

2 de noviembre de 2001

LA COMUNICACIÓN

FÁBULA DE LA OSTRA Y EL PEZ:

¿Cuáles son los elementos claves para iniciar la comunicación?

Son:

- 1.- Acercarte a la persona.
- 2.- Aprender a escucharla para luego poder entender lo que ella quiere decir.
- 3.- Uno tiene que tratar de colocarte en el lugar de ella.

Si nosotros quisiéramos iniciar algún tipo de comunicación, tendríamos que tener claro que hay que darles a entender a la persona con la cuál tratamos, que nosotros tenemos un cierto interés por ellos con la cual intentaremos llegar a un cierto grado de confianza y de esta manera podamos llegar a escucharla y tratar de comprender (tratando de colocarnos en el lugar de ellos) los puntos de vista que está tenga.

LA COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

La comunicación eficaz puede enseñarse y aprenderse no es innata

Consideraciones:

- Es un proceso básico para la supervivencia de cualquier organismo.
- Sin la comunicación no habría aprendizaje, ni desarrollo personal.
- La comunicación es uno de los temas fundamentales para la comprensión del ser humano.
- La esencia del ser humano es dar y recibir información.
- Es un proceso de transmitir u recibir información de una o varias personas a otra diferente. Capacita a los hombres para establecer relaciones entre sí, mediante el empleo de signos y señales.
- Es un proceso de interacción entre seres humanos el cual tiene por objeto el hacer participar a los individuos o a los grupos en la conciencia de algunas cosas.
- Es un proceso o conjunto de procesos físicos y psicológicos mediante los cuales se ponen en relación dos o más personas.

PROCESO DE COMUNICACIÓN:

La comunicación implica varios elementos:

– El emisor o su fuente

- El receptor o su destinatario
- El medio de comunicación o canal, lenguaje verbal o escrito, imagen, música, etc.
- El contenido o el mensaje (ideas o sentimientos)
- El control del mensaje o feedback.

Emisor Mensaje

Codificación Mensaje Descodificación

(ruido)

Por ejemplo:

La comunicación de los médicos es solo decodificada por las personas que están en ese medio. La comunicación de las personas que tienen alguna profesión relacionada con la ciencia es difícil que la decodifique cualquier persona, ya que ellos usan lenguajes técnicos. Pero no solo ellos usan lenguajes poco comunes, también los usa la gente común como lo que voy a mencionar: Las personas de la construcción, grupos de música, gente de campo, amigos de barrio, etc.

PARA TENER SIEMPRE EN CUENTA

Un buen trabajador social tiene que adecuarse siempre lingüísticamente con la persona con la cual esta tratando, para la persona que se trata codifique bien la información que se le esta dando.

Canal

Emisor Receptor

LA COMUNICACIÓN Y DECODIFICACIÓN:

En el caso del lenguaje elaborado la raza humana, son muchas las codificaciones que se articulan entre sí y se superponen.

Son inseparables (comunicación y decodificación).

LEY DEL EMBUDO:

Lo que el emisor quiere decir

Lo que el emisor dice

Lo que el receptor escucha

Lo que entiende

Lo que comprende

Lo que el receptor

Conteste

Lo que se pierde en la comunicación

¿?

Lo que sobra

Hay cosas que el emisor dice, y que el receptor capta pero lo hace por un tiempo temporal, ya que son tantas cosas que dice el emisor que el receptor no es capaz de recepcionar todo, y a esto que le llamamos lo que

sobra, es el adorno del emisor a la comunicación que da.

LEYES DE LA COMUNICACIÓN:

- La comunicación es un proceso susceptible de mejora.
- Cuando el receptor interpreta un mensaje de forma errónea, la responsabilidad de la comunicación correcta es compartida.
- La comunicación es eficaz cuando el emisor se coloca en la situación del receptor (empatía).
- La comunicación parte de la escucha activa.

LA PERCEPCIÓN:

Los procesos de percepción y comunicación forman un sistema. De cada mensaje que nosotros recibimos nos quedamos con lo que más nos interesa.

PRINCIPIOS DE LA COMUNICACIÓN:

- 1.- La imposibilidad de no comunicar.
- 2.- Procesamos la información a través de los cinco sentidos.
- 3.- Aceptamos con más facilidad lo conocido.
- 4.- No existen fracasos en la comunicación, solo resultados.
- 5.- Hay que mantener limpios y abiertos los canales sensoriales (evitar interpretaciones).

COMUNICAR NO ES SOLO HABLAR

...Existen elementos que pueden dificultar la comunicación con otras personas.

- *Estereotipos:* Esquemas en los que intentamos encasillar a las personas.

Ejemplo: Cuando uno ve a un profesor (de estadística) en el Blue bar" y se pregunta que esta haciendo él aquí un día viernes por la noche.

Las personas tendemos a estereotipar a la gente por lo que hace en su vida cotidiana, sin conocerla de verdad, ya que el hecho de ver a un profesor en un bar rompe el estereotipo de los alumnos como el que es siempre conservador delante de sus alumnos, pero solo lo clasificamos por lo que vemos no por lo que es realmente.

- *Efecto Halo:* Uso de un rango particular favorable o desfavorable para colorear todo lo que sabemos de una persona. En esto se suele apoyar de la publicidad del sujeto.

Ejemplo: Si un cantante es bueno se suele decir que él es bueno en todo.

