



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
**VICERRECTORADO DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN**  
**INSTITUTO DE POSGRADO**

**GUÍA PSICOPEDAGÓGICA MARGARET**

**PARA MEJORAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES**  
**ENTRE PADRES E HIJOS**

**AUTORA:**

**Lic. Elsa Margarita Rodríguez Ortiz**

**COAUTOR**

**Dr. Vicente Ureña Torres Mgs.**

**RIOBAMBA - ECUADOR**

**2015**



## ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE .....	2
INTRODUCCIÓN .....	3
OBJETIVOS .....	4
OBJETIVO GENERAL.....	4
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	5
FUNDAMENTACIÓN.....	5
CONTENIDO .....	7
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>8</b>
TALLERES DE COMUNICACIÓN ASERTIVA ENTRE ESTUDIANTES .....	8
Técnicas básicas de asertividad para discusiones .....	13
<b>CAPÍTULO II .....</b>	<b>15</b>
TALLERES DE SENSIBILIZACIÓN PARA PADRES .....	15
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>19</b>
DINÁMICAS DE INTEGRACIÓN .....	19
TERMINAR LA HISTORIA.....	20
LINKOGRAFÍA / WEBIOGRAFÍA .....	30

## **INTRODUCCIÓN**

El propósito de esta investigación es elaborar una Guía Psicopedagógica para mejorar la relación de los estudiantes con sus progenitores mediante una adecuada comunicación y en la búsqueda de dar solución a los conflictos más comunes entre los estudiantes de los años de básica superior. Establecer la relación que existe entre la comunicación sobre los conflictos es un elemento clave para generar líneas de investigación al tratar de relacionar estas dos variables (Soltys y Littlefield, 2008).

En este sentido, el presente estudio pretende contribuir a una mejor comprensión entre estos dos aspectos y aportará elementos para apoyar la teoría sistémica así como sentar bases para el diseño de intervenciones e investigaciones que incluyan estas dos variables.

En la actualidad dentro de la institución se ha notado deficiencias en la comunicación entre los padres y los hijos adolescentes por causas como la negativa de los padres a escuchar a sus hijos, otro problema es que tanto los padres o los hijos no han comprendido lo expresado y cortan la comunicación, los padres no permiten a sus hijos expresar sus sentimientos, no se practica la escucha reflexiva que permite reconocer los sentimientos que están atrás de lo que dicen, que permite al hijo sentirse comprendido y escuchado. La comunicación puede ser verbal o no basta mirar las expresiones del padre o su tono de voz para saber si está o no escuchando, al comunicarse no se expresan los sentimientos, por la edad que está atravesando el niño/a se siente incomprendido, en ocasiones los hijos desarrollan lo que se conoce como sordera paterna. Los padres recriminan a sus hijos con el “mensaje tu” esta palabra acusa, critica y sugiere la culpabilidad del niño. El “mensaje Yo” en cambio describe cómo se siente usted ante el comportamiento de su hijo. Este mensaje se centra en usted y no en él. Comunica lo que usted siente, y no acusa o enjuicia al niño. El número de veces que se enoja el padre refleja en el niño que sus esfuerzos por provocarlo han tenido éxito. La comunicación se hace difícil cuando el niño se siente amenazado y se pone a la defensiva.

Los estudiantes de educación básica superior presentan problemas de interrelación, responden a sus progenitores, no realizan las tareas, dedican mucho tiempo a los computadores u otro medio electrónico, a esa corta edad utilizan el chat, las redes sociales, no como medio de comunicación sino en cierta forma como una adicción, existe mucha rivalidad entre compañeros, predomina el yo, lo que poseo y lo que deseo poseer, la envidia porque él tiene y yo no tengo.

En la Institución Educativa se observa a menudo que los padres de familia acuden llamados por conflictos que han provocado sus hijos, aduciendo que no escuchan que responden en un franca rebeldía con la maestra y que la compañía de otras personas lo ha cambiado, sin darse cuenta que si los problemas entre padres e hijos son frecuentes, el conflicto va a ir en aumento.

El fenómeno es analizado por que los padres no han logrado entablar un grado de confianza con sus hijos, algo impensable comparado con la manera en que ellos se relacionaban con sus propios padres, también existe acciones de los hijos que permiten la insatisfacción y confusión de los padres. Estos han perdido su autoridad que les resta capacidad para establecer las normas que marquen el comportamiento en el seno de la familia, algo que les sitúa en una situación de cierta debilidad frente a sus hijos.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GENERAL**

Mejorar las Relaciones Interpersonales entre padres e hijos de los estudiantes de Básica Superior, de la escuela de Educación Básica "Quito Luz de América, del cantón Palora, provincia de Morona Santiago, a través de talleres de comunicación asertiva, de sensibilización y de dinámicas de integración.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Determinar varios talleres de comunicación asertiva entre estudiantes, para mejorar las Relaciones Interpersonales entre padres e hijos de los estudiantes de Básica Superior, de la escuela de Educación Básica "Quito Luz de América, del cantón Palora.
- Establecer varios talleres de sensibilización para padres, para mejorar las Relaciones Interpersonales entre padres e hijos de los estudiantes de Básica Superior, de la escuela de Educación Básica "Quito Luz de América, del cantón Palora.
- Desarrollar varias dinámicas de integración, para mejorar las Relaciones Interpersonales entre padres e hijos de los estudiantes de Básica Superior, de la escuela de Educación Básica "Quito Luz de América, del cantón Palora.

