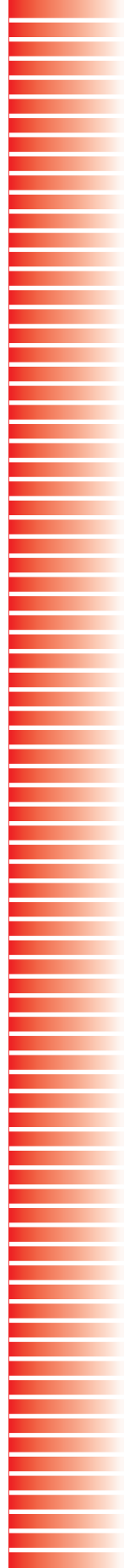


ANEXO III
FORMACIÓN DE ALUMNOS AYUDANTES
ENERO Y FEBRERO DE 2007



Este es un resumen de lo que hemos trabajado y aprendido en los dos días de formación. El jueves 25 de enero y el viernes 2 de febrero de 2007, 22 alumnos de 2.º de ESO; el viernes 26 de enero y el jueves 1 de febrero 21 alumnos de 1.º de ESO.

PRIMER DÍA. (1.º: viernes 26 de enero, 2.º: jueves, 25 de enero)

1. Nos presentamos

Nos presentamos diciendo nuestros nombres y porqué nos llamábamos así. Después, durante el resto de este día y de el siguiente, hicimos otros juegos, algunos para repasar los nombres (estoy aquí sentado y amo muy en secreto a) y otros para reírnos un poco.

2. Rellenamos un cuestionario de habilidades sociales

Rellenamos un cuestionario de habilidades sociales útiles para desempeñar nuestra tarea de alumnos ayudantes. Una vez relleno comentamos cuáles de ellas nos parecían más importantes, en cuáles nos sentíamos más fuertes, Los de 2.º señalaron: saber cuando a alguien le pasa algo aunque no lo diga, pasarlo bien con los compañeros, proponer diferentes soluciones cuando hay compañeros, Los de 1.º muy parecido: pensar en varias soluciones a los problemas, entender a los compañeros, intentar no ofender a los compañeros.

3. “Cómo puedo ayudar yo”

Reunidos por parejas pensamos en diferentes situaciones vividas en el instituto en las que alguien podría necesitar nuestra ayuda. Cada pareja elegía un caso y lo explicaba. Cada caso se escribía en un papel amarillo que poníamos en un papel continuo blanco. Los casos que salieron fueron los siguientes:

	1.º	2.º
Nuevos	· Chica nueva, con problemas, rechazada por muchos.	
Abusos, Rechazo, Acoso, Agresión	· Tres chicos rechazados. · Agresión a un compañero, que provoca luego una pelea. · Amenazas de agresión.	<ul style="list-style-type: none"> • Amenazas, abusos, golpes de uno a otro, miedo, • Golpes que uno da en <u>broma</u> y el otro se lo toma en <u>serio</u>, que llevan a romper amistad, noviazgo,... • Meterse con uno por su apellido, haciendo gracias. • Conflicto entre un chico y una chica que se llegan a pegar. • Casi se provoca una pelea por una falta jugando al fútbol. • Agresión de un chico a su novia, y ésta lo denuncia. • Quitar estuche (broma), reacción de forma violenta.
Tristeza, Soledad.	<ul style="list-style-type: none"> • Compañero apartado, triste, solo. • A un compañero se le muere alguien cercano. • Chico enfermo que necesita compañía, aunque la rechaza. • Distanciamiento y rechazo entre amigas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pasarle mal por una situación personal (pareja). • Chicos con problemas psíquicos, que provocan situaciones desagradables
Derivar	<ul style="list-style-type: none"> • Chico con dificultades graves de comportamiento. • Malos modos de una profesora a los alumnos en el colegio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Amenazas por el móvil a una chica por parte de alguien ajeno al instituto.