– *Proyección:* Intentar atribuir a las otras creencias que tenemos.

Ejemplo: Mi profesora me suspendió por que es racista (pero tal vez no haya estudiado lo suficiente).

- *Espectabilidad:* La profecía que se autocumple. Es el proceso por el que una persona hace que ocurra

lo que piensa.

Ejemplo: Me voy a caer..... y se cae.

COMUNICACIÓN Y RELACIONES INTERPERSONALES

Toda comunicación ejerce un efecto sobre nosotros mismos y los demás.

Comunicación interior Es imposible dejar de comunicarnos, en pensamientos es constante.

Comunicación exterior Con los demás.

EXISTEN DOS TIPOS DE CONDUCTAS:

- Macroconducta: Es manifiesta fácilmente observable: conducir, hablar....
- Microconducta: Fenómenos más útiles sutiles, aunque igualmente importantes: el ritmo cardíaco, dilatación de las pupilas, el color (los cambio de la piel). Para percibir la microconducta es fundamental ejecutarse en la observación en un proceso denominado calibrar.

...ALGUNOS SIGNOS EXTERNOS A OBSERVAR:

- Ritmo de la respiración.
- Posición de la respiración (alta, media o baja).
- Tonalidad de la piel.
- Dilatación de los poros.
- Posición del cuerpo, gestos.
- Pequeños movimientos, inclinaciones de la cabeza.

...Y EN LA CARA:

- Ritmo cardíaco (cuello, parte lateral de la frente)
- Movimiento de la nariz.
- Movimiento y tamaño de los labios.
- Dilatación y contracción de las pupilas.
- Movimiento de los músculos del de las mandíbulas.
- Movimiento de los ojos y velocidad de los párpados.

OBSERVAR Y CALIBRAR

MODELOS DEL LENGUAJE NO VERBAL:

– *Técnica de acompasamiento:*

Cuando las personas se gustan, se parecen (en algo) y se gustan... , cuando existe una buena comunicación entre dos individuos surge naturalmente una especie de mimetismo en la conducta. Ambos tienen actitudes similares y eso beneficia la relación.

- *Congruencia e incongruencia:*

Existe congruencia cuando se armonizan las conductas y e incongruencia cuando ocurre lo contrario.

- *Para facilitar el acompasamiento:*

* Establece entre los interlocutores una distancia cómoda para el otro.

* Reflejar la postura.

* Reflejar los movimientos y la dirección de los gestos.

* Mantener la cabeza a la misma altura.

* Reflejar el tono de voz, ritmo y tono.

* Usar palabras o frases repetitiva.

* Distancia para sentirse cómodos y que sean más

utilizadas por dicha razón.

– *Distancia público* : 2 ó 3 metros.

– *Distancia social* : 1 metro.

– *Distancia amigos* : 1 metro o 45 cm.

– *Distancia íntima* : Mucho menos de 1 ó 45 se lo aseguro

* *Elementos importantes para la comunicación:*

La mirada, la altura, expresión corporal, la distancia, las interrupciones, el grado de comodidad.

• *Modos de transmitir la formación no verbal:*

* *Cabeza* : ojos, manos... estar relajado.

* *Mantenerse* : confianza en uno mismo.

erguidos

* *Distancia* : los ojos están

lejos no se comunican igual a los que están cerca.

* *Gestos* : muchos: interés: pocos: nada de interés.

* *Tono de voz* : mobiliario, espacio en el *factores* que nos encontramos, *ambientales* temperatura, luz.

* *El vestido*

* *La apariencia* : es muy polémico porque no a todos los importa tanto.

* *Retrasos* : da imagen de persona descuidada y de menosprecio a los otros.

* *El reloj* : Mirar mucho el reloj da mala impresión, imagen de aburrimiento e impaciencia.

EL VOLUNTARIADO

Es un ejercicio con la ciudadanía, en la cual trata de que sea lo más participativa posible, adquiere un máximo significado desde los conceptos de solidaridad y justicia. Es un compromiso de libre elección, no es obligado.

LA PARTICIPACIÓN:

Supone una implicación personal en la detección y denuncia de los problemas sociales. Así el voluntariado es la participante de la sociedad ante los problemas sociales.

- *Características:* El impulsor del voluntariado fue el ministerio del trabajo y Asuntos sociales. Colaboraron siete departamento ministeriales de las comunidades autónomas.

El art. 9,2 de la constitución indica que corresponde a los poderes públicos.

CONCEPTOS:

Conjunto de actividades de interés general, desarrolladas por personas físicas con carácter altruista, solidario, libre y gratuito; excluyendo de este concepto actividades que se realizan en virtud de una relación laboral.

Áreas: – Sensibilización.

- Promoción.
- Apoyo.
- Coordinación.

Ley 4/1998, del 15 de Mayo, del Voluntariado de Canarias

El propio estatuto de autonomía de Canarias propicia el Voluntariado ante los conflictos sociales como una vía de acción.

En España hay existen más de 1100 ONGS.

En España de 1000 trabajadores 18 están dedicados a las ONGS. En la UE son 38 ONGS; en EE.UU. son 50 y en Noruega son 120.

En las Financiaciones de las ONGS, el presupuesto medio esta

alrededor de los 80 millones de pesetas y la mitad de sus ingresos provienen de inversiones públicas.

