



ASOCIACIÓN VIEIRO

SOMOS HÁBILES

Curso de prevención escolar para alumnado Educación
Secundaria Obrigatoria

1.- Presentación e xustificación.

2.- Obxectivos.

3.- Poboación destinataria.

4.- Metodoloxía

5.- Contidos

6.- Lugar de celebración

7.- Duración



ASOCIACIÓN VIEIRO

1.- PRESENTACIÓN E XUSTIFICACIÓN

A adolescencia é unha etapa na que o social cobra un especial protagonismo. Son moitos os desafíos e as experiencias que un adolescente vive nesta etapa evolutiva, polo que cobran importancia certas habilidades que lles permitan afrontar este momento evolutivo con certas garantías de éxito. Pódese considerar ás habilidades sociais como un tipo de ferramentas persoais moi útiles para un óptimo desenvolvemento e mantemento das relacións persoais, trátase de rutinas cognitivas ou condutuais que nos permiten manter boas relacións cos demais. Entre estas rutinas encontramos patróns de resposta específicos tales como as habilidades relacionadas coa comunicación interpersonal, a asertividade, o establecemento e mantemento de relacións de amizade ou vínculos, as habilidades para relacionarse coas persoas e as habilidades para a resolución de conflitos.

En definitiva, o desenvolvemento das habilidades sociais terá como consecuencia o logro dunha maior competencia social do individuo. Neste sentido, as intervencións nas que se realiza un adestramento en habilidades sociais están mostrando eficacia, e este é o obxectivo do presente curso de habilidades socio-emocionais.

2.- OBXECTIVOS

- Promover o desenvolvemento da competencia interpersonal dos/as alumnos/as.
- Intervir precozmente y previr futuros problemas de adaptación.
- Desenvolver actitudes de convivencia positiva cos iguais e cos adultos.
- Facilitar o inicio e mantemento de relacións sociais satisfactorias.
- Aprender a identificar e xestionar as emocións.



ASOCIACIÓN VIEIRO

3.- POBOACIÓN DESTINATARIA

A poboación destinataria do curso é o alumnado de 1º, 2º, 3º, 4º e FP Básica.

4.- METODOLOXÍA

Antes de comezar o curso analízanse as habilidades de cada participante para coñecer cales son as habilidades que precisan adquirir ou mellorar para poder adaptar os contidos a cada caso. É por iso que neste programa se traballa en pequeno grupo para poder brindar unha atención máis personalizada.

Para conseguir os obxectivos do curso ímonos valer dunha metodoloxía caracterizada por ser activa, construtiva, interactiva (fomentando a cohesión grupal e unha boa relación coa educadora e os demais alumnos/as) e instrutiva (a educadora salienta a importancia do concepto ou habilidade a aprender, así como as estratexias ou pautas máis relevantes para a súa adquisición).

5.- CONTIDOS

Neste curso trabállanse diferentes elementos das habilidades sociais como son:

- Os compoñentes non verbais como a mirada, os movementos ou as distancias.
- Os compoñentes paraverbais como o volume da voz, a entoación, velocidade ou quenda de palabra.
- Os compoñentes verbais como a escoita activa, inicio, mantemento e remate de conversas, facer e recibir cumpridos, formular unha queixa, identificar e expresar sentimentos e defender os propios dereitos asertivos.



ASOCIACIÓN VIEIRO

6.- LUGAR DE CELEBRACIÓN

Centros de Educación Secundaria

7.- DURACIÓN

8 sesións semanais de 1 hora e media de duración.