## **FUNDAMENTACIÓN**

Para hablar de autocontrol se debe hablar de emociones, sentimientos y de carácter de las personas, y cuando se habla de emociones se habla de “inteligencia emocional”, este término fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey de la Universidad de Harvard y John Mayer de Universidad de New Hampshire. Se lo empleó para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estas pueden incluir: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos, el control de nuestro genio, la Independencia, la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad, el respeto. El bestseller de 1995, Emotional Intelligence de Daniel Goleman fue el que impulsó este concepto en la conciencia pública, colocándolo en la tapa de la revista Time y convirtiéndolo en un tema de conversación desde las aulas hasta las salas de sesiones de las empresas.

Una de las capacidades que debe desarrollar un niño que es la de llevarse bien con los demás es la que contribuirá más a su sentido de éxito y de satisfacción en la vida. Para

desempeñarse efectivamente en un mundo social, el niño necesita aprender a reconocer, interpretar y responder en forma apropiada a las situaciones sociales. Debe juzgar la forma de conciliar sus necesidades y expectativas con las de los demás.

Rubin: “Los niños del ciclo escolar....adquieren capacidades sociales no tanto de los adultos como de la interacción entre ellos. Es probable que descubran a través de la prueba y el error qué estrategias funcionan y cuáles no, y luego reflexionen a conciencia sobre lo que han aprendido”.

Naturalmente, gran parte de la literatura psicológica se interesa por los niños que experimentan dificultades con las capacidades sociales, ya sea debido a su temperamento innato o a deficiencias psicológicas específicas que afectan tanto su aprendizaje social como académico. Ciento de estudios muestran que el rechazo de los pares en la niñez contribuye a un desempeño académico deficiente, problemas emocionales y un mayor riesgo de caer en la delincuencia en la adolescencia. (SHAPIRO L. E., 1997)

William Damon manifiesta “Estamos viviendo en una época en la que la ética `centra en el niño´ se ha convertido en una justificación para todo tipo de práctica excesivamente indulgente en el marco de la educación para los niños. (Esta filosofía) ha multiplicado una gran cantidad de doctrinas permisivas que han disuadido a los padres de poner en práctica una disciplina coherente en el hogar...la premisa alguna vez valiosa del enfoque centrado en el niño ha sido usado (mal usado) para alentar el egoísmo en los niños y adolescentes de hoy”.

Damon que señala que nuestra cultura ha ido demasiado lejos en tratar de proteger a los niños de cosas de las que no necesitan ser protegidos. Para decirlo en otras palabras, mostrar demasiada comprensión y simpatía hacia algunos niños puede resultar tan perjudicial como mostrar lo contrario.

Con esta ponencia de William Damon, sustentamos la presente investigación, ya que los padres tienen mucho que ver en el autocontrol de los niños y niñas, sobre todo cuando son

padres muy permisivos y que no permiten una adecuada disciplina desde el hogar, lo que causa muchas veces una auto indulgencia de ese tipo de niños en su autocontrol lo que acarrea una serie de dificultades tanto en el ámbito escolar como en el familiar y que repercute en el ámbito social de los estudiantes.

## **CONTENIDO**

La Guía Psicopedagógica Margaret se encuentra estructurada en tres capítulos que se las describe a continuación:

### **CAPÍTULO I**

Talleres de comunicación asertiva entre estudiantes.

### **CAPÍTULO II**

Talleres de sensibilización para padres.

### **CAPÍTULO III**

Dinámicas de integración

## CAPÍTULO I

### TALLERES DE COMUNICACIÓN ASERTIVA ENTRE ESTUDIANTES



“¿Qué es la asertividad?”

#### Objetivos

Conocer las bases teóricas de la asertividad.

#### Población diana

Padres de adolescentes.

#### Duración aproximada

De 20 a 30 minutos.

#### Materiales necesarios

Un juego de hojas sobre la asertividad para cada participante.

#### Descripción

Se lee el juego de hojas sobre la asertividad y se reflexiona sobre las formas típicas de respuesta no asertiva, las habilidades de la persona asertiva y por qué no se es asertivo

### ¿QUÉ ES LA ASERTIVIDAD?

Es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.