Los recursos humanos han aumentado con un crecimiento anual del 5,3%.

LA OBSERVACIÓN

Es una técnica de aprendizaje, para recoger información sobre la realidad social.

LA OBSERVACIÓN COMO TÉCNICA CIENTÍFICA:

Se convierte en una técnica cuando:

- 1.- Tiene formulado un objetivo de información.
- 2.- Cuando sabemos que cosas vamos a observar.
- 3.- Anotamos lo que queremos observar.
- 4.- Cada persona debe tener las mismas comparaciones.

Observaciones sistemática: Se refiere a la observación y registro.

Procedimientos de investigación desde la observación:

- Selección del problema a investigar.
- Definición del universo que se va a observar.
- Muestreo para la selección de la muestra representativa.
- Desarrollo de los instrumentos.
- Organizaciones de las observaciones directas en el campo.
- Tratamiento de los datos.
- Elaboración del informe.

Notas de campo: La forma más común de registrar lo que se está observando son las notas de campo. Lo que se trata de anotar en ellas es lo siguiente:

- 1.- Los participantes y visitantes.
- 2.- El ambiente.
- 3.- El objetivo.
- 4.- El comportamiento social.
- 5.- Frecuencia y duración.

Estas notas deben ser exhaustivas y exactas.

16 de Noviembre de 2002

LA COMUNICACIÓN ORAL

La vida en convivencia exige que nos comuniquemos unos con otros y en este sentido, que todos hablemos en público:

- Dar una conferencia.
- Pronunciar un discurso.
- Participar en una asamblea.

¿CÓMO HABLAR EN PÚBLICO?

- No hay recetas.
- Se aprende haciendo.

- La gente sabe que decir, el problema se plantea en relación al como organizar las ideas y como decir lo que sabe.
- Ciertas cualidades o dones naturales predisponen determinadas personas a la palabra pública:
- Seguridad en sí mismo.
- Rasgos más o menos simpáticos.
- El timbre y la potencia de la voz.

TRES CONDICIONES BÁSICAS PARA HABLAR EN PÚBLICO:

- Tener la personalidad bien definida : aprender a ser.
- Tener algo que decir de un tema : aprender a aprender.
- Saber como decir : Aprender a hacer.

La preparación:

La preparación remota : Se trata de la provisión de recuerdos, imágenes, conceptos, etc.

La preparación inmediata : Ojos, oídos y acción.

*Ojos : Lectura del otro.

*Oídos : Escuchar a otros oradores como forma de ayuda.

*Acción: Ensayar.

Obstáculos psicológicos a la comunicación:

- *Miedo* : Es normal.
- *Timidez* : Remedios (desconfiar de los estimulantes).

Los remedios de la timidez:

- Lanzarse al agua.
- Controlar la mecánica corporal.
- Saber bien el tema que uno tratará
- Desarrollar actitudes mentales de sostén:
- Actitud de ansias por ofrecer y procedes con confianza en sí mismo.

Condiciones y cualidades de un buen orador:

- No se nos enseña a hablar en público.
- *Cualidades:*
- Sinceridad.
- Humildad.
- Paciencia.
- Coraje.
- Etc.
- *Condiciones:*
- Naturalidad.

- Claridad de las ideas
- Facilidad de expresión.
- Memoria.
- Sensibilidad.

Elaboración de un buen discurso:

El tema : ¿De que se va a hablar?, se hablará de lo que se sabe.

Comenzará por hacer un plan (el arquitecto con plano de una casa).

Cuatro cosas para no olvidar antes de una para la preparación:

- Acopio de materiales.
- Selección y ordenamiento de los materiales.
- Maduración y reflexión del tema.
- Organizar la conferencia o discurso:

1.- Introducción (anunciar lo que se hablará).

2.- Decir lo que se va a decir (cuerpo).

4.- Final (decir lo que se ha dicho).

Introducción o Exordio:

- Enunciar el tema.
- Conseguir la atención del auditorio con:
 - Seguridad pero sin pedantería.
 - Creando cierto suspense (historia; pregunta).
 - Enunciando los objetivos claramente.
 - Adoptando una actitud sinceramente cordial, abierta y de servicio.
 - Supone un 10 % del tiempo total.

El Cuerpo

Debe tener : – Unidad (relación con el tema).

– Orden lógico.

- Progresión (ir de lo más simple a lo más complejo).
- Transición.

Para el final del discurso:

- Resumir y repetir las grandes líneas del discurso.
- Se debe resaltar lo más importante.
- Supone un 10% del tiempo total.

EL SECRETO DEL ARTE DE EXPRESARCE:

- Se dice lo que se va a decir.
- Se dice.
- Se dice lo que se ha dicho.

Presentación:

Las ideas hay que presentarlas, es decir, dar el discurso (transmitir el mensaje).

No basta con el conocimiento del tema, es preciso escuchar y hacerse comprender (comunicarse).

Discurso:

- Leído (no es lo más adecuado).
- De memoria (no conviene, ya que las fugas siempre son posibles).
- Con esquemas (es más acertado, ya que une el vigor con la elasticidad).
- Nada chuletas grandes (de preferencia, con la medida de la mitad de un folio).

Cuando se lee un discurso:

Para lograr una mayor y mejor comunicación conviene.

