



TALLER DE EDUCACION PARA LA SALUD.





1ª SESION:

a) Dinámicas de presentación:

- a.1. presentar al otro
- a.2. tres características y una mentira.

b) Niveles y explicación de salud.

Les pasamos el siguiente cuestionario, referido a:

- higiene corporal
- higiene bucodental
- higiene capilar
- higiene en el vestuario
- higiene en la alimentación
- higiene en el habitáculo
- en el sueño y la vigilia
- en las emociones y sus expresiones

* Cuestionario:

- 1) Sobre la higiene corporal, bucodental, etc., mis padres piensan...
- 2) La educación en higiene corporal, bucodental, etc., que he recibido en mi casa ha sido...
- 3) La educación en higiene corporal, bucodental, etc., que me hubiera gustado recibir es...
- 4) La educación en higiene corporal, bucodental, etc., que daré a mis hijos será...
- 5) Cuando salgo con una chica me gusta que venga...
- 6) Si un día salgo al patio y no tengo ganas de asearme mis compañeros me dicen:
 - algo agradable
 - algo desagradable
 - no me dicen nada

c)Tiempo: 5 días.

2ª SESION:

- a) Pedir información sobre los medios higienicos de los que ellos disponen.
- b) Técnica del espejo.
- c) Tiempo: 2 días.

3ª SESION:

- a) Pasarles una escala de actividades de higiene y proponerles que la realicen.
- b) Comentar la escala
- c) Tiempo: 3 días.

4ª SESION:

- a) Ofrecerles los hábitos conductuales adecuados en relación a los items de la escala previamente administrada:
 - ducha
 - lavado de oídos
 - nariz
 - cabello
 - afeitado
 - manos
 - uñas



- habitáculos
- vestuario
- b) Control y prevención de enfermedades producidas por comportamientos higiénicos inadecuados.
- c) Tiempo: 15 días.

5ª SESION:

- a) Tarea de distracción:
En grupos de 4 ó 5 personas, realizar un listado de 7 características positivas de una chica (¿qué les gusta?), y otras 7 características negativas (¿qué no les gusta?), siempre con respecto al aspecto físico. Ponerlo en común.
- b) Tiempo: 2 días.

6ª SESION:

- a) Comprobar la información que poseen sobre los alimentos básicos y necesarios en el desarrollo.
- b) Solventar dudas y errores cometidos.
- c) Tiempo: 4 días

7ª SESION:

- a) Reglas en la alimentación.
- b) Confeccionar una dieta equilibrada para una semana
- c) Tiempo: 10 días.

8ª SESION:

- a) Información sobre el sueño: ciclos y trastornos.
- b) Realización de un "diario del sueño" y comentarlo.
- c) Tiempo: 10 días

9ª SESION:

- a) Analizar las opiniones o creencias personales respecto al dormir y sus propias dificultades en el sueño.
- b) Comentar técnicas de relajación.
- c) Tiempo: 5 días.

10ª SESION:

- a) Sugerir posibilidades alternativas en el análisis de los problemas del sueño.
- b) Identificar pensamientos que interfieren en la conducta de dormir.
- c) Sustituir pensamientos irracionales por otros racionales. técnicas.
- d) Tiempo: 12 días.

11ª SESION:

- a) Cuestionario recordatorio acerca del problema del sueño.
- b) Dinámica de relajación:
 - Juego de las historias.
- c) Tiempo: 2 días.



12ª SESION:

- a) Introducción en el tema del control emocional:
Explicación y casos reales.
- b) Proponerles un tema (exterior, iguales, autoridades, ...) y que expliquen su comportamiento ante diversas situaciones, ciñéndose a esos temas.
- c) Tiempo: 10 días.

13ª SESION:

- a) Role- playing:
 - Ensayo de conducta conflictiva
 - Hacer y recibir cumplidos
 - Hacer y rechazar peticiones
- b) Tiempo: 7 días.

14ª SESION:

- a) Role-Playing:
 - Desarmar la ira
 - Banco de niebla
 - Ofrecer disculpas
- b) Tiempo: 7 días.

15ª SESION:

- a) Debate:
Repercusiones del programa en el comportamiento de los asistentes.

ESCALA DE ACTIVIDADES DE HIGIENE.

1. Hoy me he lavado nada más levantarme.
2. Hoy me he afeitado.
3. Hoy me he peinado.
4. Hoy me he lavado las manos antes de comer.
4. Me he lavado la boca después de cada comida.
5. Suelo ponerme una prenda rota sabiéndolo.
6. Normalmente me pongo ropa que me gusta.
7. Tardo mucho tiempo en llevar la ropa a la lavandería.
8. Hago mi cama todos los días.
10. No me importa que mi celda esté sucia.
11. Cuando termino un bote de bebida lo tiro al suelo.
12. Me gusta meter ruido al masticar.
13. Me ducho con frecuencia.
14. Me lavo los dientes menos de 3 veces al día.
15. Manoseo la comida de los demás.
16. Nunca tengo tiempo de limpiar mi celda.
17. No me preocupa ir despeinado.
18. Pongo la primera prenda que cogo.
19. Me molesta ver colillas en el suelo.
20. No me importa que me vean con el pelo sucio.
21. Me gusta comer entre horas.
22. Si estoy sentado me levanto para tirar la colilla en la papelera.
23. Me preocupo por comer cosas que no perjudican mi salud.
24. Cambio mi camisa si se mancha.
25. Me gusta llevar los zapatos limpios.
26. Me gusta mi dentadura.
27. Me hecho colonia sin lavarme.



28. Me ducho después de haber jugado un partido de fútbol.
29. Dejo mis cubiertos en cualquier sitio.
30. Suelo utilizar desodorante.
31. Solamente mejoro mi aspecto cuando tengo visita.





TALLER DE ALFABETIZACION.





Una de las carencias más destacadas de la población reclusa es su educación y la utilización de las habilidades instrumentales que esta propicia, por lo que nos parece básico y urgente intervenir tanto para adecuar la percepción social del recluso como para adaptar su conducta al medio. Por ello, se ha elaborado un programa específico que trata de abordar las características peculiares de la población reclusa, tratando de conseguir una adaptación del individuo que le permita enfrentarse a las situaciones, preverlas y responder a ellas de forma adecuada.

1ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad:
Elaboración de normas conjuntamente.
- Objetivo:
Presentación de los objetivos del taller.

2ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad:
 1. Presentación por parejas.
 - Objetivo: Presentación y animación.
 - Desarrollo: Los coordinadores indican que se realizará una presentación por parejas, en la que se debe intercambiar determinada información que es de interés para todos. Cada persona busca un compañero que no conozca y conversa durante 5 minutos. A continuación, cada participante presenta a su pareja al resto del grupo.
 2. Presentación imitando a un animal. (Se trata de una variación del anterior).
Cada persona se compara a un animal o a una cosa en los que identifica rasgos de su propia personalidad (características de trabajo, carácter, ...)
Se debe explicar la elección realizada, el motivo de la comparación. Se puede escenificar; por ejemplo, una vez dichas las características de ambos miembros de la pareja, el presentador actúa utilizando el mimo y el resto de componentes del grupo deben adivinar que está representando su compañero. A continuación se explica porque el compañero se identificó con dicho animal u objeto.
- Objetivo: Presentación de los objetivos del taller

3ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad :
Explicación de la importancia y los conceptos que conlleva la comunicación.
- Objetivo:
Asimilación de la importancia de la comunicación.

4ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad:
"Comunicación sin saber de que se trata"
- Objetivo:
Ver la importancia de la comunicación (especialmente para realizar un trabajo en equipo).



- Desarrollo:

1ª. Se piden 3 voluntarios y estos salen de la sala.

2ª. Se llama a uno, se le dan instrucciones para que dibuje cualquier cosa y se le puede indicar una parte del papel.

3ª. Se tapa lo que dibujó con un papel dejando descubiertas algunas líneas.

4ª. Entra la 2ª persona y se le pide que continúe las líneas.

5ª. A continuación entra la 3ª persona, repitiendo el procedimiento anterior.

6ª. Se descubre el dibujo resultado de los tres.

- Discusión: Parte de que no hubo comunicación para realizar el trabajo colectivo, centrándose en la importancia de conocer lo que la otra persona desea hacer para realizar un trabajo conjunto.

5ª SESION:

- Temporalización: 60 horas.

- Actividad:

Se presenta una letra, a partir de la cual debe decir una palabra que comience por dicha letra.

A continuación, se describe la letra con los diferentes sentidos, es decir, hacerlo con el pie, con las manos, con la cabeza, ..., hasta llegar a escribirla e ir identificando todas las letras iguales que aparezcan, las cuales serán señaladas con distintos códigos (triángulos, cuadrados, colores, rayas, ...) es necesario que lo copien para asimilarlo y/o memorizarlo. Después identificarlos en un párrafo y así sucesivamente con todas las letras.

- Objetivo:

Enseñar a leer y escribir.

OTRAS ACTIVIDADES:

- Utilización de textos, periodicos, ..., atractivos para la población, con el fin de fomentar la discusión de grupo y desarrollar la capacidad crítica.

- El educador (psicólogo) lee un texto que trata de animales, por ejemplo, cada vez que se menciona el nombre de un animal el grupo lo subraya e identifica la letra o letras que han aprendido días pasados.

"A menudo los perros y los gatos no se quieren. Los gatos se comen a los ratones y los ratones huyen de los gatos".

- Se les entrega una hoja de papel cuadriculado en la que se ha trazado un cuadrado de 14 cuadrículas de lado (5 mm.). Cada vez que el profesor levanta la mano ellos escriben una letra, si levanta un dedo dejan la casilla en blanco.

- Código secreto:

El coordinador propone intercambio de información (correspondencia) según un código secreto.

- Juego de los errores.

- Memoria auditiva:

El educador golpea con un objeto y por cada golpe, el grupo escribe una letra (tener en cuenta el ritmo del profesor)

A 1 golpe: a

A 2 golpes: a, a

-Recursos materiales:

- pizarra.



- tiza o rotulador.
- libretas.
- lapices y/o boligrafos.
- borradores.





TALLER DE HABILIDADES PROSOCIALES.





La población reclusa, en general además de no contar con una adecuada percepción social de la realidad, tiende a caracterizarse por un déficit marcado en los mecanismos adecuados que facilitan el desarrollo de relaciones interpersonales normalizadas. Ello, en gran parte, es el resultado del ambiente en que se ha movido esta población, que podría caracterizarse por la ausencia de una adecuada socialización y, una vez que ingresa en la institución, por la anormalización institucional de su conducta.

El desarrollo de las actividades que incluye este programa tiene como objetivo no solo evitar la anormalización de la vida del recluso, sino también ofrecerle diferentes pautas de conducta a aquellas que mantiene para hacer frente a las exigencias que el medio le impone. Se trata de que estas habilidades se conformen en competencias donde prime, aparte de la competencia y el compañerismo, el respeto a la norma y a las reglas aceptadas socialmente.

1ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Objetivo:
 - Presentación y pequeña biografía de cada miembro del grupo.
 - Toma de contacto y favorecimiento de la cohesión grupal.
 - Esclarecer nuestro interés y objetivos del curso.
- Actividad:
 - A Dinámica de los refranes.
 - A Dinámica de nombres-adjetivos.

2ª SESION:

- Temporalización: 3 días.
- Objetivo:
 - Definición de las habilidades sociales, su importancia, ventajas e inconvenientes.
- Actividad:
 - A Lluvia de ideas sobre que son las habilidades sociales; comentar si las consideran importantes y por qué.
 - A Poner ejemplos de situaciones en las que es conveniente tener habilidades sociales.
 - a) tu compañero de celda te coge prestada una chaqueta sin pedírtela, ¿cómo pedírsela?
 - b) tu pareja te pide que esta noche laves tú los platos, en la televisión se juega la final de copa, ¿cómo negarte?
 - c) un amigo te pide que le hagas un favor y tú no puedes, ¿cómo decírselo?
 - A Se proponen situaciones en las que existe carencia de habilidades sociales, se pregunta cómo se sentiría y qué podría hacer para mejorar el conflicto.
 - a) tu compañero de celda ha conseguido un permiso y a tí de lo han denegado, ¿qué es lo que no deberías decirle?
 - b) el perro de tu amigo se ha escapado y él está triste, ¿qué es lo que no deberías decirle?
 - c) a un vecino le ha tocado un premio y va ha comunicártelo muy contento, ¿qué es lo que no deberías decirle?
 - A Discutir las ventajas e inconvenientes de las habilidades sociales.
 - A Diario (redacción): se recoge durante todos los días unos diarios anónimos sobre las actividades de la jornada, sus ventajas e inconvenientes. La finalidad sería ver la progresión a lo largo del curso.