### FORMAS TÍPICAS DE RESPUESTA NO ASERTIVA

1. BLOQUEO ("quedarse paralizado")
2. SOBREADAPTACIÓN (el sujeto responde según crea que es el deseo del otro)
3. ANSIEDAD (tartamudeo, sudor, retorcimiento de manos, movimientos estereotipados)
4. AGRESIVIDAD (elevación de la voz, portazos, insultos,...)

### HABILIDADES DE LA PERSONA ASERTIVA

1. Sabe decir "no" o mostrar su postura hacia algo.
  - Manifiesta su propia postura ante un tema, petición, demanda.
  - Expresa un razonamiento para explicar / justificar su postura, sentimientos, petición.
  - Expresa comprensión hacia las posturas, sentimientos, demandas del otro.
  
2. Sabe pedir favores y reaccionar ante un ataque.
  - Expresa la presencia de un problema que le parezca debe ser modificado (cuando lo haya).
  - Sabe pedir cuando es necesario.
  - Pide clarificaciones si hay algo que no tiene claro.
  
3. Sabe expresar sentimientos.
  - Expresa gratitud, afecto, admiración...
  - Expresa insatisfacción, dolor, desconcierto...

### ¿POR QUÉ NO SE ES ASERTIVO?

- a) La persona no ha aprendido a ser asertiva o lo ha aprendido de forma inadecuada.
  - Por castigo sistemático a las conductas asertivas.

- Por falta de refuerzo suficiente a las conductas asertivas.
- Porque no ha aprendido a valorar el refuerzo social.
- Porque obtiene más refuerzo por conductas no asertivas o agresivas.
- Por no saber discriminar adecuadamente las situaciones en las que debe emitir una respuesta concreta.

b) La persona conoce la conducta apropiada, pero siente tanta ansiedad que la emite de forma parcial.

c) La persona no conoce o rechaza sus derechos asertivos:

1. El derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
2. El derecho a tener y expresar los propios sentimientos y opiniones.
3. El derecho a ser escuchado y tomado en serio.
4. El derecho a juzgar mis necesidades, establecer mis prioridades y tomar mis propias decisiones.
5. El derecho a decir NO sin sentir culpa.
6. El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta de que también mi interlocutor tiene derecho a decir NO.
7. El derecho a cambiar.
8. El derecho a cometer errores.
9. El derecho a pedir información y ser informado.
10. El derecho a obtener aquello por lo que pagué.
11. El derecho a decidir no ser asertivo.
12. El derecho a ser independiente.
13. El derecho a decidir qué hacer con mis propiedades, cuerpo, tiempo, etc., mientras no se violen los derechos de otras personas.
14. El derecho a tener éxito.
15. El derecho a gozar y disfrutar.
16. El derecho a mi descanso, aislamiento, siendo asertivo.
17. El derecho a superarme, aun superando a los demás.

d) La persona posee unos patrones irracionales de pensamiento que le impiden actuar de forma asertiva (lista de creencias irracionales de Ellis).

“Cómo educar la asertividad”

### Objetivos

Favorecer una actitud positiva de los padres hacia sus adolescentes que mejore la asertividad de los mismos. Reflexionar sobre cómo facilitar el desarrollo de la asertividad de los hijos.

Población diana

Padres de adolescentes.

Duración aproximada

De 30 a 45 minutos.

Materiales necesarios

Un juego de hojas para cada participante que incluya “Cómo educar la asertividad”, “Técnicas básicas de asertividad para discusiones” y “Ejemplo de cómo enseñar a hacer frente a las críticas de manera asertiva usando el banco de niebla y la aserción negativa”.

Descripción

- 1) Se explican distintas formas indirectas y directas de enseñar la asertividad.
- 2) Se realizan ensayos conductuales por parejas de algunas técnicas de asertividad (disco rayado, banco de niebla, aplazamiento asertivo, técnica para procesar el cambio, técnica de ignorar, acuerdo asertivo y pregunta asertiva).

## CÓMO EDUCAR LA ASERTIVIDAD

### 1. Formas indirectas de enseñar asertividad:

- Hacerle consciente de sus derechos asertivos.
- Ayudarle a detectar sus ideas irracionales, a cuestionarlas y a sustituirlas por alternativas positivas.
- Reforzar sus conductas asertivas y sus capacidades.
- Ignorar sistemáticamente toda expresión de no asertividad o agresividad.
- Darle la oportunidad de mostrar su capacidad: hacerle partícipe en discusiones y enseñarle mediante refuerzos a conversar correctamente.
- Cuando veamos que tiende a evitar pequeñas situaciones que puede afrontar, ayudarle a afrontarlas.