- Mirar al público.
- Leer como si no se leyera (leer una frase y apoyándose en la memoria inmediata, repetirla en voz alta).
- En lo posible que no se vean las notas o los folios.
- Que la letra sea legible y grande. Subrayando con colores, de modo que salte a la vista lo más importante.

Característica de la oratoria moderna:

El lenguaje dinámico : Frases cortas, vocabulario sencillo, sentido de lo práctico.

Los lenguajes del escrito : El sentimiento (creer en lo que se dice), la emoción, el humor, la ironía, la exageración intencionada.

La evolución (la voz) : El tono, la intensidad y el timbre.

Los gestos : Hablamos con el cuerpo: Un orador sin gesto es una obra inconclusa, El gesto puede llegar a donde las palabras no llegan.

23 de Noviembre de 2001

HABILIDADES SOCIALES EN LA COMUNICACIÓN Y EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES

Habilidad social

Capacidad que las personas tienen para relacionarse con los otros de forma exitosa.

Premisas:

- Los seres humanos somos seres sociales ó animales sociales y por lo tanto la comunicación interpersonal es una parte esencial de la actividad humana.

- El estudio de las habilidades sociales es muy frecuente.
- Es frecuente encontrar personas altamente cualificadas en su trabajo, pero no interactúan correctamente.
- Pocos trastornos psicológicos habrá en los que no estén implicados en el ambiente social que rodea al sujeto con esos problemas.

Antes del concepto:

No hay una definición universalmente aceptada. Existen diferentes términos:

- Personalidad exitatoria.
- Conducta asertiva.
- Competencia personal...

La habilidad social tiene que ver con lo social y lo

Habitual conjuntamente compartido.

El individuo trae a la situación sus propias actitudes, valores, creencias, capacidades, etc.

No hay una manera correcta de comportarse que sea universal.

LA CONDUCTA AFECTIVA:

Dos personas pueden comportarse de modo diferente en una misma situación y ser consideradas ambas respuestas con el mismo grado de habilidad social.

CONCEPTO:

- La conducta que permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los de los demás.
- Es la expresión adecuada, dirigida hacia otra persona de cualquier emoción que no sea la respuesta de ansiedad.
- El grado en que una persona se puede comunicar con los demás de manera que satisfaga los propios deseos.
- Aquellas conductas aprendidas que ponen en juego las personas en situaciones interpersonales para obtener o

mantener reforzamiento del ambiente.

ALGUNAS CARACTERISTICAS SEGÚN ALBERTI:

- Es inerte a la conducta, no a la persona.
- No es universal, es propia de la situación de las personas.
- Depende del contexto cultural.
- Cada persona es libre de escoger sus propias actitudes.
- No es dañina.

DIMENSIONES CONDUCTUALES:

Según Lozano (1973), las principales clases de respuestas que abarcaban las habilidades sociales, (aserción),

eran cuatro:

- La capacidad de decir que no.
- La capacidad de pedir favores hacer peticiones.
- La capacidad de expresar sentimientos.
- La capacidad de iniciar, continuar y terminar conversaciones.

Más ampliamente se puede decir:

- Hacer cumplidos.
- Aceptar cumplidos.
- Hacer peticiones.
- Expresar amor, agrado o afecto.
- Iniciar y mantener conversaciones.
- Defender los propios derechos.
- Rechazar peticiones.
- Expresar opiniones y desacuerdo.
- Expresar justificado: ira, disgusto.
- Pedir cambio de conducta otros.
- Disculparse, admitir ignorancia.
- Manejo de las críticas.

Para ser socialmente hábil, es necesario controlar cada una de estas capacidades, ya sean innatas o bien entrenadas.

TÉCNICA DE EVALUACIÓN:

Sirve para valorar las capacidades propias como ajenas algunas de estas técnicas son:

- Análisis funcional de la conducta.
 - El enfoque crítico conductual.
 - La medida de autoinforme (M.D.A)
- M.A.A. Medidas de la habilidad social.
- M.A..I. Medidas de ansiedad social.
- M.A..I. Medidas cognitivas.
- De la entrevista
 - La evaluación de los demás.

ENTRENAMIENTO DE LAS HABILIDADES SOCIALES:

Es el intento directo y sistemático de enseñar estrategias que mejoren la relación de un individuo con los demás.

El proceso debería implicar, en su desarrollo 4 elementos de forma estructurada.

- 1.– El entrenamiento de las habilidades.
- 2.– Reducción de la ansiedad.

3.- Reestructuración cognitiva (Si piensas algo de alguien no te puedes relacionar igual).

4.- Enfrentamiento en la resolución de los problemas.

Entrenamiento en modificaciones sociales

Formas:

1.- Ensayo de conducta (ensayar situaciones concretas).

2.- Modelado (entrenar las habilidades a través de la gente más relevante a nuestro entorno).

3.- Retroalimentación.

4.- Tarea para la casa.

5.- Técnicas cognitivas

- Etcétera.....

Aplicaciones de las HHSS ó entrenamiento de las habilidades sociales:

- Ansiedad social.
- Depresión.
- Esquizofrenia.
- Problemas de pareja.
- Otros problemas (drogodependencia, conducta antisocial, delincuencia juvenil, problemas relacionados).

Tipos de Pensamientos:

Spivaky y Shuze identificaron estos aciertos como pensamientos que son necesarios para resolver los problemas interpersonales.