3ª SESION:



- Temporalización: 3 días.
- Objetivo:
 - Comprensión de la definición de comunicación, formas de comunicarse, distinción entre emisor, receptor, canal y mensaje.
 - Analizar porque falla la comunicación.
 - Diferenciar entre comunicación verbal-no verbal.
- Actividad:
 - A Lluvia de ideas: ¿qué les sugiere la palabra comunicación? ¿qué posibles formas de comunicación conocen?
 - A Dinámica "Salvar la tierra".

ASPECTOS VERBALES.

4ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Objetivo:
 - Insistir en que las habilidades sociales necesitan entrenamiento y aprendizaje como cualquier otra destreza humana.
- Actividad:
 - A Lluvia de ideas: ¿qué problemas hay a la hora de comunicarse?, ¿cómo poder resolverlos?
 - A Ejercicio de verborrea:
 - a) hablar sobre un tema elegido por ellos durante un minuto.
 - b) hablar sobre un tema elegido por nosotros durante un minuto.

5ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Objetivo:
 - Saber iniciar correctamente una conversación, siguiendo los pasos:
 - 1) Saludo o presentación.
 - 2) Introducción de un tema a nivel superficial.
 - En caso de dificultades se aconseja:
 - 1) Hacer preguntas:
 - abiertas
 - cerradas.
 - 2) Dar información gratuita.
- Actividad:
 - A Ejercicio de Role-Playing: iniciar la conversación con una chica en una discoteca, en una parada de autobús, ...

6ª SESION:

- Temporalización: 3 días.
- Objetivo:
 - Mantener adecuadamente una conversación. Con este fin se recomienda:
 - 1) Hacer preguntas abiertas (repaso día anterior).
 - 2) Dar información gratuita (repaso día anterior).
 - 3) Escucha Activa:
 - A Explicación
 - A Importancia
 - A Señales de Escucha Activa:
 - a) parafrasis
 - b) contacto visual
 - c) asentimiento
 - d) eliminar interferencias externas
- Actividad:
 - A Ejercicio de Role-Playing: ante cualquier problema de convivencia en



pareja se representan 2 situaciones, primero, frente a la queja el oyente se muestra pasivo y segundo, frente a la misma queja el oyente realiza una escucha activa.

El resto del grupo debe hacer un Feed Back de aspectos positivos y negativos del ejercicio.

7ª SESION:

- Temporalización: 3 días.

- Objetivo:

Conseguir desviar el tema de la conversación, porque no es de nuestro agrado, y no dañar la relación con nuestro interlocutor. Para ello es necesario aprovechar:

- 1) cualquier tipo de pista que nos ofrezca la otra persona
- 2) expresiones al uso
- 3) pausas en el discurso de la otra persona

- Actividades:

A Relacionar en una frase temas dispares. Por ejemplo: "pan-flor".

. Una persona conversa apasionadamente sobre un tema, la otra persona ha de cambiar la conversación introduciendo otro tema que aparentemente no tiene nada que ver con el primero.

a) nos basaremos en los pares inconexos de la primera actividad.

b) se propondrán ejemplos de la vida diaria:

* Te encuentras con un amigo al que le debes 5000 pesetas y él te las exige, ¿cómo consigues desviar el tema?

* Llega tu novia contándote un montón de problemas que ha tenido en el día, tu día tampoco ha sido muy bueno y no estás de humor, ¿cómo consigues cambiar de tema?

8ª SESION:

- Temporalización: 2 días.

- Objetivo:

Cortar y cerrar la conversación de la otra persona sin que la relación se deteriore. Para ello seguiré unos pasos:

- 1) Reforzar a la otra persona, empatizar.
- 2) Exponer claramente mi objetivo.
- 3) Ofrecer alternativas concretas o ambiguas.

Ante las dificultades:

- 1) Retirar información gratuita.
- 2) Retirar poco a poco los aspectos no variables.
- 3) Dar respuestas variables cerradas.

Contraoponer los pasos de mantener y cortar una conversación.

- Actividades:

A Ejercicio de Role-Playing:

* se encuentran 2 amigos por la calle, uno empieza a hablar y el otro ha de cortarle porque tiene mucha prisa.

* la vecina de arriba entra en tu casa con cualquier excusa y empieza a contarte el último chisme, a tí no te interesa y decides cerrar la conversación.

9ª SESION:

- Temporalización: 2 días.

- Objetivo:

Repaso de todo lo visto hasta la fecha, utilizando para ello la "Fabula del Pez y la Ostra" analizando en grupo posteriormente la moraleja.

- Actividades:

A Lectura de la "Fabula de el Pez y la Ostra", comentario final sobre su similitud a lo visto en las sesiones anteriores.

En grupo se elabora un listado de abreostras y de cierrastras.



10ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Objetivo:
Poner en práctica todos los aspectos verbales vistos englobados dentro de unas buenas habilidades sociales: inicio de una conversación, mantenimiento de la misma, escucha activa, cambio de conversación, respetar el turno de habla y opiniones contrarias a las nuestras. Analizar los argumentos de razón y persuasión del grupo.
- Actividad:
Ante un tema polémico a debatir se divide el grupo en 2 subgrupos de igual nº de personal, un subgrupo estará a favor y otro en contra del tema. Esta postura que se hace tomar no tiene porque coincidir con los valores de la persona en cuestión. De esta forma estaría asumiendo el papel de defensor o fiscal en este ejercicio.

ASPECTOS NO VERBALES

11ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Objetivo:
Explicación de los distintos aspectos no verbales, su importancia y su necesidad de congruencia con el mensaje verbal.
- Actividad:
A Mirada, expresión facial: análisis y ejercicios de expresar con el rostro distintos estados de animo.
A Postura: explicación y ejercicios de acercamiento, retirada y contracción durante la conversación.
A Gestos: explicación y ejercicios de movimientos estereotipados que dificultan una buena comunicación.

12ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Objetivo:
Conseguir una comprensión de todos los aspectos no verbales que influyen en la comunicación y que pueden pasar desapercibidos.
- Actividad:
A Distancia interpersonal: explicación y ejercicios.
A Señales de escucha: explicación y ejercicios.
A Contacto físico: explicación y ejercicios.

ASPECTOS PARAVERBALES

13ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Objetivo:
Comprensión de la importancia que tienen en la comunicación, porque van a afectar muchísimo en lo que se dice y en cómo se recibe el mensaje.
A Contenidos:
1) Volumen.
2) Tono.
3) Fluidez verbal.
4) Velocidad y claridad.
- Actividades:
A Role-Playing:
Se escogen 5 personas del total, en un espacio aparte se les asigna su



papel, representan a un grupo de amigos que van a organizar una actividad cultural-deportiva en prisión. El resto del grupo formando un círculo (en el centro del mismo se colocarán los 5 "amigos") analizará en todas las secuencias de comunicación los aspectos verbales, no verbales y para-verbales vistos. Al final del ejercicio se hará una puesta en común.

14ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Objetivos:
 - A Desarrollar la imaginación para buscar soluciones creativas y planificadas.
 - A Estimular la capacidad de toma de decisiones conjuntas en grupo.
 - A Favorecer la capacidad de programación en equipo ante una situación determinada.
 - A Aprender a priorizar los recursos disponibles de acuerdo a los objetivos del grupo.
- Actividad:
 - Dinámica de "la isla desierta".
- Evaluación:
 - 1) Analizar la facilidad- dificultad del trabajo en grupo a la hora de establecer prioridades y su consecución de las expectativas.
 - 2) Analizar como se constituyen los grupos y como se adaptan los roles dentro de ellos.
 - 3) Evaluar los problemas surgidos y las soluciones planteadas.
 - 4) Evaluar la idea de enemigo y las posibles superaciones de las hostilidades no constatadas. Trabajar a partir de ello los estereotipos.
 - 5) Analizar si los recursos humanos y materiales del equipo se distribuyeron adecuadamente en función de los objetivos y si se desplegó todo el potencial de trabajo del grupo.

15ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Evaluación del curso, si se han alcanzado los objetivos, si ha sido claro, el grado de participación de los asistentes, la cohesión de grupo y los aspectos más sobresalientes y nuevos del curso, incluyendo la evaluación de los monitores.

RECURSOS MATERIALES.

- Material de escribir (folios, bolígrafos).
- Fotocopias sobre ciertos temas.
- Espacio físico adecuado (temperatura, luz, ruido, ...)
- Mobiliario no estático para poder trabajar en grupo/s.



TALLER DE HABILIDADES INSTRUMENTALES





Una de las carencias más destacadas de la población reclusa es su educación y la utilización de las habilidades instrumentales que esta propicia, por lo que nos parece básico y urgente intervenir tanto para adecuar la percepción social del recluso como para adaptar su conducta al medio. Por ello, se ha elaborado un programa específico que trata de abordar las características peculiares de la población reclusa, tratando de conseguir una adaptación del individuo que le permita enfrentarse a las situaciones, preverlas y responder a ellas de forma adecuada.

1ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Actividad:
"Presentación por parejas"
- Objetivo:
presentación y animación.
- Desarrollo:
los coordinadores dan la indicación de que nos vamos a presentar por parejas y que éstas deben intercambiar cierto tipo de información que es de interés para todos, por ejemplo: nombre, interés que tiene por el curso, expectativas, información sobre su procedencia, su trabajo y algún dato personal. Cada persona busca un compañero que no conozca y conversan durante 5 minutos.
A continuación, cada participante presenta a su compañero al resto del grupo.

2ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad:
Elaboración de normas conjuntamente.
Presentación de los objetivos del taller.
- Objetivo:
Demarcar los contenidos del curso.

3ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Actividad:
dictado/redacción.
- Objetivo:
conocer el nivel de ortografía y caligrafía del grupo, para su posterior mejora. (Nivel de expresión).

4ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Se realizarán ejercicios de comunicación, destacando el papel que juega la comunicación tanto en las relaciones directas entre las personas, como en la sociedad. Importancia y utilización que se hace de la comunicación.
- Actividad:
"Yo lo miro así".
- Objetivo:
A Analizar el elemento subjetivo de la comunicación.
A Ejercitar la descripción.
A Analizar las consecuencias de la comunicación parcelada.
- Desarrollo:
A 3 voluntarios salen del lugar de reunión.
A Se les pide que hagan una descripción objetiva de un objeto. Cada uno



va a describir al resto del grupo sólo una parte , sin ponerse de acuerdo entre ellos de cómo lo van a describir.

AA continuación, cada uno individualmente le describe a todo el grupo la parte que le tocó.

AEl resto del grupo debe adivinar a que objeto se están refiriendo los compañeros.

ADeben explicar que les hizo pensar en el objeto que dijeron.

- Pretendemos analizar:

1) Las diferentes interpretaciones que se pueden dar a un a misma cosa , dependiendo de cómo se mire.

2) Cómo el conocimiento o comunicación parcial lleva a tener ideas equivocadas.

3) Analizar la capacidad de descripción y observación.

4) Ver cómo estos elementos se ven en la vida cotidiana --> noticias, chisme, opiniones, comentarios, ...

5) Ver la importancia de tener una información completa y objetiva antes de emitir una opinión sobre algo.

5ª SESION:

- Temporalización: 3 días.

- Actividad:

Explicar reglas de acentuación (agudas, llanas, esdrújulas).

Realización de ejercicios y ejemplos.

- Objetivo:

6ª SESION:

- Temporalización: 2 días.

- Actividad:

"Técnica del grupo nominal".

- Objetivo:

A Toma de decisiones.

A Generación de alternativas.

A Implicación.

- Desarrollo:

A Se propone un tema de interés y se presenta la pregunta por escrito al grupo.

A Puesta en común y registro de la totalidad de las ideas. Se va preguntando una sola idea a cada participante y por orden. Cuando se haya efectuado la primera ronda, se pedirá la siguiente idea y así sucesivamente. No se podrán hacer comentarios o valoraciones.