### 2. Formas directas de enseñar asertividad:

- Describiéndole la conducta errónea, aportándole una razón para el cambio, reconociendo los sentimientos del muchacho, formulándole claramente lo que se espera de él, reforzándole el intento de superación y ayudándole a sentirse bien consigo mismo aun en situaciones de fracaso.
- Haciendo que se imagine situaciones peligrosas e intente afrontarlas en la imaginación.
- Role-playing ofreciendo varias alternativas de conducta, para que sea él el que elija cuál estrategia le gusta más y si la técnica elegida le falla, siempre pueda contar con otras alternativas.
- Compartiendo guiones de actuación paso a paso ante situaciones problema.
- Conociendo y practicando las técnicas básicas de asertividad: disco rayado, banco de niebla, aplazamiento asertivo, procesamiento del cambio, ignorar, acuerdo asertivo, pregunta asertiva.

### Técnicas básicas de asertividad para discusiones

TÉCNICA	DEFINICIÓN	EJEMPLO
Disco rayado	Repetir el propio punto de vista una y otra vez, con tranquilidad, sin entrar en las provocaciones que pueda hacer el otro.	-... -Te entiendo, pero yo no lo hago. -... -Te entiendo, pero yo no lo hago.
Claudicación simulada o banco de niebla	Dar la razón al otro en lo que consideremos puede haber de cierto en sus críticas, pero negándonos a entrar en mayores discusiones; así aparentamos ceder el terreno, sin cederlo realmente, pues dejamos claro que no vamos a cambiar de postura.	-Tú tienes la culpa de que... -Sí, es posible que tengas razón. - Claro, como siempre haces... - Pues sí, casi siempre. -Pues estoy harto que de que por tu culpa sea imposible... - Es verdad, es poco probable.
Aplazamiento asertivo	Aplazar la respuesta que vayamos a dar al otro hasta que nos sintamos más tranquilos y capaces de responder correctamente.	-Por tu egoísmo... -Mira, éste es un tema problemático entre nosotros. Si te parece, lo tratamos en profundidad mañana.
Procesamiento del cambio	No dejarse provocar por incitaciones ante las que uno cree necesario defenderse y desplazar el foco de discusión hacia el análisis de lo que está ocurriendo entre las dos personas.	-Por tu culpa... -Mira, estamos muy cansados los dos y estamos empezando a sacar trapos sucios. Quizás, esto no tiene tanta importancia como para hacernos daño mutuamente, ¿no crees?

Ignorar	Cuando nuestro interlocutor está fuera de sí, le expresamos, con un tono de voz amable y comprensivo, que ahora no lo atendemos.	-¡Como siempre, tú tienes la culpa de ...! -Me parece que estás muy enfadado, por lo que creo que es mejor hablar de eso más tarde.
Acuerdo asertivo	Reconocemos el error, pero dejamos claro de que una cosa es el error cometido y otra el hecho de ser buena o mala persona.	-Tú eres el culpable de que... -Tienes razón, pero sabes que habitualmente no lo hago.
Aserción negativa	Dejar de lado el hábito de decir “lo siento” o “perdona” que a fuerza de repetidos no significan nada y utilizar frases del tipo “ha sido una tontería por mi parte”, “no debería haber dicho/hecho”, “tienes toda la razón”.	-Siempre te estás olvidando de todo. -Tienes toda la razón, me olvido de muchas cosas.
Auto revelación	Proporcionar información de lo que uno siente y piensa, empleando mensajes “yo”, “yo siento...”, “pienso que...”	-Cómo pudiste hacerme esto. -Me sabe realmente mal haberlo hecho.
Pregunta asertiva	Consiste en solicitar al otro más información acerca de sus argumentos, para así tener claro a qué se refiere y en qué quiere que cambiemos.	-Si fueras menos egoísta y no hicieras... -Exactamente, ¿qué es lo que te molesta de mi forma de actuar? ¿Qué tiene de malo?

## **CAPÍTULO II**

### **TALLERES DE SENSIBILIZACIÓN PARA PADRES**



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

### **“LAS ETIQUETAS EN EL ENTORNO FAMILIAR”**



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

## **Objetivos**

Experimentar las presiones que ejercen sobre uno las expectativas de los demás. Mostrar los efectos que las etiquetas producen en el comportamiento de cada uno dentro de un grupo como es la familia.

Población diana

Padres de adolescentes.

Duración aproximada

30 minutos.

Materiales necesarios

Etiquetas autoadhesivas (una por participante). Una hoja “Las etiquetas en el entorno familiar” para cada uno.

