

AUTONOMÍA EMOCIONAL

3.3. Responsabilidades

3.3.1. Nacer, crecer y madurar

Introducción

Una persona nace, crece y madura. Todo esto implica un largo proceso. Además del físico, la personalidad de una persona crece y madura constantemente. La persona que hoy es joven tiene derechos y obligaciones y a medida que adquiere responsabilidades y obligaciones está creciendo y madurando. También hay quien no conoce sus responsabilidades. A veces, porque no quiere hacerse cargo de ellas. Y, a menudo, porque somos quienes le rodeamos, profesorado, y padres y madres, quienes nos hacemos cargo de sus responsabilidades. En cualquier caso, no asumir sus responsabilidades obstaculiza su proceso de maduración.

La manera de que un o una joven madure es que asuma sus responsabilidades y obligaciones.

Objetivos

- Conseguir que el o la joven identifique sus responsabilidades.
- Que asuma las responsabilidades que le corresponden.
- Una vez que se haga cargo de sus responsabilidades, enseñarle a afrontar las responsabilidades y las consecuencias que conllevan.

Metodología

Individualmente

En primer lugar, los y las jóvenes deben especificar las responsabilidades que tienen en la vida diaria y en los aspectos que les rodean. Para ellos y ellas, proponemos cuatro ámbitos: la escuela, la casa, la higiene y la salud y el círculo de amistades. En cada uno de ellos enumeramos algunas responsabilidades básicas para la convivencia. Los alumnos y alumnas, por su parte, deberán participar en la creación del listado de responsabilidades.

Después, valoraré INDIVIDUALMENTE mi nivel de cumplimiento hacia esas responsabilidades con la siguiente puntuación:

AUTONOMÍA EMOCIONAL Responsabilidades

Nunca	0
Pocas veces	1
A veces	2
Siempre	3

“Son absolutamente mías”

		0	1	2	3
EN LA ESCUELA:					
1	Hacer todos los días los deberes de la escuela en casa es mi obligación.				
2	Me corresponde a mí saber qué trabajos y deberes tengo que hacer.				
3	Tener en buen estado mis libros, cuadernos...es mi responsabilidad.				
4	Mantener en orden el material escolar (la balda, la mesa, la mochila) es mi responsabilidad.				
5	Los resultados de mis estudios son mi responsabilidad.				
EN CASA:					
6	Hago mi cama.				
7	Mantengo limpia y ordenada mi habitación.				
8	Participo en las tareas de casa (recoger y poner la mesa, fregar los platos, barrer...)				
9	Guardo y ordeno mi ropa en el armario.				
10	Meto la ropa sucia en la lavadora.				
11	Mantengo limpios mis zapatos.				
HIGIENE Y SALUD:					
12	Me ducho todos los días o frecuentemente.				
13	Me lavo las manos antes y después de comer.				
14	Me lavo los dientes después de comer.				
15	Cuido mi salud.				
16	El tabaco y alcohol no son para mí.				
17	Tengo el compromiso de alejarme de las drogas.				
18	Como de todo, moderadamente y de manera equilibrada.				
19	Dejo de lado las chucherías y los bollos.				
EN EL CÍRCULO DE AMISTADES:					
20	Se escuchar lo que cuentan amigos y amigas.				
21	Respeto la manera de pensar de amigos y amigas.				
22	Respeto la diferente manera de ser de amigos y amigas.				
23	Doy mi opinión.				
24	Se decir que no ante lo que no es correcto.				
TOTAL					

AUTONOMÍA EMOCIONAL
Responsabilidades

Con todo el grupo

Una vez completada la tabla individual y obtenidos los resultados, cada alumno o alumna pintará su columna en la tabla general, en función de los resultados obtenidos y pondremos el cuadro a la vista de todos y todas.

Nombres de los alumnos y alumnas	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															

ES HORA DE ASUMIR COMPROMISOS.

En las próximas semanas pediremos a los alumnos/as que cumplan las responsabilidades especificadas, y al cabo de dos semanas les pediremos que vuelvan a rellenar el mismo cuadro de valoraciones. Compararemos la puntuación obtenida con la anterior y comentaremos los cambios que se han producido.

Si se considera oportuno, pediremos también a los padres y madres que realicen el mismo ejercicio para conocer su percepción respecto al cambio sobre el cumplimiento de responsabilidades.