A Reducir el número de proposiciones surgidas. Se les pasará unos "papeles" en los que anotarán las 2 opciones que a ellos les parecen más adecuadas.

A Se "aclaran" las ideas más potentes, no se tratan de convencer.

7ª SESION:

- Temporalización: 3 días.

- Actividad:

Explicación de reglas ortográficas, ejemplos y ejercicios.

- Objetivo:

8ª SESION:

- Temporalización: 1 día.

- Actividad:



"La historia".

- Objetivo:
Reflexionar sobre la interpretación que hacemos de los hechos, cuando nos cuentan o leemos algo. (es un ejercicio para ver cómo los conceptos tienen un contenido a partir de la vida real).

9ª SESION:

- Temporalización: 4 días.
- Actividad:
A Lectura de un documento, se les pide a los participantes que resuman en una frase las ideas más importantes.
- Objetivo:
. Reconocer y sintetizar ideas centrales de textos (relacionados con el exterior, temas actuales y de interés).

10ª SESION:

- Temporalización: 2 ó 3 días.
- Actividad:
"Lectura eficiente".
- Objetivo:
A Ejercicio para asimilar el contenido de la lectura.
A Ejercicio de síntesis.
A Descubrir las ideas centrales de una lectura.
- Material:
A Papel, periódicos y lápiz.
- Desarrollo:
A Se divide a los participantes en pequeños grupos (2 ó 3 lectores).
A A cada grupo se le entrega 1 periódico (el mismo periódico).
A Se les da doblado.
A Se les da la indicación: "teneis 5 minutos para leer las noticias completas que vienen en la primera página."
A Los participantes deben de leer en silencio.
A Una vez pasado el tiempo, quien coordina empieza a hacer una serie de preguntas que tiene preparadas en base a las noticias que leyeron, del tipo:
¿qué sucedió en ... ?
¿cuál es la idea central de la noticia "x"?
A Cada grupo escribe una frase de respuesta.
A No se pueden repetir los titulares.
A Por cada respuesta cierta, el grupo recibe un punto.
A Gana el grupo que tiene mayor puntuación.
- Utilización:
Ejercicio útil para desarrollar la capacidad de comprensión a partir de los documentos escritos (se puede hacer oralmente).
- Variación:
En lugar de utilizar periódicos, el grupo lee un texto.
El objetivo sería desarrollar la concentración y la capacidad de retener contenidos transmitidos oralmente.

11ª SESION:

- Temporalización: 3 días.
- Actividad:
A Explicar reglas ortográficas, poner ejemplos y ejercicios.
- Objetivo:



12ª SESION:

- Temporalización: 5 días.
- Actividad:
 - "Lluvia de ideas".
- Objetivo:
 - A Poner en común el conjunto de ideas o conocimientos que cada uno de los participantes tiene sobre un tema y colectivamente llegar a una síntesis, conclusión y/o acuerdos comunes. El tema se selecciona de periódicos, videos, ... según los intereses.
- Desarrollo:
 - A El coordinador realizará una pregunta que permitirá que los participantes puedan responder a partir de su realidad, de su experiencia.
 - A Cada participante debe de decir una idea sobre lo que piensa acerca del tema. No se permite discutir. Todos los participantes deben de decir por lo menos una idea.
 - A Mientras los participantes van expresando sus ideas, el coordinador va anotándolas en la pizarra o en un papel.
 - A Se discute para escoger aquellas ideas que resuman la opinión de la mayoría del grupo, o se elaboran en grupo las conclusiones, realizándose un proceso de recorte de ideas.

13ª SESION:

- Temporalización: 2 días.
- Actividad:
 - A Se realizará un dictado.
- Objetivo:
 - Repasar las reglas ortográficas y signos de puntuación previamente explicados.

14ª SESION:

- Temporalización: 3 días.
- Actividad:
 - A "Comunicación con preguntas/sin preguntas".
- Objetivo:
 - A Analizar la importancia de la comunicación amplia de ambas partes. Ver la limitación de la comunicación en una sola dirección.
- Material:
 - A Lapiz.
 - A Papel.
 - A Muestras de dibujo.
- Desarrollo:
 - A Se trata de que los participantes dibujen 2 series de cuadros, siguiendo las indicaciones que se van dando.
 - A El coordinador (o alguien del grupo) vuelto de espaldas a los participantes empieza a explicar cómo dibujar los cuadros de la figura 1, sin que el grupo vea el dibujo.
 - A Los participantes no pueden hablar, ni hacer preguntas a quien está haciendo la explicación. Se medirá el tiempo que dura esta fase.
 - A Concluida la explicación del dibujo 1, se repite lo mismo en la figura 2 (el dibujo que han hecho de la figura 1 lo guardan) pero el que explica la figura 2 lo debe de hacer de frente a los participantes, sin hacer gestos. Se permite que hablen y que pregunten (pero sin ver el dibujo). No deben copiarse entre ellos.
 - A Cada uno confronta los 2 dibujos que ha hecho.
 - A Quien coordina pone las muestras en la pizarra. Lo que importa es la ubicación de los cuadrados, no el tamaño, para ver si ha seguido el orden).



A Se compara el tiempo que tomo al explicar cada figura, y cual de los 2 dibujos es más preciso, según la ubicación de los cuadrados.

- Se discutirá:

A Por lo general, lleva más tiempo hacer el 2º dibujo, pero el resultado es más correcto. Esto nos permite ver la riqueza de una comunicación amplia entre todos, en comparación con el tipo de comunicación en la figura 1 (vertical y en 1 sólo dirección). Ver cómo la expresión del rostro y los gestos son una parte importante de la comunicación.

A También se puede analizar cómo se realizó la descripción de las figuras: si se dió bien la explicación, si se daba la información necesaria, ...

15ª SESION:

- Temporalización: 3 días.

- Actividad:

A Explicar reglas ortográficas (ejemplos y ejercicios).

- Objetivos:

16ª SESION:

- Temporalización: 2 días.

- Actividad:

A Ejercicio, para establecer las dificultades en el trabajo grupal.

- Objetivo:

17ª SESION:

- Temporalización: 4 ó 5 días.

- Actividad:

A Confección de cartas e instancias.