Los cuales son:

Pensamientos causal Es la capacidad de determinar la causa de un problema.

Pensamientos alternativo Es la capacidad de buscar el mayor numero de soluciones para un problema.

Pensamientos Consecuencial Capacidad de prever las consecuencias de algo.

Pensamientos Medios-fin Capacidad que supone saber trazarse objetivos, saber analizar los cursos.

Pensamiento de perspectiva Habilidad cognitiva de ponerse en el lugar de otro.

HABILIDADES SOCIALES Y ACERTIVIDAD:

Acertividad : Es decir con sinceridad lo que pensamos, lo que parece justo pero sin faltar el respeto a los demás.

Agresión : Violencia tanto física o verbal, para imponer una forma de pensar.

Inhibición : No defender sus puntos de vista, se deja llevar por los demás.

El punto medio entre agresión y inhibición es la Acertividad.

21 de Diciembre de 2001

TRABAJO EN EQUIPO

Son conjuntos de acciones coordinadas y confrontadas

realizadas por un grupo de personas comprometidas ante una tarea y un objetivo común.

EQUIPO DE TRABAJO:

Es un grupo de trabajo que se estima de 5 a 12 personas, los cuales comparten unos objetivos en común.

Para que el equipo funcione, tiene que haber una cooperación de todos para lograr el objetivo que tienen en común.

LEYES DE FUNCIONAMIENTO.

– La ley del todo : La totalidad es más que las suma de las partes.

– La ley de la : Cada persona es corresponsable a

Corresponsabilidad partes iguales de las tareas de trabajo. No vale la inhibición.

– La ley de la : Los aspectos de una parte del grupo coprotección que no este en estado de trabajar y el grupo ayuda dándole una mano a quien en ese momento lo necesita.

– Ley de la : Comunicación interactiva no circular. Interacción

Condiciones para trabajar en grupo:

- Tener los objetivos claros.
- Un clima facilitador (cohesión y confianza).
- Acuerdos mínimos.
- Comprensión y aceptación del rol y responsabilidad que le han designado.

Ventajas del trabajo en grupo:

- Facilitar la tarea.
- Diversidad de opiniones – una opinión más amplia.
- Es una medida para generar opiniones.
- Capacidad de afrontar con más éxito.
- Legitimidad de las decisiones tomadas.

Desventajas del trabajo en grupo:

- Falta de experiencia.
- Falta de comunicación.
- Espacios inadecuados.

- Carecer de muchas normas.
- Mala asignación de los roles.
- Negar y evitar conflictos.
- Decisiones tomadas por pequeños grupos.

Los roles:

Es la función que las personas desempeñan en un grupo y que las otras personas se hacen expectativas de lo que va a hacer, esto se puede confundir con la personalidad, pero son cosas totalmente distintas.

Tipos de roles:

- El resolutivo : Es el que deja concluidas las cosas.
- El evaluador : Evalúa todas las sesiones.
- El impulsor : Es aquel se le ocurren las ideas.
- El finalizador : El que limita el tiempo.
- El secretario : Que siempre toma nota.
- El Complementador

Problemas de grupo:

Condiciones para resolverlos:

- Motivación.
- Equilibrio de poder (ganar a todos).
- Nivel de tensión adecuado.

Manejo de conflictos:

- Diagnosticar, definir lo que pasa y sus causas.
- Iniciar una confrontación, poner la solución.
- Escuchar.
- Seleccionar la solución.
- Implantarla.
- Evaluar los resultados.

Actitud en el manejo de conflictos:

- Evitar los prejuicios y estereotipos.
- Mantener la objetividad.
- Ser flexible y abierto.
- Controlar el vocabulario.
- Atenerse a los problemas.
- No presentarlo como ganadores y perdedores.

Un ejemplo de lo de toma de decisiones, es la actividad de la Herencia, consiste en repartir una herencia y seguir al criterio del grupo.

- Repartir las ideas y hacer opinar al grupo para tomar una decisión.
- Por votación democrática.
- Por consenso.

LOS GRUPOS

Orientación:

- Aclarar los objetivos del grupo y la forma de trabajo.
- Proporcionar situaciones para que los miembros del grupo se conozcan.

Establecimiento de normas:

- Responsabilidad del buen funcionamiento del grupo compartida.
- Comunicación y diálogo.
- Cooperación.
- Toma de decisiones por consenso.

Soluciones de conflictos.

- Favorece la comprensión y aceptación de que existe un conflicto y busca soluciones.
- Al haber más intimidad aparecen las diferencias y los conflictos.

La eficiencia:

- Los miembros se sienten parte del grupo.
- Es satisfactorio para todos y se cumplen los objetivos.

Final:

- Una vez cumplidos los objetivos se separan sus miembros.

Los objetivos grupales:

- Deben actuar como elemento de cohesión.
- Conocidos y aceptados por todos.
- Es preferible que salga por todos.
- El grupo debe tener en cuenta si necesita ayuda para alcanzar los objetivos, y ofrecer alternativas para lograrlos.

Elementos que favorecen la comunicación en los grupos:

Actitud empática, comprensión, ponerse en el lugar de otro.

La retroalimentación o Feedback:

Es el proceso por el cual se informa al otro del impacto que causa su conducta o su palabra.

¿Qué es rol?

Es la función que cada uno realiza en grupo y que los demás esperan de él.

