

DOSSIER
de
l'alumne

CONVIVÈNCIA

pla d'igualtat

EASSE ACTIVITATS



www.easse.org



3.

CONVIVÈNCIA

3.3.

Reconèixer i valorar la necessitat de desenvolupar habilitats que ens ajudin a comunicar-nos de manera eficient

A. Contextualització

Observeu el vídeo d'un pare i el seu fill.

<https://drive.google.com/drive/folders/1d5usqcb3ASwx-ABAJ-g7JictsH8KZj4h>

1. Quines habilitats deduiu que calen per comunicar i tractar les persones amb dignitat?

2. Tothom es mereix ser escoltat? Per què?

De vegades no escoltem prou bé. Fem la següent activitat en grup

ACTIVITAT EN GRUPS

Joc del telèfon espatllat: es posen els participants en fila, espatlla amb espatlla. El professor diu una frase en veu baixa a l'oïda del primer de la cadena i aquest al següent. Així successivament fins arribar al darrer de la cadena.

L'últim diu la frase en veu alta i sovint no té res a veure o fins i tot és contradictori amb el missatge original. Canviar el missatge expressament és trampa.

El joc és un exemple del que passa a la vida real. Sovint les persones volen dir una cosa i en realitat en diuen una altra. També de vegades no parem prou atenció al que ens diuen i interpreten, adapten o canvien el missatge.

Això mateix passa a la família i a la parella.

Fem grups de 4 per fer la resta d'activitats. Cada grup:

1. Feu una llista de 4 beneficis de la bona comunicació en família i en parella.
2. Feu una llista de 4 errors comuns en la comunicació i com evitar-los.

L'ART D'ESCOLTAR

Observeu el fragment de la pel·lícula "Fireproof" i analitzeu el següent:

<https://drive.google.com/drive/folders/1d5usqcb3ASwx-ABAJ-g7JictsH8KZj4h>

1. Penseu que hi ha igualtat en la comunicació que mantenen els personatges? Què us ho fa pensar?
2. Qui penseu que té menys ganes d'escoltar l'altre?
3. Qui dels dos creieu que pot tenir la raó? Què us ho fa pensar?

B. Activitats

Llegiu el següent text sobre la comunicació en parella i analitzeu quins aspectes no van bé en la comunicació del fragment de la pel·lícula vista. Si cal podeu tornar a veure-la.



Para lograr que la comunicación responda a las necesidades especiales de cada pareja, conviene tomar en cuenta lo siguiente:

* **Comunicarse con un enfoque positivo.** Para ello se debe hacer lo necesario para lograr que todo intercambio de palabras tenga un propósito positivo: ayudar, mejorar, lograr un mayor acercamiento, desarrollar la intimidad, aclarar los hechos frente a malentendidos y evitar que la comunicación sea utilizada como arma para demostrar superioridad, hacer sentir mal al otro, lastimarlo u ofenderlo.

* **Hablar con honestidad y con respeto.** Es sano que las dificultades y malentendidos propios de toda relación sean puestos sobre la mesa; sin embargo, hablar de situaciones difíciles no significa falta de respeto, al contrario, cuando se tratan situaciones complicadas es importante que la honestidad se vea acompañada de calma, prudencia y respeto.

* **Buscar el momento, lugar y forma adecuados.** Los miembros de la pareja deben desarrollar la habilidad para decir las cosas en forma constructiva y si además de utilizar las palabras adecuadas, éstas se expresan en el momento y en el lugar oportuno, entonces platicar con la pareja, aún de los temas más difíciles, será una delicia.

* **Hacer crecer la autoestima.** Si en la comunicación de pareja se logra que las personas involucradas se sientan escuchadas y tomadas en cuenta, ambas se sentirán bien consigo mismas, y ese sentimiento positivo, provocará que les resulte más fácil expresarse, sabiendo que hay otra persona dispuesta a comprender y ayudar. El resultado será que los integrantes de la pareja se aprecien más a sí mismos y valoren más a su pareja.

Títol: La comunicación en la familia.
Lloc: catholic.net.
Autors: Jorge Zuloaga i Norah Franco de Zuloaga.