Las situaciones que salieron las agrupamos en tres grupos:

A. Alumnos que se incorporan nuevos a la clase una vez comenzado el curso (del aula de enlace o de fuera) y que necesitan que alguien les acoja hasta que se integren bien en la clase.

B. Situaciones de agresiones, aunque distinguíamos de dos tipos:

B.1. Agresiones ocasionales, peleas entre dos personas más o menos en igualdad de condiciones, que no se mantienen en el tiempo.

B.2. Agresiones continuadas, abusos, en los que hay una persona que es víctima de otra u otras. Este caso nos parece más importante y hay que estar atentos para detectarlo y tratarlo cuanto antes, para evitar todo lo que podamos sufrimiento a la víctima.

C. Situaciones de tristeza, soledad, aislamiento, debido a problemas personales, etc.

Por último veámos que hay situaciones que es mejor que “derivemos” a los adultos, pues pueden ser problemas que no podamos o sepamos afrontar bien. En esos casos, si nos hemos enterado porque quien tiene el problema nos lo ha contado, tenemos que tener su permiso para contárselo a algún adulto, pues debemos guardar confidencialidad.

4. Los conflictos: el iceberg

Con la ayuda de una plantilla de preguntas, analizamos un conflicto que habíamos elegido nosotros mismos. Nos dimos cuenta de que en la mayoría de las ocasiones lo más importante de los conflictos está oculto (como pasa en un iceberg).

Lo que se ve a simple vista suele ser:

- Quiénes son los protagonistas del conflicto.
- Qué ha hecho cada uno (su conducta)
- Qué pide cada uno (sus posiciones).

Lo que suele estar oculto suele ser:

- Las percepciones (cómo ve cada parte el conflicto).
- Las emociones
- Los intereses
- Las necesidades
- Otras personas que aparentemente no están implicadas, pero influyen

Vimos que es importante saber mirar un poco más allá de lo que las partes implicadas en el conflicto exigen o quieren de forma inmediata, y entender que detrás de ello suelen estar otras necesidades que mueven a las personas, y que, atendíéndolas, damos nuevas oportunidades, y encontramos alternativas no contempladas con anterioridad, y en general, más satisfactorias que aquello que se pide en un primer momento.

5. Mimos y debate: ventajas e inconvenientes de tres tipos de ayuda

Después del descanso representamos, mediante mímica, tres formas distintas de ayudar a un chico al que otros dos le habían puesto la zancadilla y después de caerse se habían reído de él. Esto es lo que hacía el “alumno ayudante” cuando se lo contaba:

Ayuda tipo 1: casi no le deja contar lo que le ha pasado y como se siente, de forma muy activa le dice constantemente lo que tiene que hacer, dándole la charla, diciéndole que se tiene que enfrentar .

Ayuda tipo 2: en cuanto se lo cuenta, como le da mucha rabia, se va a pegar a los de la zancadilla.

Ayuda tipo 3: se sienta frente a él y pone toda la atención posible en lo que le cuenta, en la expresión de su cara y le transmite con su postura que tiene mucho interés en lo que le está contando y que está a su lado.

A continuación de las tres representaciones, hicimos una puesta en común de las ventajas e inconvenientes de los tres tipos de ayuda, y las fuimos escribiendo en un papel. Resultó lo siguiente (se recoge lo expresado por los de 1.º y los de 2.º):

Ayuda tipo 1	
Ventajas	Inconvenientes
Muestras interés. Puedes dar buenos consejos Le ha acompañado Le ha intentado ayudar	La víctima no habla, se cierra en su mundo No se consigue que se ayude a sí mismo No se entera bien de lo que le ha pasado No le puede ayudar La víctima se puede sentir mal porque la otra persona no le escucha. (1.º y 2.º) Te puedes sentir tonto Le dice lo que tiene que hacer: ir a pegar... Se puede rechazar la ayuda No le ha escuchado Se pone en un plano superior.