Liderazgo:

Es el líder, el cual influye sobre sus compañeros de grupo, tanto de manera positiva como negativa.

En los grupos democráticos, se trata de que el líder se elija por un consenso y que se vaya cambiando esporádicamente, para que todos lleguen a ser el líder de grupo.

Toma de decisiones por consenso:

- Se formula un problema.
- Cada persona cede algo.
- Se busca una alternativa aceptada por todos.

Tipos de animador:

Estilo autoritario : Es aquel que impone un plan, crítica las conductas, favorece a algún miembro o grupito del grupo.

Estilo democrático : Propone procedimientos y asegura la participación de todos los miembros.

Estilo Laisser-Faire : Es el que informa lo que hay que hacer, interviene solamente si se lo piden (en general no interviene).

LA OBSERVACIÓN

Concepto:

Consiste en un conjunto de método que comparte en forma directa la observación y lo ven desde un modo natural.

Los datos se recogen cuando ocurren los sucesos, esto no descarta la posibilidad de que se pueda grabar y analizar.

La observación como técnica científica:

La observación se convierte en científica cuando:

- Se tiene formulado un objetivo de investigación.
- Se plantea sistemáticamente.
- Se registra sistemáticamente.
- Se somete a comparaciones y controles sobre su validez y fiabilidad.

Ventajas de la observación:

- Es un experimento que controla lo que esta aconteciendo. Los somete a una serie de condiciones, y los manipula para ver como varía y evoluciona.
- La observación se distingue del sondeo y la entrevista formal por su política de inmediatez que pretende llegar directamente o indirectamente a los fenómenos mismos.
- La observación intenta evitar la distracción artificial del experimento y la medición entorpecedora de la entrevista.
- Su potencialidad para descubrir variables significativas y relaciones básicas entre variables.

Desventaja de la observación:

- Muchos fenómenos no son observables directamente, solo con una entrevista con detenimiento.
- Otros fenómenos se hablan dispersos, no basta con observarlos.
- A veces el fenómeno, guarda alguna relación emocional con el observador.

Tipos de observación:

Observación sistemática:

- Se refiere a la observación y registro de un acuerdo con procedimiento explícito, de comportamiento y acciones sociales específicas.
- Se adopta unas reglas de procedimiento que permitan usar la lógica científica.
- Se aplica cuando queremos observar el comportamiento en situaciones públicas.

Muestreo:

Lo más frecuente en la observación sistemática son:

- Temporal continuo : Es cuando uno contempla un suceso durante todo su transcurso. Se usa para sucesos de corta duración.
- Puntual : Cada cierto tiempo se recoge lo que está pasando, su ventaja es economizar tiempo. Se usa para sucesos de larga duración.
- De intervalo : Se observa el comportamiento durante un periodo corto, se debe usar si el suceso es breve.
- De acontecimiento : Es cuando se esta observando un acontecimiento en presencia de otro.

Tipos de observador:

- Observador completo : Su estatus no es conocido por los observadores.
- Observador participante : Es conocido por la gente, pero además participa en la acción.
- Participante Completo : Es el que interactúa con los demás, sin que ellos se den cuenta de que lo están investigando (ejemplo cuando la policía se hace pasar como callejero).
- Participante como : Los observados saben su estatus, pero el no participa en la acción.

Diseño de la investigación:

Cuestiones sustanciales : Se refiere a cuestiones relacionadas con problemas específicos de un particular tipo de escenario.

Cuestiones teóricas : Relacionadas con los problemas sociológicos esenciales tales como la socialización y el control social.

Selección de los escenarios:

El escenario ideal: es aquel en el cuál el animador tiene un fácil acceso, donde se relaciona con los informantes y recoge los datos directamente.

Acceso a las organizaciones:

Acceso a los escenarios públicos: No presenta ningún problema para acceder, pero la dificultad es que el observador sepa interactuar con los informantes.

Acceso a los escenarios privados: Se usa una técnica llamada Bola de nieve, con la cual el investigador interactúa con un número pequeño de gente que compone el grupo con el cual se quiere relacionar, y cuando se ha ganado la confianza de ellos pide conocer al resto.

Como ganarse la confianza:

- Acomodándose a lo que hacen.
- Establecer lo que se tiene en común con ellos.
- Ayudando a la gente.
- Siendo humilde.

Las preguntas:

- Que no sean directivas y que no impliquen juicios de valor.
- Se centra en un foco cuando los observadores adquieren un conocimiento y comprensión del escenario.
- Poner a prueba los tabúes, piden interpretaciones y conclusiones.

Notas de campo:

Su función es recoger lo observado.

Los participantes : ¿Quiénes son?, ¿Tienen relación?, ¿Cuántos son?.

El ambiente : ¿Dónde ocurre?, ¿Cuál es su aspecto?.

El objetivo : ¿Propósito de los participantes?.

El comportamiento : ¿Qué hacen y como lo hacen?, ¿Con

Social : quién lo hacen?.

Frecuencias y : ¿Cuándo tuvo lugar?, ¿Cuánto duro?,

Duración ¿Con qué frecuencia ocurre?.

Codificar:

Atribuir significado a los hechos que observan.

Informe.

- Se sitúa el concepto, antecedente histórico y ámbito social.
- Señala los ámbitos de interés, descubiertos a lo largo del trabajo.
- Resúmenes, entrevista e historias.
- Transforman datos, descritos en elementos significativos integrados en un marco teórico explicativo.

