

## TEMA 2: PROGRAMAS DE RESPONSABILIDAD PERSONAL Y SOCIAL DE D. HELLISON

Autor: Amparo Escartí Carbonell

La información de este capítulo se ha obtenido del libro coordinado por Amparo Escartí (2005): *Responsabilidad personal y social a través de la actividad física y el deporte*. Editorial Graó, Barcelona.

### 1. Introducción al programa de responsabilidad personal y social de D. Hellison

**La adolescencia** es un período de transición entre la infancia y la juventud en el que se experimentan importantes cambios físicos, psicológicos y sociales. Algunos de estos cambios se materializan en la **búsqueda de la identidad personal y la autonomía**, de una mayor intimidad con los pares, en el alejamiento del vínculo parental, en el desarrollo de la sexualidad y el desarrollo cognitivo (Steinberg, 1993).

**Los adolescentes que denominamos «de riesgo»** tienen que hacer frente, a menudo, a los problemas que se derivan de una situación familiar desestructurada, la baja competencia académica, la baja percepción de auto-eficacia, la baja autoestima o los problemas de conducta.

Las investigaciones que se han centrado en el **estudio de las razones por las que los adolescentes se involucran en conductas violentas, en el consumo de drogas y de alcohol o en actividades delictivas** han identificado cuatro grupos de factores:

- Los sociales y recreativos, como ser parte de un grupo.
- Los relacionados con el ambiente familiar y social.
- La carencia de las suficientes habilidades sociales, de responsabilidad y de autocontrol.
- Y la falta de optimismo en lo referente al futuro.

La violencia juvenil y el uso de drogas y alcohol es el resultado de un conjunto de variables que afectan a todos los estratos de la sociedad actual, desde las familias acomodadas, hasta las familias sin recursos. Las fuentes de riesgo se encuentran en las escuelas, en la sociedad, en la familia y en las condiciones existentes fuera del colegio.

Por ello, **es necesario plantear programas de intervención social que permitan a los adolescentes desarrollar recursos cognitivos y psicológicos que les ayuden a interpretar lo que es bueno y malo para ellos y actuar de acuerdo con estos criterios** (Danish y Nellen, 1997; Escartí et al., 2002, 2003; Gutiérrez, 2003, 2004; Hastie y Buchanan, 2000; Hellison, 1995; Hodge y Danish, 1999; Jiménez, 2000; Martinek, McLaughlin y Schilling, 1999; McKenney y Dattilo, 2001).

En estas tres últimas décadas, han surgido **diferentes programas de intervención** que han tomado como **punto de partida el deporte o la actividad física para lograr el objetivo de mejorar el desarrollo personal y social de los adolescentes «en riesgo»**.

Estos programas se han llevado a cabo en diferentes modalidades y han tenido lugar durante las clases de educación física, en actividades extraescolares o en campamentos ofertados por la escuela o los servicios sociales. Los objetivos y la efectividad de los distintos programas son muy variados. Sin embargo, **la mayoría de ellos se han centrado en incrementar en los sujetos el razonamiento moral, las atribuciones, el autoconcepto, la auto-percepción de eficacia, y la comprensión del mundo y de los demás.**

Algunos de estos programas han demostrado su efectividad, ya que han reducido en casi un 40% las conductas de riesgo y mejorando las habilidades sociales y la integración social de los adolescentes (véase Collingwood, 1997).

**De todos ellos, el «Programa de Responsabilidad Personal y Social» (PRPS) – propuesto por Hellison (1978, 1985, 1995)– es uno de los más consistentes.**

## **2. Estructura del Programa de Responsabilidad Personal y Social (PRPS)**

A lo largo de más de 20 años, Don Hellison ha demostrado su utilidad en el ámbito aplicado. **Este programa fue diseñado con el objetivo de que los adolescentes y jóvenes de riesgo vivieran experiencias de éxito que favorecieran que desarrollaran sus capacidades personales y sociales, y su responsabilidad social tanto en el deporte, como en la vida.** Este modelo es el resultado de 25 años de trabajo de campo (Hellison, 1978, 1985, 1995) y va más allá de los programas tradicionales de deporte o educación física, ya que sostiene la necesidad de enseñar a través del deporte comportamientos y valores que mejoren la vida de los estudiantes.