Ayuda tipo 2	
Ventajas	Inconvenientes
Ha intentado defenderle (1.º y 2.º) La víctima estaría agradecida, se haría amiga del que la ayuda. A lo mejor se resuelve. Ha mostrado interés.	A lo mejor la víctima no quería que hiciera eso. Se puede crear una espiral de venganza. Pueden pegar al que ayuda también. No resuelve el problema. Se implican más en la pelea. No se ha parado a pensar y ha ido a la violencia. No le ha escuchado. Ni se resuelve el problema y además se puede crear una espiral de violencia.

Ayuda tipo 3	
Ventajas	Inconvenientes
No usa la violencia Ha encontrado apoyo Se desahoga. Ha tranquilizado Ha escuchado La víctima se abre y cuenta sus problemas Al enterarnos bien podemos ayudar a buscar más soluciones. La víctima se siente apoyada.	A veces no sabemos escuchar No está la otra parte Si está muy furioso por lo que le ha pasado no se le puede escuchar bien. Si <u>solo</u> escuchamos nos sentiríamos mal por no ayudar a resolver.

Llegamos a la conclusión de que nuestro estilo de ayuda sería el 3, pero que necesitábamos aprender dos cosas: una, a escuchar bien, y otra, a saber qué hacer después de escuchar. Y precisamente eso es en lo que consistiría el resto de nuestra formación como alumnos ayudantes: en lo que quedaba del primer día aprenderíamos de forma práctica, a hacer “escucha activa”; y el próximo día aprenderíamos a plantear y resolver problemas (conflictos) y a realizar mediaciones informales.

En este momento, los de 2.º escucharon el cuento del príncipe que mató a su perro fiel por creer que él había matado a su bebé, cuando en realidad le había salvado la vida, y reflexionamos sobre los efectos de actuar bajo los efectos del enfado, de la rabia, de la ira. Los de 1.º escucharon el cuento el segundo día.

6. Escucha activa

Explicamos que para escuchar bien y que la otra persona se sienta escuchada hay una parte no verbal muy importante, que es necesario mostrar interés con una postura corporal cercana, acogedora, mirando a los ojos, pero si avasallar, haciendo gestos o ruidos de aprobación, etc. También ayuda hacer preguntas que aclaren lo que no entendemos o las dudas que tenemos de lo que nos cuenta.

Hicimos tríos en los que una persona contaría una situación como si le hubiera pasado, otra le escucharía siguiendo seis pasos, y otra observaría. Esto se repetía otras dos veces para que todos en cada trío hicieran de ayudantes, de personas con necesidad de ayuda y de observadores. Después pusimos en común las dificultades y dudas que aparecían.

Los seis pasos que había que dar en cada “entrevista” eran los siguientes:

1. Presentarnos e informar que esto es confidencial. (“*Lo que hablemos aquí queda entre tú y yo. Si quieres que yo lo cuente o yo quiero contárselo a alguien te pediré permiso, ¿vale?*”).

2. Enterarte de lo que ha pasado. (“¿Quieres contarme lo que ha pasado?”).
3. Mostrar que estás entendiendo cómo se siente. (Por ejemplo: “¿Estás muy asustado de que se enteren tus padres?”)
4. Preguntarle lo que necesita. (¿En qué te gustaría que te ayudáramos?”).
5. Decirle en qué podemos ayudarle. (“Si tú quieres, nosotros podemos hablar con el chico que hace eso, o podemos jugar contigo en el recreo para que no estés solo”).
6. Quedar a su disposición y despedirnos. (“Sabes que puedes venir aquí cuando quieras. Gracias por contárnoslo”).

En la puesta en común, y según íbamos comentando cómo había salido, se explicaron y pusieron ejemplos de algunos trucos para escuchar mejor, en concreto eran estos:

- **aclarar**, cuando no entendíamos algo.
- **Parfrasear**, que consiste básicamente en repetir lo último que nos han dicho. (por ejemplo: “ así que se rompió el boli cuando te pisó la mochila.”)
- **Reflejar**, que es como parafrasear, pero añadiendo el sentimiento que crees que tiene el que te está hablando (“ te da mucha rabia que no te tenga en cuenta.”)
- **Resumir** lo que crees que es lo más importante de lo que te está contando después de un rato.