TALLER DE HABILIDADES LABORALES





Las actividades elaboradas para este taller tratan de favorecer la reinserción del sujeto en el mundo del trabajo, por lo que se encaminan a enseñar al recluso las principales técnicas de búsqueda de empleo. Somos conscientes de que la población reclusa, una vez en libertad, no sólo se caracteriza por la dificultad de insertarse en el ámbito del trabajo, sino también por la falta de responsabilidad de estos. Desde esta perspectiva, entendiendo que el recluso desarrolla un comportamiento pasivo en la cárcel, se trata de inducirle a que nada de lo que consiga se lo van a dar hecho sino que va a depender de él. Eso sí, en este caso, en el ámbito laboral.

1ª SESION (PRESENTACION):

- Temporalización: 2 horas.
- Actividad:
 - 1) Presentación del programa del taller de habilidades laborales.
 - 2) Presentación de cada miembro del grupo.
- Desarrollo:

Cada miembro del grupo se irá presentando a sí mismo, diciendo su nombre, alguna afición y las expectativas que tengan hacia el taller. Comentarios y dudas.
- Objetivo:
 - 1) Facilitar el conocimiento del grupo con el que se va a trabajar.
 - 2) Establecimiento de los objetivos del taller.

2ª SESION (ESTABLECIMIENTO DE NORMAS INTERNAS DEL TALLER):

- Temporalización: 1 hora.
- Actividad:

Se divide al grupo en dos subgrupos de 5 personas. Cada grupo hará una lista de las normas que crean necesarias para el buen funcionamiento del taller.
Puesta en común, comentarios y dudas.
Confección de un pliego normativo.
- Objetivo:

Fomentar la participación y compromiso del grupo enfocado hacia el buen funcionamiento del taller.
- Material:

Material escolar.

3ª SESION (AUTOANALISIS):

- Temporalización: 14 horas.
- Actividad:

Cada miembro del grupo tendrá que responder a una serie de preguntas acerca de sus actitudes, cualidades personales y aptitudes en el trabajo. Una vez realizada la actividad se hará una puesta en común exponiendo dudas y comentarios escritos.
El siguiente paso consiste en que cada uno confeccione individualmente un inventario lo más completo posible de las actividades que ha realizado:

 - estudios
 - experiencia laboral
 - actividades sin ánimo de lucro
 - pasatiempos, deportes y hobbies

A continuación mediante una dinámica de grupos se expondrán dudas y comentarios.
- Objetivos:

Conocimiento personal de las posibilidades reales del preso con el fin



- de evitar fracasos.
- Material:
Material escolar

4ª SESION (TECNICAS DE BUSQUEDA DE INFORMACION):

- Temporalización: 14 horas.
- Desarrollo:

Después del autoanálisis se trata de adaptar esas aptitudes, conocimientos y preferencias que posee cada uno de los miembros del grupo al puesto más adecuado para él.

 - 1) Elección del trabajo adecuado a sus características.
Que cada miembro del grupo elija el empleo/os que crea que mejor se ajusta a sus capacidades (de acuerdo con el autoanálisis anteriormente realizado). Se llevará a cabo con una dinámica de grupos donde se expondrá, primero individualmente y luego en común cada una de las opciones, analizando y contrastando las características personales y aquellas requeridas por el puesto deseado.
 - 2) Descripción del puesto de trabajo.
Una vez que cada uno haya elegido el puesto al que aspira, se recogerá el contenido, las responsabilidades y los deberes inherentes a ese trabajo.
Dinámica de grupos: entre todos harán una descripción de las funciones más relevantes para ese puesto/os deseado/os.
 - 3) Fuentes de información sobre él o los trabajos que se quieren conseguir.
Hay que consultar a varias fuentes de información. Se expondrán de forma detallada las diferentes fuentes de información de que disponen en la sociedad:
 - a) Anuncio de periódico o publicación por el que tuviste conocimiento del puesto vacante.
 - b) El COIE (Centro de Información de Empleo), de los Institutos, Escuelas o Universidad.
 - c) Convocatorias publicadas por la administración (local, comarcal, provincial, autonómica o nacional), van acompañados de una descripción del puesto.
 - d) Oficinas del INEM, Cámara de Comercio, personal de agencias de empleo, orientadores escolares, orientadores profesionales, ...Organos de información: páginas amarillas, diarios locales, informes estadísticos del gobierno, revistas profesionales, ...
 - e) Personas que ocupen un puesto similar en otra compañía.
 - f) Dirigirte a quienes se relacionan con la empresa (sindicatos, clientes, personas que hayan trabajado en esa empresa, personas empleadas actualmente en la compañía en la que estas interesado.
 - g) Tablones de anuncios situados en los departamentos de personal en las empresas.
 - h) Solicitar una entrevista y conocer por ti mismo el terreno, las personas que te entrevistarán (responsable de contratación del departamento de personal, jefe de sección, agencia o empresa de selección) te proporcionarán información escrita sobre el trabajo.

Se expondrá toda la información (lugares a los que acudir), a continuación se realizará una dinámica de grupos con dudas y comentarios.
- Actividades:
 - 1) una vez que tengan clara toda la información que le hemos dado, a modo de práctica tendrán que buscar por periódicos ofertas de trabajo,



sacar perfil de trabajo y ver si se adecua o no a sus capacidades.

2) También se realizará con el grupo Role-Playing con la información que le hemos dado.

3) Con toda la información, cada miembro del grupo que elabore una agenda personal donde establece una lista de nombres de empresa o centros de orientación, direcciones, n° de teléfono, ..., que les pueda ayudar a encontrar trabajo.

- Objetivo:

Conocimiento de las fuentes de información y proporcionar a los sujetos de una estrategia de actuación para la búsqueda de empleo.

- Material:

Documentación, prensa y material escolar.

5ª SESION (TECNICAS DE BUSQUEDA DE EMPLEO).

- Temporalización: 8 horas.

- Actividades:

1) Presentación escrita: Curriculum y cartas.

2) Marketing (anuncios y contactos) -ya visto en la 4ª sesión.

3) Presentación oral: teléfono y entrevista.

- Objetivo:

Estudiar y entrenar en los métodos de búsqueda de empleo más utilizados, para que cada recluso se marque su estrategia de actuación y abandone caminos más fáciles y gratificantes a corto plazo, pero que le devolverían al medio penitenciario.