TÉCNICAS ADMINISTRATIVAS

Concepto:

Herramientas que se usan para comunicarse por escrito.

Los más utilizados son:

- Oficio : Referente a los asuntos entre individuos de una o varias cooperaciones, no de los individuos a la cooperación.
- Certificados : Se expide para dar por ciertos algunas cosas.
- Autorización : Se le da a las personas la autoridad o facultad de hacer algo.
- Saluda : Se redacta en 3ª persona, cursan una invitación, el reino de algo, etc.
- Instancia : Se dirige a una personalidad, en la que se solicita algo.
- Carta : Es de carácter privado, una persona se la envía a otra para comunicarse con ella.
- Convocatoria: Señala el día, hora y personas

Orden del día convocadas a una reunión.

El orden del día se indica los aspectos que se van a estudiar.

- Acta : Relato fiel, formal y exacto de una reunión.
- Curriculum : Su objetivo es el de conseguir trabajo,

Vitae Recoge: datos, personas, estudios realizados, cursos, etc. Todos nuestros logros que hemos hecho a lo largo de nuestra vida se resumen a unos simples folios.

Técnicas de registros y análisis bibliográficos:

Fichas bibliográficas

- Apellidos y nombres del autor.
- Título, edad, población, año, edición.
- Tema.
- Página.

Citas bibliográficas: Refleja una idea, pensamiento, lectura, autoridad, etc. Los datos varían según como lo expongas, a pie de página, al final del capítulo y en la bibliografía.

Criticas de libros: – Datos bibliográficos.

- Resúmenes temáticos.
- Valoración.



DIARIO DE CAMPO

Día 19 de octubre del 2001

PRIMER DÍA

Este fue el día de la presentación de la asignatura de Prácticas de trabajo social.

Tardamos un poco en organizarnos, para dividir la clase en 4 grupos iguales. Pero a pesar de que las profesoras lo habían preparado todo con antelación, a la hora de exponerlo al curso hubo cambios considerables con lo que ellas tenían. Después con el paso del tiempo (1:30 p.m. aprox.) se logro aquella esperada división. Y ahora ya sabia (hasta por ahí no más) quien era mi profesora, ya que al pasar la lista no me habían nombrado. Cambiamos con la nueva profesora el orden de las sillas y las pusimos en semi circulo para que todos nos veamos las caras. Después de ese momento llego la hora de presentarnos (lo cual para mi no es muy difícil) empezamos con una actividad de grupo, que se trataba de memorizar los nombres, no resultado, pero sirvió para romper el hielo. Luego Berta puso las cartas sobre la mesa con la asignatura y nos pregunto que expectativas teníamos con esta carrera, y cada uno dijo el motivo por el cuál estaba estudiando la bonita carrera de Trabajo social.

Nos fuimos a las 2:30 p.m. y en ese mismo día ya teníamos dos tareas para la casa (Años que no me daban algo por el estilo), las cuales eran:

- Hacer un escudo de armas, y poner 4 caract. personales.
- Hacer un plano de la casa, y marcar dos lugares; uno en el cual pasara el mayor tiempo y en el que me gusta estar.

Y ese día Berta nos aviso que el próximo viernes no teníamos práctica con ella, sino con Carmen Barranco (y ahí no me gusto la idea ya que como estuvo en la clase de presentación....).

Viernes 26 de octubre de 2001

SEGUNDO DÍA

En este día nuestra profesora, Berta, no pudo asistir a clases.

La cual no las impartió Carmen Barranco, que es profesora del otro grupo.

La primera hora parecía no terminar nunca, nos dio el tema de fuentes documentales y después nos dividió en dos grupos, los cuales tenían que en la mitad del tiempo que sobraba a la sala de informática (ya que nos había dado unas direcciones) y la otra mitad a la biblioteca.

Yo vi a todos repartidos por la facultad, pero muy pocos en el aula de informática, ya que no sabían usar los ordenadores y la otra dificultad que estaba todo lleno y no se podía ocupar el ordenador tranquilo.

Luego subimos otra vez a clases y terminamos el tema y nos fuimos.

Viernes 12 de noviembre de 2001

TERCER DÍA

La tarea que había mandado hace ya dos semanas había que entregarlo, el cual ese día no entregamos pero si lo comentamos entre los alumnos en grupos de 3.

Este día fue el que más me a gustado de todos, ya que con las actividades que hicimos con la clase fueron muy divertidas y poco monótonas, expresamos el tema de la Comunicación Interpersonal.

Esta clase me sirvió mucho para saber que carrera quiero seguir y en que modalidades.

Bueno al final acabamos haciendo un cuestionario sobre la comunicación, y lo entregamos al final de la clase.

Y la pequeña tarea de todo los viernes, en este los hizo rellenar un cuestionario.

Viernes 9 de Noviembre de 2001

CUARTO DÍA

En esta clase nos íbamos a la feria del voluntariado que comenzaba a las 10:00 a.m. Tuvimos poco tiempo en el aula, en el cuál ella no enseñó conceptos del Voluntariado (era para no llegar no sabiendo nada). Llegamos aprox. a las 11:00 a.m. y nos pusimos a recorrer la feria con materiales de publicidad hasta los pies, en el grupo que estaba yo (que por cierto ella nos separó en grupos de 6) no me relacione con ellos en la feria. Por mi parte se paso muy bien con la gente y fue una interesante feria. Ese día yo me fui aprx. A las 3:00 de la tarde.

