

.....

DOSIER

del
alumno

.....

CONVIVENCIA

plan de
igualdad

EASSE ACTIVIDADES



www.easse.org



3.

CONVIVENCIA

3.3.

.....
Comunicación: Reconocer y valorar la necesidad de desarrollar habilidades que nos ayuden a comunicar de manera eficiente

A. Contextualización

Observad el vídeo de un padre y su hijo.

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

1. ¿Qué habilidades deducís que hay que utilizar para comunicar y tratar a las personas con dignidad?
2. ¿Todo el mundo merece ser escuchado? ¿Por qué?

A veces no escuchamos demasiado bien. Hacemos la siguiente actividad en grupo.

ACTIVIDAD EN GRUPOS

Juego del teléfono roto:

Se ponen los participantes en fila espalda con espalda. El profesor dice una frase en voz baja al oído del primero de la cadena y este al siguiente. Así sucesivamente hasta llegar al último de la cadena.

Este dice la frase en voz alta y a menudo no tiene nada que ver o incluso es contradictorio con el mensaje original. Cambiar el mensaje expresamente es trampa.

El juego es un ejemplo de lo que pasa en la vida real. A menudo las personas quieren decir una cosa y en realidad dicen otra.

También a veces no ponemos demasiada atención a lo que nos dicen e interpretan, adaptan o cambian el mensaje.

Eso mismo pasa en la familia y en la pareja.

Hacemos grupos de 4 para hacer el resto de actividades. Cada grupo:

1. Haced una lista de 4 beneficios de la buena comunicación en familia y en pareja.
2. Haced una lista de 4 errores comunes en la comunicación y cómo evitarlos.

EL ARTE DE ESCUCHAR

Observad el fragmento de la película "Fireproof" y analizad lo siguiente:

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

1. ¿Pensáis que hay igualdad en la comunicación que mantienen los personajes? ¿Qué os hace pensar eso?
2. ¿Quién pensáis que tiene menos ganas de escuchar al otro?
3. ¿Quién de los dos creéis que puede tener razón? ¿Qué os hace pensar eso?



B. Actividades

Leed el siguiente texto sobre la comunicación en pareja y analizad qué aspectos no van bien en la comunicación del fragmento de la película. Si hace falta podéis volver a verla.



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.

Título: La comunicación en la familia.
Sitio: catholic.net.
Autores: Jorge Zuloaga i Norah Franco de Zuloaga.