

ANEXO 5

Pedir ayuda

OBJETIVO:

Ser capaz de pedir o prestar ayuda a otras personas en las situaciones apropiadas.

SUPONE:

Pedir ayuda significa solicitar a otra persona que haga algo por ti ya que tú solo no puedes hacerlo.

RAZONES:

Saber pedir ayuda es una habilidad muy importante para los niños y para todas las personas en general. Si piden ayuda de un modo aceptable, pueden resolver problemas que se presentan en muchas ocasiones. Es importante pedir bien la ayuda porque cuanto mejor la pidamos más posibilidades hay de que los demás respondan de forma positiva a nuestras peticiones. Si lo pedimos de forma inadecuada (con exigencias, de modo grosero, etc.) hay más posibilidades de que la otra persona nos lo niegue.

COMPONENTES:

Pasos a seguir

- Asegurarse de que se necesita ayuda.
- Determinar qué personas nos pueden ayudar y elegir de entre ellas la que pensamos que nos puede ayudar mejor.
- Acercarse a la persona, saludar y formular la petición de ayuda mediante expresión verbal adecuada y lenguaje corporal correcto. Hay que expresar lo que necesitamos: de forma clara, explicando la importancia que tiene para nosotros lo que necesitamos, utilizando un tono amable y cordial, como petición, no como exigencia.
- Agradecer y valorar cordialmente la ayuda recibida.
- Buscar otras alternativas cuando la otra persona nos niega la ayuda.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS Y ACTIVIDADES:

1º Instrucción verbal: Instrucción sobre la habilidad y las situaciones en qué hay que utilizarla.

2º Modelado y práctica: El profesor y otros alumnos modelarán y ejemplificarán situaciones en las que se pide ayuda a otras personas, señalando los pasos correctos en cada caso.

Roll playing o dramatización: Nos dividimos en grupos y cada uno tiene que practicar el pedir ayuda a otras personas.

3º Actividades:

- Expresar verbalmente situaciones en las que han necesitado pedir ayuda a otras personas.
- Reflexionar, sobre una lista de cosas, situaciones en las que necesita pedir ayuda.
- A través de historias narradas o visuales, identificar situaciones de peligro en las que el alumno debe pedir ayuda.