lo expresado sea más comprensible.
- Saber escuchar y responder de forma adecuada. Fomentar el comportamiento asertivo, evitando conductas pasivas y agresivas.
- Hacer que las personas con las que hablamos se interesen más por lo que expresemos y permitarnos mayor satisfacción.
- Permitir la integración del alumnado en las normas sociales de uso común en cualquier grupo, ya sea dentro del centro de enseñanza o fuera del mismo.
- Contribuir a fomentar una actitud crítica en el alumnado. Expresando opiniones, tanto de manifestaciones con la que se esté de acuerdo como en aquellas con las que no se esté.

2.4. Contenidos.

Para definir los contenidos se ha realizado una división, considerando su carácter conceptual, procedimental y actitudinal.

- **Nivel conceptual:**

C/ Recogidas N° 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

- Los derechos humanos, la libertad y la igualdad entre las personas.
- El sexo y la igualdad de oportunidades en la sociedad. Problemática actual.
- Sociedades, costumbres y arraigos: la diversidad cultural.
- Los derechos de las personas. La actitud respetuosa como base para construir una sociedad de futuro y evitar los conflictos.
- **Nivel procedimental:**
 - Identificación y enumeración por escrito en una lista todos los derechos que conozcas.
 - Explicación en clase de los conceptos y participación de los alumnos y alumnas en las apreciaciones que se hagan de los mismos.
 - Apreciación de las diferencias entre distintas situaciones que pueden presentarse y modo de actuar, efectuando ejemplos y pidiendo la participación de los alumnos y alumnas.
 - Comentarios y reflexión sobre las actividades representadas en el aula.
 - Discusión sobre los comportamientos sociales.
 - Enumera por escrito en una lista todos los derechos que conozcas. Contrastar con los compañeros. ¿Desconocemos alguno de los enumerados por otros compañeros?
 - Interpreta los conceptos de libertad e igualdad, e identifícalos con situaciones cotidianas de nuestra vida, enumerando situaciones que pueden provocarnos ventajas e inconvenientes por nuestra raza, edad, sexo, etc.
 - Analizar si realmente somos tan diferentes, introduciendo el concepto de diversidad.
- **Nivel actitudinal:**
 - Comportamiento asertivo en los temas y cuestionarios propuestos en el aula.
 - Interés mostrado en las actividades y la temática tratada.
 - Aportaciones realizadas en las distintas intervenciones.
 - Participación en las diferentes actividades desarrolladas en el aula.
 - Actitud y comportamiento en los temas propuestos con especial valoración en la comunicación (respeto, fluidez, gestos apropiados).

2.5. Desarrollo de la actividad.

En primer lugar se realizará una explicación en clase de la importancia de las habilidades sociales a desarrollar en la actividad, su importancia así como las ventajas e inconvenientes que pueden aportarnos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Sería muy interesante hacer reflexionar al alumnado sobre los derechos y la importancia de defenderlos, para que no se puedan aprovechar de nosotros.

Por ello sería muy positivo trabajar con aspectos como asumir que no tenemos que tener la misma opinión que los demás, rechazar peticiones que puedan entenderse como incorrectas, expresar lo que sentimos y pensamos, reconocer errores en nuestras respuestas o errores y asumir las responsabilidades que puedan derivarse de las mismas.

Continuaremos visualizando un documento audiovisual de duración breve (artículos de revistas o periódicos sobre la discriminación o desigualdades sociales, spot de televisión sobre violencia), que genere un impacto emocional significativo. De especial interés dado el arraigo que presenta actualmente en nuestra sociedad, sería tratar la discriminación por razón de género.

Se realizará una breve introducción a conceptos relacionados con los derechos y en especial la igualdad entre personas. Describir en la pizarra el objetivo de la actividad, explicando que habilidades se van a practicar, por ejemplo:

- 1) Respetar turnos
- 2) Escuchar a los compañeros con la intención de entenderles.
- 3) Expresar los propios pensamientos y sentimientos.

Para llevar a cabo la mesa redonda, se plantea inicialmente una breve pregunta en torno a la cual deben girar las presentaciones posteriores. La pregunta puede ir relacionada con los siguientes aspectos:

¿Alguno de vosotros puede poner un ejemplo de una situación en la que deberíais defender vuestros derechos?

¿Cuáles son vuestros *derechos* en este caso?

¿Qué podría suceder si no dijerais o hicierais algo?

¿Qué sería mejor decir en esta situación? ¿Por qué?

También se reproducirá el spot televisivo “La violencia contra las mujeres nos duele a todos” prestando atención a los pensamientos y sentimientos que les produce para posteriormente cada uno tratar de expresarlo verbalmente de forma breve y ante el grupo, en aproximadamente un minuto.