**El PRPS de Don Hellison asocia dos valores al bienestar y al desarrollo personal: el esfuerzo y la autogestión.** También asocia otros **dos valores al desarrollo y a la integración social**, dichos valores son, respectivamente: **el respeto a los sentimientos y los derechos de los demás; y la capacidad de escuchar y ponerse en el lugar de los «otros».** Cuando los adolescentes son capaces de entender dichos valores y comportarse de acuerdo con ellos, han alcanzado lo que el programa denomina Responsabilidad Personal y Social (RPS).

Según Hellison, a través del PRPS, los adolescentes aprenden a desarrollar su responsabilidad social de modo gradual. Los adolescentes de riesgo, al comienzo, se encuentran en el nivel 0, que se caracteriza por las conductas irresponsables, la falta de autocontrol, la falta de respeto a los compañeros y al profesor, la falta de metas a medio y largo plazo, y el desinterés por su futuro. Para aprender los comportamientos relacionados con los valores del programa, los adolescentes tendrán que ir superando de modo progresivo los siguientes niveles:

- **Nivel 1: El respeto por los derechos y sentimientos de los demás.** Se concreta en conductas tales como respetar a los demás, escuchar al profesor y a los compañeros, no interrumpir...

- **Nivel 2: La participación.** En este nivel, los estudiantes ya tienen que aprender a participar en las actividades de clase, aunque aún bajo la supervisión del profesor. Implica la adopción de conductas como participar en las actividades propuestas, respetar los turnos o cumplir las reglas del día.
- **Nivel 3: La autogestión.** Se insiste en actividades en las que los adolescentes tienen que aprender a asumir responsabilidades y a gestionar su tiempo. Se pone de manifiesto en comportamientos como planificar el aprendizaje, ponerse metas a corto y largo plazo, evaluar sus resultados, y planificar su futuro a medio y largo plazo.
- **Nivel 4: La ayuda.** Los estudiantes deben aprender a cuidar a otros, hacer proyectos de servicios, cuidar el material y atender las necesidades de sus compañeros.
- **Nivel 5: Fuera del gimnasio.** Han de aplicar en otros contextos lo que se ha aprendido en el programa.

La puesta en práctica del programa comienza presentando de forma progresiva y acumulativa los niveles del programa de responsabilidad. Esta metodología didáctica ofrece ventajas e inconvenientes:

- **VENTAJAS:** ofrece simplicidad y los estudiantes pueden apreciar fácilmente las metas que deben conseguir y les puede resultar fácil autoevaluar los logros que han alcanzado en cada sesión.
- **DESVENTAJAS:** este planteamiento no deja de ser artificial y la realidad nos pone de manifiesto que el aprendizaje de responsabilidad no se produce de forma lineal y acumulativa, sino más bien como un proceso general de interiorización de actitudes y normas sujeto a progresos y retrocesos.

Nuestra propuesta es **presentar a los estudiantes los cinco niveles de responsabilidad como una serie de metas** que, una vez conseguidas, les van a permitir ser personas responsables.

De este modo el programa comienza por el nivel uno y progresivamente se va introduciendo a los participantes en el resto de ellos, **volviendo a trabajar algún nivel cuando el profesor lo considere conveniente.**

**Una de las ventajas** que presenta el Modelo de Responsabilidad Personal y Social **es su sencillez y simplicidad. Estructurar el aprendizaje y la enseñanza de responsabilidad por niveles ha demostrado ser una herramienta muy eficaz** para los profesores y una estrategia de aprendizaje muy útil para los alumnos.

### 3. Estructura del PRSP: formato diario de cada sesión

**Las clases del PRPS siempre tienen la misma estructura** con el objetivo de que los estudiantes se acostumbren a cumplir unas normas y sepan exactamente qué es lo que se espera de ellos en cada momento. Siguiendo la filosofía de Hellison (1995), pero introduciendo alguna pequeña modificación, **la clase tiene 4 partes:**

- Toma de conciencia.
- La actividad física: la responsabilidad en acción.
- Encuentro en grupo.
- Evaluación y autoevaluación.

