



PROYECTO DE CATEQUESIS FAMILIAR

CURSO PRIMERO

Tema 1

material complementario
para la
REUNIÓN DE PADRES

EDUCACIÓN EN VALORES

“PEDIR DISCULPAS-PERDONAR”

- VALORES son aspectos concretos a los que les damos una importancia especial, de modo que pasan a orientar lo que hacemos.
- ACTITUD es la disposición que tenemos a pensar y comportarnos de un modo determinado.
- HABILIDAD SOCIAL

HABILIDADES SOCIALES

- **¿Qué es la habilidad social?**

ES la capacidad para relacionarnos libremente con los demás de un modo beneficioso y socialmente aceptado y valorado.

NO ES una característica de la personalidad, sino mas bien un conjunto de conductas.

- **¿Para qué nos sirven?**

Nos sirven para influir en los demás. Conseguimos que sea positivamente si usamos bien nuestras habilidades.

- **Las habilidades sociales.**

¿Cómo se aprenden las habilidades sociales?

- A. El modelado y la imitación.
- B. La enseñanza directa.
- C. Las consecuencias de las respuestas sociales.
- D. La práctica de la conducta social **ADECUADA**.

- Las habilidades sociales y el desarrollo personal

¿Por qué se actúa de manera socialmente inadecuada?

- A. Se carece de respuestas habilidosas.
- B. Se siente ansiedad que le impide responder.
- C. Se autoevalúa negativamente cuando actúa.

-
- D. Discrimina mal las situaciones.
 - E. Obstáculos ambientales restrictivos.
 - F. No está seguro de sus derechos.

DISCULPARSE

HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS

1. Pedir ayuda
2. Participar
3. Dar instrucciones
4. Seguir instrucciones
5. **Disculparse**
6. Convencer a los demás

Todos los seres humanos podemos molestar a las personas que queremos, perder el control y equivocarnos. Cuando esto ocurre, lo mejor es disculparse y reconocer el error que hemos cometido. Pedir perdón ayuda a modificar conductas dañinas para nosotros mismos y para otras personas. Para ello conviene hacerlo con naturalidad y evitar posturas tanto de sumisión como de agresividad.

Disculparse...

- Es admitir la posibilidad de haber cometido un error sin necesidad de calificarse de bueno o malo. Y comprender la conveniencia de pedir disculpas.
- **Para qué sirve:**
 - Para poder dar a conocer y sostener los puntos de vista propios.
 - Poder reconocer y manejar las propias limitaciones y errores.
 - Poder expresar las propias emociones.
- **Aprenden a...**
 - que no tienen por qué tener siempre razón y que, aunque estén equivocados, siguen siendo buenas personas.
 - que hay que admitir un error antes de poder corregirlo, y que corregir errores es importante.
 - que pedir disculpas es difícil, y que hay que ser fuerte para hacerlo.

-
- una muestra de sinceridad, que tal vez no vean en otra parte.
 - que una buena familia repara los malos sentimientos que se producen entre sus miembros.
 - la virtud de perdonar a los demás cuando pierden temporalmente el control.
 - que la disculpa es una forma de reconocer que otra persona es digna de respeto.
 - que no es necesario alimentar rencores porque uno se sienta culpable por algo que ha hecho. Todo el mundo empieza a odiar a la persona hacia la que alberga un sentimiento de culpa.
 - a pedir disculpas a sus padres cuando les han ofendido, y a resolver sus remordimientos y su complejo de culpa.

Cómo educar la habilidad de pedir disculpas

- Ayudarle a detectar sus ideas irracionales, a cuestionarlas y a pedir disculpas.
 - Cuando veamos que tiende a evitar pequeñas situaciones que puede afrontar, ayudarle a afrontarlas.
 - Describirle la conducta errónea, aportándole una razón de porqué debe pedir disculpas, reconociendo sus sentimientos, formulándole claramente lo que se espera de él, reforzándole cuando pida perdón y ayudándole a sentirse bien consigo mismo aun en situaciones de fracaso.
- **El aprendizaje no sólo exige escuchar y poner en práctica, sino también olvidar y después volver a recordar.**

John Gray