Para terminar esta primera mañana hicimos una ronda en la que cada uno decía una palabra que resumía lo que para él o ella había sido este día. Salieron palabras como: divertido, interesante, convivir, aprender, acompañar, amistad, especial, amigo, escuchar, distinto, conocer, compartir, mediar, entender, ayudar, comprender, solidaridad, ilusión,

SEGUNDO DÍA (1.º: jueves 1 de febrero, 2.º: viernes 2 de febrero)

1. En busca del tesoro

Comenzamos con este juego de conocimiento mutuo, y aunque parecía difícil, al final conseguimos encontrar a una persona para cada una de las carac-

terísticas que nos pedía la hoja. Al terminar el juego, hicimos un breve recordatorio del día anterior y después pasamos a

2. Resolver problemas

Enseguida nos dimos cuenta de que los problemas de la vida no son como los de matemáticas, pero que en ambos tipos de problemas teníamos que enterarnos bien del “enunciado”. A partir de un caso resuelto (el de dos hermanos que se peleaban por el uso de la consola), vimos que para resolver problemas conviene dar los siguientes pasos:

1. Parar, no dejarse llevar por el impulso y reflexionar.
2. Enterarnos bien del problema (¿qué ha pasado?, ¿Quiénes están en el problema?, ¿cómo se sienten?, etc.). para esta parte es importante la escucha activa que practicamos la sesión anterior.
3. Proponer soluciones.
4. Elegir una de ellas (valorando los pros y contras de cada una)
5. Llevarla a cabo (para lo cual habrá que haber concretado quién hace cada cosa, cómo, cuándo, etc.)
6. Valorar si ha resultado bien.

Después de ese caso resuelto, practicamos en grupos de tres (los alumnos de cada clase) sobre otro caso: *“Tu mejor amigo/a te pide que le dejes copiar en un examen para el que tú habías estudiado mucho y no querías suspender por nada del mundo. Tú no le dejaste y ahora va diciendo que eres un/una borde y que no le has querido ayudar”*.

Al poner en común las soluciones a las que había llegado cada grupo se vio que se habían propuesto muchísimas, por lo que nos dimos cuenta que ante los problemas siempre se pueden buscar más salidas que las que se nos ocurren a simple vista, y que, además, entre varios se tienen más ideas que uno solo. Llegamos a la conclusión de que era un buen método para resolver problemas, o al menos para buscar soluciones.

3. Mediaciones espontáneas

El método para resolver problemas se puede usar con la persona que te pide ayuda para ayudarle a encontrar soluciones a lo que le pasa, pero a veces

hay que hablar a la vez con las dos partes enfrentadas en un conflicto para ayudarles a superar ese conflicto, es decir, a veces tendremos que hacer alguna mediación. Para practicarlo primero vimos un ejemplo, justamente el del caso anterior del que quería copiar y el que había estudiado y no le dejó. Con 1.º, fueron Vicky y Javier (los monitores del “Convive”) los que hicieron de alumnos y con 2.º fueron Laura y Sofía. En ambos casos Javier (el director) hizo la mediación. Para ello siguió los siguientes pasos:

1. Confirmó si las partes querían hablar sobre el conflicto y les informó que lo que hablaran sería confidencial, que sería neutral y que procuraría ayudarles a que solucionaran el problema. También les pidió que se tuvieran respeto uno al otro.
2. Pidió a cada parte que contara su visión del problema, lo que había pasado. No dejaba que se interrumpieran, porque cada uno tendría su turno. Iba haciendo alguna de las cosas de la escucha activa: les decía cómo se sentían, les pedía que cada uno se pusiera en el lugar del otro, etc.
3. Se enteró de qué necesitaba cada uno (que pasara, que hiciera la otra parte, etc.) para sentirse bien y considerar resuelto el problema.
4. Lo anterior sirvió para que las partes llegaran a una solución que les satisfizo a las dos.
5. Se despidió, les dio las gracias por colaborar y quedó a su disposición.