Descripción

Se discute en grupo cómo repartir los limitados recursos con los que cuenta una hipotética asociación entre dos campañas de prevención dirigidas a padres de adolescentes: una de prevención de drogodependencias y otra de prevención de trastornos de la conducta alimentaria. Cada participante lleva en la frente una etiqueta que él desconoce (apréciamme, consúltame, ríeme las gracias, obedéceme, ignórame, hazme caso, ayúdame, ten compasión de mí, cuídate de mí mala suerte, aconséjame, enséñame, respétame, búrlate de mí, castígame) y el resto del grupo le trata conforme a la etiqueta. Tras diez a quince minutos de discusión, cada padre va diciendo, por turno, si ha logrado adivinar lo que dice su etiqueta y expresar lo que ha sentido ante las reacciones de los demás. Al final, se reflexiona sobre cómo las etiquetas que los demás nos ponen condicionan nuestro comportamiento y qué conclusiones podemos trasladar al grupo familiar.

## ACTIVIDADES

“Las etiquetas en el entorno familiar”

Durante 10 a 15 minutos vamos a discutir en grupo cómo repartir los limitados recursos con los que cuenta una hipotética asociación entre dos campañas de prevención dirigidas a padres de adolescentes: una de prevención de drogodependencias y otra de prevención de trastornos de la conducta alimentaria. Cada participante va a llevar en la frente una etiqueta que él desconoce y el resto del grupo le deberá tratar conforme a la etiqueta.

Mensajes a transmitir a los padres:

- 1 Fomenta la autoestima y la confianza en sí mismos de tus hijos.
- 2 Ofrece a tus hijos modelos saludables.
- 3 Desarrolla en tus hijos valores firmes y positivos.
- 4 Dialoga con tus hijos.
- 5 Dota a tus hijos de habilidades para afrontar las dificultades del día a día

Bases teóricas de la campaña:

- En la adolescencia el grupo de iguales desplaza en parte a la familia como referente al que acudir en busca de afecto, apoyo y ánimo, pero el adolescente que se encuentre feliz, cómodo, querido, respetado y apoyado en su familia, recurrirá a ésta como “tabla de salvación” ante cualquier vicisitud.
- Los padres deben procurar el desarrollo en sus hijos de una conciencia crítica como lectores, espectadores o consumidores, dialogando con ellos sobre las imágenes y mensajes erróneos.
- Un diálogo abierto, un interés por su forma de pensar, sentir y sus actividades, una escucha activa y constante permiten conocer bien a cada hijo adolescente (sus puntos fuertes, debilidades, amistades, entorno, carácter).
- La sobreprotección crea hijos a los que no ha costado esfuerzo personal resolver sus necesidades e incapaces de superar obstáculos.

- Evitar enfrentarse a su sexualidad y falta de habilidades sociales son factores presentes en muchos adolescentes con trastornos del comportamiento alimentario.
- Es importante que el adolescente tenga al menos una comida en común con toda la familia para dialogar, conocer los incidentes que cada uno ha afrontado en el día, comentar acontecimientos, expresar opiniones, sentimientos y emociones.
- Es clave en la educación dar más importancia al ser que al poseer, criticar el culto a la imagen y lo superficial de la sociedad de consumo, enseñar a respetar a los demás aceptando las diferencias y comprendiendo los errores, y recalcar siempre que no es preciso ser perfecto para ser feliz.

Mensajes a transmitir a los padres:

- 1 Anima a tu hijo a ser sociable y relacionarse con los demás.
- 2 Fomenta la independencia y autonomía personal de tu hijo.
- 3 No insistas en una conducta perfecta todo el tiempo, ni fijas patrones o normas imposibles o difíciles para tu hijo.
- 4 Muestra a tu hijo amor y afecto sin sobreprotegerlo ni controlarlo excesivamente.
- 5 No es una excesiva importancia al peso, talla o la figura corporal, ni a la comida o la alimentación.
- 6 Educa sexualmente a tu hijo
- 7 No castigues físicamente a tu hijo.
- 8 Resalta las cualidades personales de tu hijo sin criticarlo o menospreciarlo por su físico.
- 9 Alaba los logros de tu hijo y evita las descalificaciones absolutas y permanentes (profecías auto cumplidas por efecto Pigmalión negativo).
- 10 Acostúmbrale a comer ordenadamente en los mismos horarios como rutina, sin picoteos ni desorden.

### **CAPÍTULO III**

#### **DINÁMICAS DE INTEGRACIÓN**



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

Son la herramienta a emplear por todo coordinador de grupo cuando persigue el objetivo de la unión del mismo. Igualmente se emplean en caso de conflictos, para que los miembros superen el problema y vuelvan a trabajar juntos.

Pero principalmente deben emplearse en las fases de nacimiento-crecimiento del grupo. Sirven para coger confianza, para relajar tensiones propias de miembros que apenas se conocen, para integrar a nuevos compañeros, o simplemente, para crear el ambiente adecuado de trabajo.

Persigue el objetivo principal de la cohesión del grupo, pero sin dejar de lado otros, como podrían ser:

- Fomentar relaciones de amistad entre los miembros del grupo en sus primeros momentos.
- Sacar a relucir los intereses del grupo y de cada uno de sus miembros en particular, información con la que el animador guiará al grupo en su quehacer diario.
- Crear buen ambiente en el grupo, en base a valores como la cooperación, confianza y participación de sus miembros.
- Generar auto confianza (tanto individual como de grupo) en todos los componentes del grupo.
  - Trabajo en equipo.