Preparar al individuo para enfrentarse a situaciones de selección de personal.

1) CURRICULUM

- Temporalización: 4 horas.

- Desarrollo:

Se realizará un curriculum standar y a continuación cada uno de los miembros del grupo tendrá que hacer uno personalizado, respondiendo al trabajo que anteriormente hayan elegido (en periodicos, anuncios, ...)

AUTOANALISIS

- Temporalización: 4 horas.

1) Has de conocerte a ti mismo para poder saber cuáles son los empleos para los que estás capacitado.

a) ¿qué soy capaz de hacer?

b) ¿que hago bien?

c) ¿qué espero de mi empleo? ¿dónde estoy más comodo?

No te conformes con reflexionar sobre lo que has hecho. Anota por escrito lo que tu mismo y los demás piensan de tus cualidades personales. Sin datos sobre ti mismo no sabrás responder ante un entrevistador sobre lo que puedes ofrecer, o bien puedes aceptar un empleo que no responda a tus expectativas.

2) Aptitudes en el trabajo: Capacidades necesarias para reallizar determinadas tareas, teniendo en cuenta conocimientos y experiencias.

Hay que plantearse dos tipos de preguntas:

1) ¿cómo soy personalmente?

¿qué piensan de mí?

¿cuáles son mis características, conocimientos, habilidades y preferencias?

¿qué quiero?

2) ¿cómo soy profesionalmente?

¿qué significa para mí el trabajo?

¿qué lugar ocupa el trabajo en mí vida?

¿qué condiciones de trabajo busco?



¿que interese profesionales tengo?

Necesitas saber de ti mismo:

- Nivel de formación y titulación
- Formación complementaria
- Cualidades personales (habilidades, intereses, ...)

3) Inventario de actividades:

Se debe reallizar un inventario lo más completo y preciso posible de las actividades que hayas reallizado. Te servirá para redactar tu curriculum, escribir cartas de presentación y de petición de empleo, enfrentarte con éxito a las entrevistas y rellenar solicitudes de empleo.





TEATRO Y VIDEOFORO





1ª SESION:

- Temporalización: 1 día.
- Actividad:
 - Presentación.
- Repartir fichas con las reglas comportamentales mínimas exigidas en este taller:
 - 1) Puntualidad absoluta. Solo se permitirán retrasos justificados que no superen los 10 minutos. Todo aquell que llegue más tarde de esos 10 minutos permitidos, o que no tenga justificación convincente no será autorizado a entrar, ya que toda interrupción romperá el ambiente de concentración en la actividad perjudicando al resto de los compañeros con verdadero interés.
 - 2) No está permitido fumar en clase, el humo puede molestar a los otros y no le vendrá mal a nadie un par de horas respirando aire puro.
 - 3) Se exige total respeto hacia los demás sobre todo a la hora de interpretar papeles, están por tanto prohibidos:
 - comentarios ofensivos
 - comentarios en voz baja
 - sonrisitas burlonas
 - gestos que pretendan imitar.Estamos aquí para aprender el Septimo Arte y quien sabe si no llegaremos a la fama; para ello se necesita un ambiente relajado y cordial.
 - 4) Se espera que haya una predisposición absoluta a la caracterización del papel a interpretar.
 - 5) Se recomienda colaboración por parte de todos en una mejora y perfeccionamiento de la obra, con lo cual cualquier sugerencia puede ser expuesta, y discutida su posterior puesta en marcha.
 - 6) Solo se permitirán faltas de asistencia justificadas y siempre y cuando no sean más de tres. Si una persona llega tarde y no sse le permite la entrada al taller, eso será considerado como una falta de asistencia.
 - 7) La falta de un alumno puede trastocar la evolución del grupo con lo que se avisa de antemano que no seremos flexibles en la norma anterior bajo ningún concepto.A continuación:
 - preguntas
 - sugerencias
- Objetivos:
 - Inculcar a los reclusos una idea de seriedad de esta actividad.
 - Motivación que poco a poco se irá incrementando para que la actividad tome interés desde el primer día.



2ª SESION:

- Temporalización: 1 día.

- Actividad:

Introducción teórica al teatro del siglo XX (libro de literatura de COU, ANAYA p. 175-186, 449-466).

EL TEATRO ESPAÑOL ANTERIOR A 1936.

Sobre el pesan con especial fuerza los condicionamientos comerciales: absoluto predominio de los locales privados, cuyos empresarios -para hacer negocio- han de tener muy en cuenta los gustos del público aristocrático y burgués, de modo casi exclusivo.

En el primer tercio del siglo las tendencias del teatro español pueden repartirse en dos frentes:

1) El teatro que triunfa:

- comedia burguesa (Benavente y seguidores).

- teatro en verso, tradicionalista en su ideología.

- teatro cómico en el que predomina un costumbrismo igualmente tradicional.

2) El teatro que pretende innovar, ya sea aportando nuevas formas o proponiendo nuevos enfoques ideológicos.

Ejemplo: Valle-Inclán, generación del 27 (García Lorca).

La figura más representativa de las posibilidades y limitaciones de la escena española a principios de siglo es Jacinto Benavente.

Por otra parte está el llamado "teatro poético", que es una continuación de hábitos del siglo XIX. Dentro de esta línea del teatro en verso cabe destacar a Francisco Villlaespesa (1877-1936) y a Eduardo Marquina (1879-1946).

Este tipo de teatro sse prolongo en años posteriores. Así, por ejemplo en algunas obras de José María Pemán. Haría falta el ingenio de García Lorca para dar nuevas dimensiones al teatro poético, con una obra commo Mariana Pineda.

El Teatro Cómico es otro de los tipos a destacar dentro del Teatro español. Aparte de una alusión al género llamado astracán vamos a referirnos a otro de los tipos de teatro que alcanzó éxito de público: la comedia costumbrista y el sainete. Los tipos y ambientes castizos son materia de los sainetes de los hermanos Alvarez Quintero (Serafín y Joaquín) o Carlos Arniches entre otros.