Después de esa representación nos fuimos al recreo, y a la vuelta todos practicamos la mediación informal en grupos de cuatro, siguiendo los cinco pasos anteriores, de forma que con el primer caso dos actuaban de partes en un conflicto y los otros dos mediaban, y en el segundo caso se cambiaban los papeles. Tras cada representación hicimos una puesta en común para resolver las dudas y comentar qué tal nos había salido.

En el segundo caso, que era más difícil (un chico al que otro le rompía los lápices y le había amenazado con pegarle si se “chivaba”) comentamos con los de segundo la diferencia entre “chivarse” y “denunciar”, de modo que lo primero es cuando contamos algo que ha hecho alguien que no perjudicó a otras personas, mientras que denunciar es cuando contamos lo que alguien está haciendo dañando los derechos de otras personas.

Terminamos comentando que tanto la resolución de problemas como la mediación eran dos maneras posibles de actuar ante los conflictos que pudieran tener los de la clase.

4. Funciones y principios de los alumnos ayudantes

En grupos de tres (los ayudantes de cada clase) rellenamos una hojita donde poníamos qué funciones podríamos desarrollar los alumnos ayudantes (escribíamos verbos), y también en qué valores o principios deberíamos basarnos (escribíamos sustantivos). Salieron un montón, pero al final los resumimos en los siguientes:

Funciones		Principios	
Informar	A los compañeros sobre tu posible ayuda o la del equipo	Confidencialidad	Mantener en silencio las intimidades o dificultades de las personas a las que brindas ayuda.
Acoger	A los alumnos recién llegados o a aquellos que se encuentren solos o rechazados	Compromiso	Tanto con el equipo como con tu actitud de ayuda. Puede que tengas que obrar bien con compañeros con los que mantienes una relación difícil.
Escuchar	A los compañeros en sus versiones de los conflictos y en sus inquietudes. No aconsejar ni criticar.	Respeto	A los que piden tu ayuda. A tu imagen ante los demás: actúa de acuerdo con lo que promulgas.
Detectar	Posibles conflictos y discutirlo en las reuniones periódicas para buscar formas de intervenir antes de que aumenten.	Solidaridad	Hacia el dolor, dificultad, debilidad, diferencia del otro. Respeta las diferencias y busca el encuentro en vez de la lucha.
Derivar	Aquellos casos en los que no sepamos actuar, nos sobrepasen, sean muy dolorosos para las personas. Los profesores coordinadores ayudarán.	Disponibilidad	Permite tu presencia cuando se te requiera. Haz que los demás de verdad crean que estás dispuesto a escucharles y ayudarles
Cooperar	Entre los ayudantes de cada clase para trabajar en equipo.	Neutralidad	Cuando realices mediaciones informales.

5. Organización del Equipo de Alumnos Ayudantes

Para esta parte ya estaban con nosotros los profesores que van a coordinar a los alumnos ayudantes en el resto del curso, se trata de César y Erika, para los de 1.º y de Teresa y Carolina (que no pudo estar con nosotros este día por estar enferma) para los de 2.º.

Decidimos varias cosas: nos reuniremos una vez al mes (cada 4 semanas). Los de segundo coincidiendo con la hora en que tienen tutoría todos los grupos (los lunes a 5.º), y los de 1.º en una hora en que tres grupos coinciden en Religión o Actividades de Estudio (los viernes a 6.ª), para lo que pediremos permiso a los profesores de los diferentes grupos que tienen clases a esas horas para que les dejen salir.