### **TERMINAR LA HISTORIA**



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

OBJETIVOS.- Fomentar trabajo en equipo, la creatividad y la participación.

MATERIALES NECESARIOS.- Sillas.

EDAD.- Cualquiera.

DESARROLLO.- El animador divide el grupo en equipos con el mismo número de personas, que habrán de reunirse en lugares distintos dentro del espacio (interior o exterior) en el que se desarrolla la dinámica. Luego empezará a contar una historia a los equipos, que tienen la misión de terminarla, en función del sentido final que quiera otorgarle el animador a la historia. El equipo que antes lo haga tendrá que exponerlo en común al resto del grupo.

La historia podría empezar: “Una tarde unos amigos se reunieron para merendar, y uno de ellos propuso que se fueran juntos a disfrutar de unas vacaciones. Comenzaron a discutir sobre el destino y el precio del viaje. Entonces...” En este momento el animador informa a los equipos que la historia debe tener un final feliz. Los equipos se reúnen y el que primero termine, expone. Finalmente, el animador irá preguntando a los componentes de los equipos que tal se han sentido con sus compañeros, si lo han conocido más, si coinciden en sus pensamientos, si podría extrapolarse el comportamiento del equipo al grupo,...

VARIANTES.- La historia puede ser cualquiera que se invente el animador, así como los finales que proponga: feliz, triste, sorprendente, sin sentido,...

CONSIDERACIONES.- La dinámica puede repetirse en varias ocasiones, y el monitor debe hacer que expongan todos los equipos formados ante sus compañeros.

### **GORILA JIRAFAS ELEFANTE**



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

OBJETIVOS.- Crear buen ambiente en el grupo desde el juego.

MATERIALES NECESARIOS.- Ninguno.

EDAD.- Cualquiera, pero al ser un poco infantil se hace divertido para los mayores.

DESARROLLO.- Todo el grupo se sitúa en círculo, menos uno que “la queda”. Éste tendrá que ir situándose cara a cara con el resto de participantes, a los que les dirá “GORILA”, o “JIRAFÁ”, o “ELEFANTE”. En este momento, tanto el que ha recibido esta señal como sus compañeros de izquierda y derecha tendrán que representar la figura del animal que corresponda. El que falle de los tres tendrá que pasar al centro. La reacción adecuada debe ser instantánea, o de lo contrario se considerará fallo y pasará al centro a tener que decir el nombre del animal al compañero que quiera. Y así sucesivamente. ¿Cómo se representan los animales?

ELEFANTE.- el del centro es la cara del elefante, y al escuchar este animal tendrá que situar los brazos en la cara simbolizando la trompa, y emitiendo su sonido. El de su izquierda se inclinará hacia la derecha hasta llegar a la cara del elefante como si fuera una oreja. Lo mismo el de su derecha pero en el sentido contrario.

JIRAFÁ.- el del centro se mantendrá de pie, poniéndose los cuernos con los dedos, simbolizando el cuerpo de la jirafa. El de su izquierda se agachará de cara a la jirafa; lo mismo hará el de su derecha.

GORILA.- el del centro es el mono, que se agachará en cuclillas, y con sus brazos hacia arriba se sujetará a la barra que forman sus compañeros con los brazos entrelazados. Estos se mantienen en pie.

CONSIDERACIONES.- Hacer participar a todos los miembros del grupo, momento en que puede darse por finalizado el juego.

## **AMIGO SECRETO**



FUENTE: [www.altenburg.com](http://www.altenburg.com)

OBJETIVOS.- Establecer relaciones entre los miembros del grupo.

MATERIALES NECESARIOS.- Una cesta y tarjetas con los nombres de los participantes.

EDAD.- Cualquiera.

DESARROLLO.- Los miembros vivirán una experiencia de integración. De la canasta sacarán la tarjeta que tendrá el nombre de su “amigo secreto”. En caso de sacar la tarjeta con su mismo nombre volverá a meterla en el cesto y sacar otra. Por supuesto, es fundamental que durante el tiempo que dura la dinámica los participantes no digan a nadie quien es su amigo secreto. Durante el tiempo de duración de la dinámica, que el animador debe dejar muy claro a los participantes, cada uno de ellos tendrá que relacionarse especialmente con su amigo secreto, sin decirle que es él, y así se comprobará la actitud de ambos, su forma de ser,... Una vez que se da por concluida la dinámica, los miembros se sientan en círculo, y uno de ellos acude voluntariamente al centro del mismo. Se le tapan los ojos, y debe acertar con su amigo secreto (que se pondrá detrás de él), para lo que tiene dos oportunidades. Ambos comentarán su experiencia ante los compañeros. A continuación, la persona identificada se tapa los ojos y debe reconocer a su amigo secreto. Y así sucesivamente.