Después de que todos los participantes se hayan expresado, puede estimularse una breve reflexión con todo el grupo, sobre las semejanzas y las diferencias que existen en los pensamientos y sentimientos suscitados por el spot.

Tratar de integrar los resultados de dicho análisis en un resumen final, que puede ser esquematizado en la pizarra.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

2.6. Materiales utilizados.

Para la realización de la actividad se precisaría material de escritura, bolígrafo y papel, además de la pizarra.

Para la reproducción del spot televisivo “La violencia contra las mujeres nos duele a todos” se haría uso del cañón y el ordenador para poder analizar las imágenes. Además nos ayudarían a consultar videos, páginas web y artículos de prensa que pongan de manifiesto actitudes relacionadas con la temática.

2.7. Temporalización.

La actividad se llevaría a cabo en dos sesiones de cuarenta y cinco minutos, separadas por dos días.

2.8. Anexos.

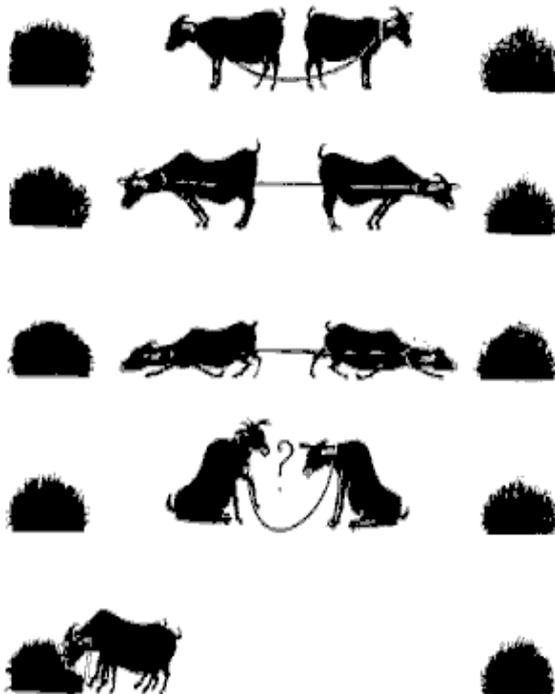
1.- Si te encuentras en estas situaciones, ¿Cómo defenderías tus derechos?

- Estás en la cola de panadería y alguien se quiere colar para pagar antes que tú.
- Te acusan de haber roto una silla en un cambio de clase y es mentira.

2. Selecciona los sentimientos más apropiados en cada situación:

- Un amigo te ha dejado plantado para ir al cine. Ahora estas sólo y la película no es de tus preferidas.
 - TÚ:
 - TU AMIGO:
 - TÚ:
 - TU AMIGO:
- Hoy es tu cumpleaños. Tú amiga te ha regalado un disco que no es de tu agrado. En este preciso momento ella te lo va a dar.
 - TÚ:
 - TU AMIGA:
 - TÚ:
 - TU AMIGA:

2.- Observa las siguientes imágenes. Describir qué le ocurre a los dos animales. ¿Tienen problemas? En caso de tenerlo ¿Cuál es? ¿Qué hacen para solucionarlo? ¿Hay solución? Una vez solucionado se comentará con el alumno qué es un conflicto y las formas de evitarlos o solucionarlos.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

3.- Lee las siguientes situaciones y describe que tipo de relación se desarrolla de modo asertivo, pasivo o agresivo.

- *Situación 1: Una amiga te pide que le dejes el trabajo que llevas preparando durante dos semanas, ya que ella ha estado estudiando mucho y no le ha dado tiempo a hacerlo.*

- TU AMIGA: ¿Me podrías dejar el trabajo de Literatura?

- TÚ: ¡Eh!, menudo rostro, a mi también me gustaría haber tenido esas dos semanas libres para estudiar.

- *Situación 2: Quieres ir al cine y tus amigos prefieren ir a jugar a fútbol.*

- AMIGOS: Como hemos comentado nos faltan dos personas, pero a las cinco es una buena hora para quedar en las pistas para jugar un partido.

- TÚ: Si no os molesta, está tarde podríamos ir a ver el estreno de Bolt. No me apetece nada ir a jugar hace demasiado calor y podemos sufrir las consecuencias del verano.

4. BIBLIOGRAFIA

Ballester, Rafael y Gil Llario, María Dolores (2002) *HABILIDADES SOCIALES*. Ed. Síntesis, S.A.

Mañu Noain, Jose Manuel (2005) *Ser un profesor hoy*. Ed. Eunsa Universidad de Navarra

Pérez, Isabel y Garanto Alos, Jesús (2006) *Comprender las habilidades sociales en la educación*. Ed. Fundec



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Autoría

- Nombre y Apellidos: Ángel Manuel Rubio Ortega
- Centro, localidad, provincia: Córdoba
- E-mail: amrubioortega@yahoo.es