

PLAN DE ORIENTACIÓN Y ACCIÓN TUTORIAL**PROGRAMA: Resolución de Conflictos “El rechazo”****DESTINATARIOS: 4º ESO****DETECCIÓN DE NECESIDADES**

El tutor informa de que algún alumno está poco integrado en el grupo clase, lo que dificulta la relación entre los alumnos y se resiente el ambiente de trabajo.

DISEÑO DEL PROGRAMA**OBJETIVOS:**

1. Confrontarse con una situación en la que uno es rechazado y desvalorizado por los compañeros/as, analizando los sentimientos subyacentes a esta situación.
2. Reflexionar sobre distintas técnicas de resolución de la situación problemática, distintas formas de responder al rechazo.
3. Estimular la empatía hacia compañeros/as rechazados/as o marginados/as por el grupo.
4. Fomentar la expresión emocional a través de la dramatización.

CONTENIDOS

1. Análisis de las causas del rechazo y de las emociones que genera.
2. Reconocimiento de las propias emociones, autoconocimiento.
3. Desarrollo de la empatía.
4. Búsqueda de alternativas al rechazo.

ACTIVIDADES CON EL ALUMNADO:

Se le cuenta al grupo la siguiente historia: “Ana tiene problemas en su grupo de amigos. Sus compañeros no le dejan participar en sus juegos, la rechazan. Un día el grupo estaba haciendo planes para acudir el sábado a la fiesta de cumpleaños de Rosa. Ana se acerca al grupo y les dice que le gustaría ir a la fiesta. Una del grupo le responde que no puede ir porque no está invitada. ¿Qué siente Ana en esta situación? ¿Qué podría hacer?”

Dividir el grupo en equipos de 7-8 estudiantes. Listar todas las posibles formas de responder a esta situación conflictiva en la que una persona es rechazada y marginada por los demás mediante un torbellino de ideas.

Cada equipo seleccionará la forma de responder que considera más adecuada, debatiendo las conductas posibles, fase de evaluación de ideas. Cada equipo razonará la solución que considera más adecuada. Debe llegar a un consenso en gran grupo sobre la mejor opción. En caso de no llegar por consenso hacerlo mediante votación por mayoría.

Cada equipo realizará una representación dramática en la que se pone de relieve la solución que han considerado más adecuada. La dramatización debe mostrar brevemente la situación de la historia y la solución seleccionada por el equipo. Al finalizar la dramatización se inicia el debate, fase de discusión.

Después de la dramatización se comentan en primer lugar las soluciones que han representado los equipos y cada equipo informa del razonamiento por el que han considerado esa solución la más correcta, al tiempo que se analizan las respuestas seleccionadas (pasivas, agresivas, asertivas). Posteriormente se leen las otras soluciones propuestas en cada equipo, clarificando si son respuestas asertivas (dice lo que piensa y siente sin herir ni humillar), agresivas (dice lo que piensa y siente humillando e hiriendo) o pasivas (no dice lo que siente o piensa, sometiéndose). El debate y diálogo que genera esta actividad en la fase de discusión es muy interesante y valioso. Es muy importante explotarlo al máximo y estimular la comunicación en el grupo sobre la historia planteada y los sentimientos y emociones que genera.

Como variante, y una vez finalizada esta actividad puede plantearse un debate complementario a partir del dilema del nuevo compañero, en cuyo caso serían 2 sesiones de tutoría.

Dilema del nuevo compañero: “Un día en clase el docente comenta que va a integrarse un nuevo compañero al grupo y que éste es un enfermo de SIDA. Explica los aspectos relacionados con el SIDA, las vías de contagio, y a clara que no ocurre nada por jugar o trabajar con él. ¿Cómo te comportarías tú al llegar el nuevo compañero? ¿Le ofrecerías tu ayuda para que pudiese integrarse en el grupo como cualquier otro alumno? ¿Jugarías con él? ¿Te mantendrías al margen de relacionarte con él? ¿Qué valores están en juego en este dilema? ¿Cómo crees que se sentiría el compañero si fuera rechazado por todo el alumnado?”

Materiales y Recursos: Anexo: Folios y bolígrafos. Materiales para la dramatización.

EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

<u>INDICADORES</u>	<u>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</u>	<u>RESPONSABLES</u>	<u>MOMENTO</u>
<ul style="list-style-type: none"> ○ Adecuación de las actividades a las necesidades de los alumnos. ○ Eficacia del programa en el alumnado: <p>- Grado de satisfacción con las experiencias de aprendizaje que propician las actividades.</p> <p>- Apreciación de cambios en el comportamiento de los alumnos con los compañeros menos integrados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Observación y valoración cualitativa del docente. - Comentarios e implicación de los alumnos en las distintas actividades. 	<p>Tutores /as</p> <p>Alumnado</p> <p>Orientador/a</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Al final de cada sesión - Al final del Programa. - Información posibles ajustes en reunión de coordinación de tutores con orientación.

BIBLIOGRAFÍA

- CARUAÑA VAÑÓ A. (COORD.) (2005) PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA. 2º CICLO DE ESO. ELDA; CEFIRE.

Actividad 1: LA RUEDA DE LA VERDAD	Actividad 2: EL TRUEQUE DE UN SECRETO	Actividad 3: FRASES ASESIONAS
LISTA DE PREGUNTAS	PREGUNTAS PARA DEBATE	FRASES ASESINAS
<ul style="list-style-type: none"> • Ponte un adjetivo que comience por la misma letra de tu nombre. • Si tuvieras que cambiarte de nombre, ¿cuál escogerías?, ¿por qué?. • ¿Quién es tu héroe preferido?, ¿por qué?, ¿y tu heroína?, ¿por qué?. • ¿Quién es la persona que más ha influido en tu vida y por qué?. • ¿Qué recuerdas de cuando tenías 4 años?. • Las mejores vacaciones que has pasado han sido... • Si te concedieran la posibilidad de estar hablando una hora con una persona famosa a tu elección, ¿a quién elegirías?. • Di una cosa que te haga feliz. • ¿Cuál es tu programa favorito de televisión?, ¿y tu grupo musical o cantante favorito? • Si tuvieras que llevarte a una isla desierta sólo tres cosas, ¿qué te llevarías?. • Di uno o varios <i>hobbies</i> que tienes o practicas. • Si te dieran un premio que consistiera en ir a vivir un año al lugar de la Tierra que quisieras, ¿dónde irías?, ¿por qué?. • Di una cosa buena que te haya sucedido hace poco. • ¿Quién es tu mejor amigo/a?. • Si pudieras convertirte en un animal, ¿en qué animal te convertirías?, ¿por qué?. • Si pudieras convertirte en cualquier otra persona del mundo, ¿en cuál te convertirías?, ¿por qué?. • Si pudieras cambiar algo del mundo, ¿qué cambiarías?. • ¿Cuál es la época de tu vida que recuerdas con más alegría?, ¿y la de más tristeza?. • Si te encontraras con un genio que te concediera 3 deseos, ¿qué le pedirías?. 	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo te sentiste al describir tu problema? • ¿Cómo te sentiste al exponer el problema de otra persona? • ¿Cómo te sentiste cuando otra persona relataba tu problema? • A tu parecer, ¿comprendió bien esa persona tu problema? • ¿Consiguió ponerse en tu situación? • ¿Crees que llegaste a comprender el problema del otro/a? • Como consecuencia de este ejercicio, ¿crees que vas a cambiar tus sentimientos hacia otras personas? 	<ul style="list-style-type: none"> - Contigo no se puede dialogar - No haces más que repetir y repetir - Eres un fantasma - No entiendes nada - ¡Siempre haces lo mismo! - Dilo tú, que lo sabes todo - Pareces tonto/a - Eres un/a.... <p>MENSAJES YO Supone hablar en primera persona. Se trata de decir a los demás lo que pienso, como me encuentro yo sin atribuir a los demás lo que pienso o siento: <i>Me siento mal cuando me hablas con ese tono.</i> El <i>mensaje yo</i> es una comunicación respetuosa con quien tienes enfrente, sin reprochar o etiquetar. Los <i>mensajes tú</i> se suelen expresar con mandatos, imperativos y juicios de valor. Con estos comentarios los compañeros se pueden sentir controlados, culpados, juzgados y tratados injustamente. Para poder construir <i>mensajes yo</i> se pueden seguir tres pasos:</p> <p>1º. Describir brevemente la situación o comportamiento que nos disgusta o molesta. Describe sin juzgar. Ejemplo: <i>Cuando me hablas con ese tono de voz me siento ofendido</i> <i>y dolido y ya no tengo confianza para hacer el trabajo contigo.</i></p> <p>2º. Describir las consecuencias o efectos del comportamiento o sentimiento sobre uno (...no tengo confianza para hacer el trabajo contigo).</p> <p>3º Expresar los sentimiento que ese comportamiento o actitud nos causa (...me siento ofendido y dolido).</p>