FUENTE:www.altenburg.com

CONSIDERACIONES.- Su duración depende del contexto en el que se mueva el grupo. Así podría ir desde un día (en convivencias de día o aperturas del curso) hasta un mes (en grupos de reuniones constantes, o mismamente clases).

### **CALLE, AVENIDA**



OBJETIVOS.- Crear buen ambiente en el grupo desde el juego.

MATERIALES NECESARIOS.- Ninguno.

EDAD.- Cualquiera.

DESARROLLO.- Todos los miembros del grupo se dispondrán en varias filas con los brazos alargados, prácticamente rozando las manos del compañero. Todos menos dos, de los que uno tratará de coger al otro, y éste evitar ser pillado. Pero para correr solo pueden hacerlo por la calle o la avenida, que vendrá marcada por la posición del resto de participantes. Si se sitúan de forma horizontal es que están representando una calle; si se sitúan de forma vertical están representando una avenida. Permanecerán quietos. Los dos que corren no pueden pasar bajo los brazos, y sólo corren en el sentido marcado por la calle o la avenida. El monitor se sitúa frente a todos e irá indicando si los participantes deben situarse en forma de calle o de avenida. La indicación la realizará al grito de ¡¡¡CALLE!!! o ¡¡¡AVENIDA!!! Este podrá cambiar cada vez que quiera a calle o avenida. En el momento que un participante coge al otro se para el juego y ocupan su lugar otros dos.



**FUENTE:** Escuela Quito.

**ELABORADO POR:** Lic. Elsa Margarita Rodríguez

CONSIDERACIONES.- El encargado de dar la voz de calle o avenida (en primera instancia el animador) podría ser el que es cogido en el juego. Hacer participar a todos los miembros del grupo, momento en que puede darse por finalizado el juego.

## **DINÁMICA DE LA CERILLA**



FUENTE: [dinamicasojuegosblogspot.com](http://dinamicasojuegosblogspot.com)

OBJETIVOS.- Establecer relaciones entre los miembros del grupo de forma distendida.

MATERIALES NECESARIOS.- Una caja de cerillas, papel y bolígrafo.

EDAD.- Cualquiera, adaptando el nivel del juego a las edades y el tipo de grupo en el que se realice la dinámica.

DESARROLLO.- El animador se prepara una serie de preguntas, que los participantes, sentados en círculo, tendrán que ir respondiendo. Estas preguntas podrían ser de tipo familiar y particular (decir el nombre de sus padres, de sus hermanos, sus deportes preferidos,...), para ser más comprometidas según vaya avanzando la confianza entre los miembros del grupo.

El animador hace una pregunta al primero de los participantes. Entonces, este se enciende una cerilla, que pasará a su compañero cuando responda a la pregunta, por lo que se exige rapidez.

CONSIDERACIONES.- El nivel de las preguntas debe ir en consonancia con el nivel del grupo.

## EL VALOR DEL AMOR

Un famoso maestro se encontró frente a un grupo de jóvenes que estaban en contra del matrimonio.

Los muchachos argumentaban que el romanticismo constituye el verdadero sustento de las parejas y que es preferible acabar con la relación cuando este se apaga, en lugar de entrar a la hueca monotonía del matrimonio.

El maestro les dijo que respetaba su opinión, pero les relató lo siguiente:

Mis padres vivieron 55 años casados. Una mañana mi mamá bajaba las > escaleras para prepararle a papá el desayuno y sufrió un infarto. Cayó.

Mi padre la alcanzó, la levantó como pudo y casi a rastras la subió a la camioneta.

A toda velocidad, rebasando, sin respetar los altos, condujo hasta el hospital.  
Cuando llegó, por desgracia, ya había fallecido.

Durante el sepelio, mi padre no habló, su mirada estaba perdida. Casi > no lloró.

Esa noche sus hijos nos reunimos con él. En un ambiente de dolor y nostalgia recordamos hermosas anécdotas.

El pidió a mi hermano teólogo que le dijera dónde estaría mamá en ese momento.

Mi hermano comenzó a hablar de la vida después de la muerte, conjeturó cómo y dónde estaría ella.

Mi padre escuchaba con gran atención.

De pronto pidió: "llévenme al cementerio".

Papá -respondimos-, ¡son las 11 de la noche, no podemos ir al cementerio ahora!

Alzó la voz y con una mirada vidriosa dijo: "No discutan conmigo por favor, no discutan con el hombre que acaba de perder a la que fue su esposa por 55 años".

Se produjo un momento de respetuoso silencio.

No discutimos más. Fuimos al cementerio, pedimos permiso al velador, con una linterna llegamos a la lápida.