#### 3.1. Toma de conciencia

Cuando los estudiantes llegan al gimnasio, **se les explica durante cinco minutos los comportamientos de RPS que deben aprender y practicar ese día**, con la finalidad de que sepan exactamente qué comportamientos se esperan de ellos. Esta toma de contacto con los alumnos tiene una duración de 5 minutos aproximadamente. Estos primeros minutos son muy importantes y el profesor debe estar especialmente atento y motivado. Es el momento de la bienvenida y el docente tiene que expresar una actitud receptiva.

La idea es que vaya saludando a cada chico de manera individual y que le exprese alguna cosa que le pareció bien, regular o mal de la sesión anterior. Pasados unos cinco minutos, cuando todos los estudiantes están ya en el gimnasio, el profesor los sentará en un círculo alrededor de él y les expondrá de forma muy breve y sencilla el objetivo educativo del día.

Es un momento muy importante, donde **el educador debe asegurarse , a través del *feedback*, que todos los alumnos saben que es lo que se persigue y que cosas no se van a consentir.** Para ello, el profesor expondrá muy brevemente las reglas básicas del programa. A continuación se explicará la actividad física a realizar y las normas para llevarla a cabo. **Cuando el profesor está seguro de que todos los alumnos saben que es lo que tienen que hacer y que se espera de ellos, se pasa a la fase siguiente de clase.**

#### 3.2. La responsabilidad en acción.

**En este momento del PRPS se pretende que** la responsabilidad se ponga en acción, que **durante el desarrollo de la actividad física los estudiantes aprendan a comportarse con responsabilidad de acuerdo con los objetivos de ese día.** Es importante señalar que en el PRPS las actividades deportivas o las habilidades físicas son un vehículo para enseñar RPS, por lo que cualquier actividad puede ser útil siempre que sea motivadora y tenga un significado de aprendizaje para los estudiantes.

### 3.3. Encuentro de grupo

Al finalizar la actividad física, los adolescentes se sentaban en círculo con el profesor. En este momento, se les dá la palabra a los adolescentes con el objetivo de compartir opiniones, sentimientos e ideas sobre el programa y, también, sobre cómo ha transcurrido la sesión. **Con el encuentro de grupo**, que tiene una duración aproximada de 10 minutos, **se pretende que los adolescentes reflexionen sobre los niveles de responsabilidad y como aplicarlos.**

El profesor comenzará el diálogo con una pregunta abierta orientada a preguntar a los estudiantes estas cuestiones: como ha funcionado la actividad del día, se han cumplido los objetivos educativos, que hemos aprendido hoy, como podríamos mejorar para conseguir los objetivos,...

**La misión del profesor en esta fase** del programa es conducir la dinámica del grupo haciendo preguntas y dejando tiempo suficiente para que los estudiantes contesten.

**Al final de la sesión, el profesor debe elaborar una pequeña conclusión final** sobre lo que ha pasado en la sesión y el modo de mejorar los problemas. Es muy importante que esta conclusión refleje el sentir de los estudiantes y sea elaborada con palabras muy sencillas y directas. Con esta conclusión se pasará a la evaluación por parte de los alumnos.

### 3.4. Evaluación y autoevaluación..

Sentados en círculo, durante dos o tres minutos, **los alumnos valoran su comportamiento en la clase, en relación con en nivel del programa trabajado ese día. También evalúan el comportamiento de sus compañeros y el del profesor.** Esta evaluación la realizan mediante un gesto con la mano: el dedo pulgar hacia arriba indica una evaluación positiva, el dedo pulgar en horizontal una evaluación media y el dedo pulgar hacia abajo una evaluación negativa.

Existen unas **reglas básicas del programa** que el educador debe repetir cada día de forma muy breve y directa. Estas reglas deben cumplirse siempre y son parte del proceso:

- Todo el mundo tiene derecho a expresar su opinión de modo que respete a los demás.
- Los conflictos se deben resolver pacíficamente y tratar de buscar una solución que sea satisfactoria para todos.
- Colaborar con la buena marcha de clase beneficia a todos.
- Habrá tiempos muertos y se interrumpirá la actividad cuando el grupo o alguien no colabore y se estropee el funcionamiento del grupo.