Viernes 16 de Noviembre de 2001

QUINTO DÍA

A la primera hora expusimos el trabajo de la feria del voluntariado, Para primer trabajo fue muy caótico, ya que estábamos recién llegando y el trabajo a la mayoría no le salió bien, pero ahí seguimos con la presentación.

Terminado la presentación seguimos con la expresión oral, y nos mandó de tarea, hacer un discurso sobre lo que conocamos mejor.

Al ya casi terminar la clase nos paso (Berta) un folio lleno de preguntas de actividades y teníamos que rellenarlo con las actividades que hace la gente de la clase, fue divertido, todos corriendo de un lado al otro, en realidad parecía una feria, aprendí en ese momento el nombre de montón de gente a la cual nunca le había hablado y me gusto, aunque ahora no me acuerde casi de ninguno. Y así término esta sección.

Viernes 28 de Noviembre

SEXTO DÍA

En este día Berta nos explicaba el tema de las habilidades sociales, en el cual me di cuenta que muchos de mis comportamientos son asertivos, pero también la minoría de éstos son: agresivos y inhibidos.

Al final de la hora expusimos 6 compañeros nuestros discursos personales, yo hable de mi guitarra, pero la exposición no me ayudo en nada, ya que todo lo que había preparado no lo pude decir por el simple motivo de haber sacado la guitarra y ponerla en las piernas, ya que así me pidieron que cantara (justo un día que estaba enfermo y cante pésimo, aparte que eso no es lo que yo canto, lo mío es otro estilo Black Metal). Y así terminé este día.

Viernes 30 de Noviembre

SETIMO DÍA

Hoy es día de huelga, se iba a formar una cadena humana desde Ancheta hasta los rodeos en cotra de la LOU.

Berta hoy nos dijo que podíamos ir, pero que nos quedaríamos atrasados y que tendríamos que presentar un trabajo y por mayoría dijimos que sí. Este día expusieron 3 discursos ante de irnos, al final de la universidad nos fuimos como a las 10:30 p.m. directo a la manifestación (Algunos).

Viernes 17 de Noviembre de 2001

OCTAVO DÍA

Solo al empezar la clase Berta nos separo (en los grupos que ya habíamos hecho) para empezar el trabajo en grupo, nos paso unas guías para preparar el trabajo de las habilidades sociales, y en esa clase hicimos un monton de actividades con relación al tema (salía cada cosa en las guías, que nos reímos de una manera) aprendí bastante ese día .

Y la tarea del día fue hacer un arbolito con nuestras habilidades innatas y las trabajadas.

Viernes 14 de Diciembre de 2001

NOVENO DÍA

Hoy hay huelga a las 12:00 p.m. en el cabildo, hablamos con Berta la cual nos dejo ir. Pero teníamos que hacer un trabajo en navidades ya que estabamos atrasados.

Empezamos exponiendo los trabajos de grupo, nos sentaron al frente de la clase a los 5 grupos que iban a exponer, yo expuse las Técnicas de comunicación, pero no se de que lo que iban los demás grupos ya que estaba nervioso y no quería desconcentrar de lo que quería exponer.

Después de la exposición, hicimos un ejercicio de El caso de la revista ELLE el cual lo realizamos con la Técnicas de Casos que es la que más usa Berta. Y nos fuimos a la manifestación.

Viernes 21 de Diciembre de 2001

DÉCIMO DÍA

Es el último día antes de las vacaciones de Navidad, para este día estaba organizada la fiesta de navidad y el amigo secreto.

Nada más llegando se empezaron a colocar la comida en un lugar y los regalos en una bolsa.

Berta explico un tema, el de Trabajo en equipo bastante ágil y con rapidez ya que comenzaba a las 12:00 p.m. la fiesta, empezo Berta a repartir los regalos a la gente y terminado colocamos la mesa con las cosas, comimos que ni te cuento, y más encima todavia no llegaba el otro grupo y ya estaba casi todo acabado hasta que llego el otro grupo y trajieron más cosas y ese día estuvo super bien ya que casi nunca se tiene la oportunidad de compartir con la mayoría de los compañeros.

Y Berta ese día nos dio un Regalito de Navidad el cual fue, traer para el próximo viernes que nos toque con ella un trabajo que consistia en: Un acta y dos técnicas administrativas.

11 de Enero de 2002

UNDÉCIMO DÍA

Hoy llegue a clases empapado por la lluvia, y estaban viendo un vídeo del Norte y el Sur, estaba muy bueno e interesante, ya que hacían comparaciones entre los países pobres con los ricos, era muy real, lo que hacia era llegar a la gente y decir ¡¡Mi madre en este mundo vivimos!! Y la gente de la clase se dio cuenta lo que esta pasando hoy en día y me gusto mucho eso ya que a veces la gente está ciega no porque no quiere ver si no porque no la dejan ver esas realidades y eso pasa porque como la gente esta acomodada no la quieren hacer sentir mal ni afectar su moral, ya que se preguntarían ¿Y porqué están así? Y el estado tendria que admitir que los países ricos, son ricos gracias a los pobres.

1