Mi padre la acarició, lloró y nos dijo a sus hijos que veíamos la escena conmovidos: "Fueron 55 buenos años... saben?"

Nadie puede hablar del amor verdadero si no tiene idea de lo que es compartir la vida con una mujer así"

Hizo una pausa y se limpió la cara.

"Ella y yo estuvimos juntos en aquella crisis, cambio de empleo", continuó, "... hicimos el equipaje cuando vendimos la casa y nos mudamos > de ciudad, compartimos la alegría de ver a nuestros hijos terminar sus > carreras, lloramos uno al lado del otro la partida de seres queridos, rezamos juntos en la sala de espera de algunos hospitales, nos apoyamos en el dolor, nos abrazamos en cada Navidad, y perdonamos nuestros errores....."

Hijos, ahora se ha ido y estoy contento, ¿saben por qué?, porque se fue antes que yo, no tuvo que vivir la agonía y el dolor de enterrarme, de quedarse sola después de mi partida Seré yo quien pase > por eso, y le doy gracias a Dios.

La amo tanto que no me hubiera gustado que sufriera..."Cuando mi padre terminó de hablar, mis hermanos y yo teníamos el rostro empapado de lágrimas.

Lo abrazamos y él nos consoló: "Todo está bien hijos, podemos irnos a casa; ha sido un buen día".

Esa noche entendí lo que es el verdadero amor.

Distaba mucho del romanticismo, no tiene que ver demasiado con el erotismo, más bien se vincula al trabajo y al cuidado que se profesan dos personas realmente comprometidas.

Cuando el maestro terminó de hablar, los jóvenes universitarios no pudieron debatirle, ese tipo de amor era algo que no conocían.

Reflexión:

Para saber el valor de un semestre: Pregúntale a un estudiante que reprobó el examen final.

Para saber el valor de un mes: Pregúntale a una madre que ha dado a luz prematuramente.

Para saber el valor de una semana: Pregúntale a un editor de la revista semanal.

Para saber el valor de una hora: Pregúntale a los amantes que esperan para verse.

Para saber el valor de un minuto: Pregúntale a la persona que perdió > el tren, el autobús o el avión.

Para saber el valor de un segundo: Pregúntale a quien haya sobrevivido de un accidente.

Para saber el valor de una milésima de segundo: Pregúntale al atleta > que ganó una medalla de plata en las Olimpiadas.

El tiempo no espera a nadie.

Atesora cada momento que tienes.

## LINKOGRAFÍA / WEBIOGRAFÍA

- <http://programasocioambiental.blog.unq.edu.ar/2014/05/12/reuniones-de-trabajo-para-el-diseno-de-intervenciones-e-investigaciones/>
- <http://programasocioambiental.blog.unq.edu.ar/2014/05/>
- <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/123456789/426/1/IP-MCA-50A002.pdf>
- <https://es.scribd.com/doc/244899205/A-Do-Completo-willy>
- <https://es.scribd.com/doc/52275663/Laurence-Shapiro-La-Inteligencia-Emocional-De-Los-Ninos>
- <http://masterantesust2012.blogspot.com/>
- [http://issuu.com/cracampoaranuelo/docs/como\\_fomentar\\_las\\_habilidades\\_sociales](http://issuu.com/cracampoaranuelo/docs/como_fomentar_las_habilidades_sociales)
- <https://es.scribd.com/doc/28363416/La-inteligencia-emocional-de-los-ninos>
- <http://sonrisadelduende.blogspot.com/2009/12/integrar-razon-y-emocion-es-la-clave-en.html>
- <https://es.scribd.com/doc/54738193/inteligencia-emocional-para-ninos>
- <http://www.jmcprl.net/PUBLICACIONES/asertividad.pdf>
- <http://bloginfantilatorre.blogspot.com/2013/11/que-trabajar-para-prevenir-la-violencia.html>
- [http://edu.jccm.es/cp.sjuanbosco/images/PDF/educar\\_en\\_asertividad1.doc](http://edu.jccm.es/cp.sjuanbosco/images/PDF/educar_en_asertividad1.doc)
- [http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado4\\_3.pdf](http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado4_3.pdf)
- <http://fr.slideshare.net/libbius/la-asertividad-27069030>
- [http://api.ning.com/files/o1kadusDKePtKrlqPmyUpNkfucnyzcKj33XfFroj4RveObYKOBf0DfVJud2a6Gcw-WqzHBoWfRllzCKGa3skssF1lok3dLlu/la\\_inteligencia\\_emocional\\_del\\_nino.doc](http://api.ning.com/files/o1kadusDKePtKrlqPmyUpNkfucnyzcKj33XfFroj4RveObYKOBf0DfVJud2a6Gcw-WqzHBoWfRllzCKGa3skssF1lok3dLlu/la_inteligencia_emocional_del_nino.doc)