El género llamado "astracán" o "astracanada", creado por Pedro Muñoz se puede situar en un nivel más bajo -por su calidad, no por su éxito- del teatro cómico de ese periodo. Se trata de unas comedias descabella, llenas de chistes, sin pretensión alguna de calidad. "La Venganza de Don Mendo" (1918) es un acierto, dentro de sus límites, de este género mediocre.

ALGUNAS TENTATIVAS RENOVADORAS.

Frente a las tendencias de las vistas anteriormente, es desolador comprobar la impotencia y el fracaso a que se vieron condenadas experiencias de indiscutible interés. Nos referimos a los intentos de Unamuno y Azorín, a la producción singular de Jacinto Grav y al teatro insólito de "Ramón" (Ramón Gómez de la Serna).

EL TEATRO EN LA "GENERACIÓN DEL 27".

Con este nombre no sólo se designa al "grupo de poetas", algunos de los cuales figuran igualmente en la historia del teatro contemporáneo (ejemplo: García Lorca, Unamuno, ...) A la misma generación pertenecen, por su edad, dramaturgos como Casona, Max Aub, Jardiel Poncela o Mihura. Jardiel Poncela



y Mihura emprenderán la renovación del teatro cómico.

Dejando aparte esto y algún otro aspecto, tres son las facetas que debemos destacar en la creación dramática de la generación:

1. Desaparición del teatro poético.
2. Incorporación de las formas de vanguardia.
3. El propósito de acercar el teatro al pueblo.

LAS NUEVAS FORMAS DRAMÁTICAS: LAS ÚLTIMAS PROMOCIONES DEL TEATRO ESPAÑOL.

Las primeras novedades del teatro en el siglo XX se presentan como una reacción contra el realismo. El TEATRO SIMBOLISTA se proponía superar la realidad, sugiriendo lo invisible, creando atmósferas poéticas y dando entrada al misterio. El TEATRO EXPRESIONISTA distorsiona la realidad y acentúa la teatralidad de los recursos escenográficos y de la interpretación.

Más tarde los más importantes movimientos de vanguardia, sobre todo el dadaísmo y el surrealismo, supondrían una violenta ruptura con las convenciones del teatro tradicional: Tanto los textos como los recursos escénicos se pondrán al servicio de lo ilógico, lo onírico, lo insólito, lo delirante.

Trás la 2ª G.M. ocupa un lugar destacado entre las nuevas vanguardias literarias el TEATRO DEL ABSURDO, que nace en Francia en 1950 con "La Cantante Calva" de Ionesco. Los temas de este movimiento son característicos: el hombre perdido en un mundo absurdo, la angustia ante el tiempo, la muerte, la nada, el vacío, la soledad, la incomunicación, en suma, la visión de la vida como una burla trágica.

En cuanto a las formas de expresión dramática, constituirían una presentación absurda del absurdo en un doble plano: las situaciones y el lenguaje. Se presentan situaciones ilógicas, acciones incoherentes, personajes vacíos en un marco insólito o entre objetos extraños, todo ello signo o símbolo del absurdo existencial.

En suma, el teatro del absurdo, tanto por sus planteamientos como por sus recursos expresivos, tiende a mostrar el absurdo de la existencia, pero no hablando de ello, sino haciéndolo sentir con procedimientos estrictamente teatrales. Dos figuras de esta corriente son:

Eugene Ionesco: Francia, 1912

Samuel Beckett: Irlanda, 1906.

Al mismo tiempo se desarrolla el TEATRO EXPERIMENTAL, el cual busca nuevas formas dramáticas al margen del teatro comercial. Se da más importancia al espectáculo que al teatro literario.

DE LA GUERRA CIVIL A NUESTROS DIAS

Después de la guerra hay muchas limitaciones y el teatro parecerá pobre. En estos años hay un Teatro visible que se ajusta al gusto del burgués, a quien intentaban complacer los empresarios que pagaban, y un Teatro que se escondía detrás y que intentaba responder a nuevas exigencias sociales, estéticas y culturales.

Etapas:

- Años 40-50: teatro con preocupaciones existenciales.
- Años 50-60: aparece un teatro realista y social.
- Años 60-70: teatro experimental.

(Ampliable por el libro: "Literatura Española" Anaya.

- Objetivos:

Introducción al ambiente social y cultural en el que fue escrita la obra a representar.

Adquisición de conocimientos básicos de Teatro para una mejor comprensión de la obra.

3ª SESION:



- Temporalización: 4 días.

- Actividades:

Juegos sencillos de iniciación a la expresión facial y corporal y a la interpretación.

- JUEGOS A INCLUIR:

(Con el fin de entrenar a los reclusos en comunicación expresiva e interpretación).

Estos juegos se realizarán una vez concluida la teoría. Solo se podrán incluir dividiendo dicha teoría en el caso de que ésta resulte pesada o aburrida para los alumnos.

1. Interpretación improvisada por voluntarios de las fotos de la entrevista socio-cognitiva, medios-fines, con lo cual tendrán que adaptar sus ideas al compañero con el que realiza la interpretación.

2. Lectura que deben escuchar con los ojos cerrados imaginando lo que oyen en un escenario natural, metiéndose en la piel del personaje; redacción en la que expresen sus sentimientos durante la actividad.

3. Invención de una obra corta de teatro en la que todos los reclusos presentes tengan su papel; el tema girará entorno a su título: "UNA NAVIDAD SIN PAVO".

4. Juego del Disparate, en el que deben inventar una historia que haga enlazar la pregunta con la respuesta. ("Este me ha preguntado ... y este me ha contestado ...")

5. Conversación con el hombre invisible (voluntarios).

6. Intentar convencer al público de que su producto es mejor, (sin hablar mal de los productos de la competencia).

-Objetivos:

Facilitar la expresión y la interpretación.

Mejorar la exteriorización de emociones del sujeto.

Aprender a adoptar un papel de otra persona ajena a ellos, con el fin de mejorar la empatía.

4ª SESION:

- Temporalización: 4 meses y medio.

- Actividad:

Presentación de la obra elegida (Maribel y la extraña familia)

Reparto de papeles.

Ensayos.

-Objetivos:

Motivar a los sujetos a un trabajo constante.

Superar miedos y vergüenzas a ponerse delante de un público.

RECURSOS MATERIALES:

- Espejos

- Vestuario básico.

- Libretas y bolígrafos.