

**ANEXO N°1**



**ANEXO N°2**



## ANEXO N°3



### **Derechos Asertivos Universales**

1. Derecho a ser tratado con dignidad y respeto.
2. Derecho a experimentar y expresar nuestros sentimientos.
3. Derecho a tener y expresar opiniones y creencias.
4. Derecho a decidir qué hacer con mi propio tiempo, cuerpo y propiedad.
5. Derecho a cambiar de opinión.
6. Derecho a decidir sin presiones.
7. Derecho a cometer errores y a ser responsables de ellos.
8. Derecho a ser independientes.
9. Derecho a pedir información.
10. Derecho a ser escuchado y tomado en serio.
11. Derecho a tener éxito y a fracasar.
12. Derecho a estar solo.
13. Derecho a estar contento.
14. Derecho a no ser lógico.
15. Derecho a decir "No lo sé".
16. Derecho a hacer cualquier cosa sin violar los derechos de los demás.
17. Derecho a no ser asertivo.

## ANEXO N° 4



## ANEXON°5



## CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>ESCUCHA</b>															
1.Mira a los ojos de las personas															
2.Actitud corporal abierta a la comunicación															
3.Gira su cuerpo en actitud de escucha															
4.Sabe escuchar															
<b>ASERTIVIDAD</b>															
	EVALUADOR			PROFESOR(A)			PADRE-MADRE			PRETEST			POSTEST		
1.Pide lo que necesita de modo adecuado															
2.Defiende sus derechos correctamente															
3.Expresa lo que le gusta															
4.Da negativas de forma adecuada															
5.Reacciona sin gritar															
6.Resuelve el conflicto sin agredir															
7.Acepta las críticas sobre su conducta															
8.Señala actitudes inadecuadas															
9.Se niega adecuadamente															
10.Pide ayuda correctamente															

Extraído del libro “Tu y yo aprendemos a relacionarnos” y los manuales de trabajo de centro de atención Personas con discapacidad de la Junta de Castilla y León

Adaptación: Psic.Esther Blas Pérez

## CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>NORMAS DE CORTESIA</b>															
1.Sonrie cuando saluda o se despide															
2.Utiliza un volumen de voz adecuado															
3.Cuando es presentado da la mano															
4.Saluda al entrar a un lugar															
5.Se despide al abandonar un lugar															
6.Pide las cosas "por favor"															
7.Da las gracias															
8.Pide disculpas a los adultos															
<b>DISTANCIA INTERPERSONAL</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETEST</b>			<b>POSTEST</b>		
1.Mantiene la distancia adecuada															
2.Abusa del contacto físico															
<b>COMUNICACIÓN (SOCIAL, VERBAL)</b>															
1.Sabe presentarse a los demás															
2.Inicia conversaciones															
3.Responde a las preguntas															
4.Expresa verbalmente sus deseos e ideas															
5.Expresa sus quejas verbalmente															
<b>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS</b>	<b>EVALUADOR</b>			<b>PROFESOR(A)</b>			<b>PADRE-MADRE</b>			<b>PRETEST</b>			<b>POSTEST</b>		
1.Ante un problema sabe buscar soluciones															
2.Distingue una situación problemática															
3.Pone en prácticas soluciones															
<b>AUTOESTIMA</b>															
1.Demuestra malestar ante su apariencia															
2.Expresa agrado ante un cambio en su apariencia															
3.Cuida su imagen externa															
4.Tiene confianza en sí mismo															
5.Reconoce sus cualidades															

Extraído del libro "Tu y yo aprendemos a relacionarnos" y los manuales de trabajo de centro de atención Personas con discapacidad de la Junta de Castilla y León

Adaptación: Psic.Esther Blas Pérez

## CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

HABILIDADES SOCIALES	EVALUADOR			PROFESOR (A)			PADRE-MADRE			PRE-TEST			POS-TEST		
	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO	SI	AV	NO
<b>MANEJO DE EMOCIONES</b>															
1.sabe expresar sus emociones															
2.cambia la expresión ante diferentes situaciones															
3.distingue sentimientos en los demás															
4.se corresponde los gestos con los sentimientos															
5.expresa adecuadamente sus emociones															
<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b>															
1.se acerca con la intención de compartir															
2.responde adecuadamente cuando le invitan a compartir															
3.facilita la incorporación de otro compañero															
4.comparte sus pertenencias															
5.respeto las pertenencias de los demás															
6.respeto las reglas establecidas															
7.hace amigos fácilmente															
8.reconoce los logros de los demás															
<b>TOLERANCIA A LA FRUSTRACION</b>															
1.trata a los demás de forma dominante															
2.tolera la demora a la hora de recibir ayuda															
3.permite que los demás participen en la conversación															
4.interrumpe a la persona que tiene la palabra															
5.se adapta a los cambios en sus rutinas															
6.acepta fácilmente cambiar de actividad															
7.acepta los límites que se le imponen															
8.asume sus propios errores sin abandonar la actividad															

Extraído del libro “Tu y yo aprendemos a relacionarnos” y los manuales de trabajo de centro de atención Personas con discapacidad de la Junta de Castilla y León

Adaptación: Psic.Esther Blas Pérez