Informaremos a los compañeros en la primera sesión de tutoría (en el caso de 2.º, en la del lunes 12 de febrero, tras haber informado bien a los tutores).

Buscaremos un “logo” para el equipo, pasándole las propuestas a los profesores coordinadores.

A final de curso tendremos un día de convivencia, ya veremos donde.

6. Evaluación de los dos días de formación

Pasamos un cuestionario y los resultados fueron los siguientes:

(Dentro de cada cuadro está el número de alumnos que contestaba esa opción):

2.º de ESO	MAL POCO	REGULAR ALGO	BUENO SUFICIENTE	EXCELENTE MUCHO
La formación me ha gustado		1	16	3
Me siento capaz de escuchar activamente		1	7	12
Me siento capaz de detectar cuándo un compañero necesita ayuda		1	6	13
Me creo preparado para ayudar a mis compañeros			8	12
La relación entre los compañeros ha sido		1	9	10

2.º de ESO	MAL POCO	REGULAR ALGO	BUENO SUFICIENTE	EXCELENTE MUCHO
La relación con los formadores ha sido			7	13
Me siento implicado y comprometido con la tarea de ayuda		1	9	10
En el transcurso del curso me he sentido tenido en cuenta			8	11
Creo que mis dudas han sido atendidas		1	9	10
Comparto los valores que implica la ayuda			9	11
Creo que puedo realizar mis funciones de alumno ayudante			6	14
Se qué pasos dar para resolver un conflicto			8	12
Ahora entiendo mejor los sentimientos de los demás			6	14

1.º de ESO	MAL POCO	REGULAR ALGO	BUENO SUFICIENTE	EXCELENTE MUCHO
La formación me ha gustado			5	14
Me siento capaz de escuchar activamente		1	4	14
Me siento capaz de detectar cuándo un compañero necesita ayuda			6	13
Me creo preparado para ayudar a mis compañeros			5	14
La relación entre los compañeros ha sido			5	14
La relación con los formadores ha sido			2	17
Me siento implicado y comprometido con la tarea de ayuda			3	16
En el transcurso del curso me he sentido tenido en cuenta			11	8

1.º de ESO	MAL POCO	REGULAR ALGO	BUENO SUFICIENTE	EXCELENTE MUCHO
Creo que mis dudas han sido atendidas			6	13
Comparto los valores que implica la ayuda			8	11
Creo que puedo realizar mis funciones de alumno ayudante			3	16
Se qué pasos dar para resolver un conflicto			8	11
Ahora entiendo mejor los sentimientos de los demás		1	2	15

1.º		
Qué te ha gustado más	Qué no te ha gustado tanto	Qué has echado de menos
Aprender a escuchar mejor Los juegos xxxxxxxxxxxxxx los teatros xxxxxxxx ponerte en lugar de los demás la información x explicaciones x El método RC Lo de resolver casos Los profes simpáticos Las actividades en general x Perderme clases Tener más amigos La confianza y sinceridad	Hemos hablado demasiado Las charlas No tener a mis amigos de siempre Explicaciones largas xxxx Que se enrolle mucho el profe Ha sido largo	Jugar más xx Conocer más a los compañeros Haber hecho más actuaciones xx Enseñar las representaciones Clases algo menos aburridas Más recreo xx Mis amigos de clase x Más actividades Más días
2.º		
Qué te ha gustado más	Qué no te ha gustado tanto	Qué has echado de menos
Los juegos xxxxxxxx Las representaciones xxxxxxxx Los amigos que he conocido x Aprender a resolver problemas x El juego de la mímica Las actividades Todo xx Las mediaciones x	Las explicaciones xx Cuando se hablaba mucho xxx Las partes de teoría Escribir Proponer soluciones El juego de la mímica La escucha activa El juego de ratón, palmera Estar sentado mucho rato Las representaciones x	Más juegos xx Algún problema de verdad Teatros con mis amigos Ayuda y aprender Más tiempo de recreo Nada xxxxxxxxxxxxxx