

Tutoría y Educación Socioemocional

Secundaria. Grado 1º

Escucha activa para una comunicación asertiva



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF Ciudad **MÉXICO**
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Presentación

Estimadas y estimados docentes y estudiantes:

La **Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México** (AEFCM) pone a su disposición una serie de fichas con materiales divertidos, actividades interesantes y recursos audiovisuales, con el fin de apoyar y acompañar el desarrollo de los aprendizajes de los educandos.

Las actividades propuestas les servirán a las y los docentes para reforzar los conocimientos de sus alumnas y alumnos, retroalimentar los estudios y garantizar la continuidad del aprendizaje escolar. Los invitamos a que realicen las actividades propuestas y las aprovechen al máximo porque fueron elaboradas especialmente pensando en ustedes.

**Sigamos adelante y
aprendiendo cada día.**

Asignatura

Escucha activa para una comunicación asertiva

aprendizaje

Practicar la escucha activa para entender los argumentos y puntos de vista de un interlocutor durante el diálogo y en la generación de proyectos.

manos a la obra

En tu cuaderno, realiza un registro de algunas experiencias que recuerdes en las que consideres que participaste con una comunicación asertiva escuchando de manera activa. Puedes hacerlo como el siguiente cuadro:

Experiencia	Participación
Acontecimiento o situación.	¿Cómo fue tu participación en la conversación?
Ejemplo: Mi mejor amigo me contó que quería participar en un concurso de canto, pero él no sabe cantar.	Ejemplo: Yo lo escuché con atención, le sonreía y miraba a los ojos, cuando terminó le compartí mi opinión y le expresé mi apoyo.

materiales

- Libreta
- Pluma
- Colores
- Regla
- Cartulina
- Plumones
- Imágenes

Al término del registro contesta las siguientes preguntas:

En una conversación tu...

- ¿Construyes tu respuesta mientras la otra persona esta hablando?
- ¿Supones lo que va a decir antes de que lo diga?
- ¿Interrumpes para dejar claro tu punto de vista o para terminar las frases de la otra persona?
- ¿Te desconectas y permites que tu mente divague en los temas que tienes pendientes?
- ¿Reaccionas con impulsividad ante ciertas palabras?

Asignatura

Escucha activa para una comunicación asertiva



ve a tu libro de texto

Al consultar el link del libro de texto "Formación Cívica y Ética 1" encontrarás el tema "Ser asertivo ante la influencia de otros", léelo y reflexiona su contenido ya que permitirá comprender mejor el tema de la asertividad, el cual es clave para una buena comunicación con escucha activa.

https://recursos.edicionescastillo.com/secundariaspublicas/visualizador/1_fce_tra/index.html#page/58



para aprender más



videos

Escucha activa - Capítulo 1(2:53 min.).

<https://www.youtube.com/watch?v=1mrPiV5IU3I&feature=youtu.be>

Escucha activa - Capítulo 2 (3:36 min.).

<https://www.youtube.com/watch?v=irtQbfVubIE>

Asignatura

Escucha activa para una comunicación asertiva

a compartir

En el salón de clases, realicen un cartel con algunos puntos que consideren importantes para lograr una escucha activa. Al finalizar colóquenlo en un lugar visible. En caso de necesitarlo acude a las ideas colocadas en el cartel. (Ejemplo en Anexo 1).

qué aprendí

Estrategias para la escucha activa y el logro de una comunicación asertiva.

a divertirnos

En el salón de clases lean el material “¿Estas escuchando? (Practicamos la escucha activa)” del Anexo 2. En parejas representen un diálogo con distintas respuestas, unas que favorezcan y otras que entorpezcan la comunicación.

Al finalizar, compartan ¿cómo se sintieron los que hablaban en cada situación? y ¿cómo les gustaría que los demás los escucharan?.



“¿Estas escuchando? (Practicamos la escucha activa)”

https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf

Asignatura

Escucha activa para una comunicación asertiva

Anexo 2

“¿Estas escuchando?” (Practicamos la escucha activa)

El truco de un buen conversador no es ser interesante (saber hablar), sino estar interesado (saber escuchar). Decimos que una persona realiza una buena escucha activa cuando es capaz de prestar atención de una forma intencionada, dando claras muestras de comprensión y generando empatía (esto es, sabiendo ponerse en el lugar del otro).

¿Cómo hacer una buena escucha activa?

1. Presta toda tu atención a la persona que habla, y dale claras muestras de ello: mírale frecuentemente a los ojos, asiente mediante gestos y expresiones verbales.
2. Repite los puntos clave de aquello que te cuente y que parezca tener importancia para él, para darle a entender que le vas comprendiendo.
3. No lo interrumpas salvo para mostrar que atiendes y para pedir aclaración si no entiendes.

Existen factores que pueden interferir en nuestra capacidad de escucha:

- Hábitos no verbales: desviar la mirada, movernos demasiado o muy poco, apoyar la cabeza en las manos, descuidar nuestra postura, perder el equilibrio y la simetría del cuerpo, cubrirte demasiado tiempo el pecho o el vientre con los brazos, ocultar las manos, no respetar el espacio territorial del otro,...
- Actitudes impulsivas: hacer evaluaciones o emitir juicios críticos, dar consejos sin que te los pidan, tratar de contar nuestro caso o una historia mejor que la que nos cuentan, preguntar selectivamente curioseando, disparar porqués, interpretar retorcidamente las intenciones del otro,...

Como muchas otras cosas, parece sencillo pero no es fácil. La mejor forma de aprenderlo es poniéndolo en practica repetidamente. A continuación, vamos a ensayarlo, por parejas.

A) Uno contará una historia relativamente importante para él. El otro escuchará, y llegado un momento...

- ...pondrá pegos a todo lo que dice
- ... dará consejos sin que se los pida el que habla
- ...dirá “ya hablaremos de eso más tarde”
- ...tratará de contar una historia mejor
- ...conversará con alguien más mientras le está hablando la otra persona
- ...no responderá
- ...se pasará de gracioso diciendo una tontería tras otra
- ...interrumpirá y cambiará de tema
- ...le hará reproches
- ...mirará a otra parte y no al que le habla
- ...responderá con “por qué...” a todo lo que se le dice

- ...se reirá sin venir a cuento
- ...se sentirá molesto y ofendido por lo que le dice la otra persona
- ...le hará callar

- B) Uno comienza a contar un problema que le interesa resolver. El otro, escucha, y...
- ...formula preguntas aclaratorias
 - ...le expresa que entiende cómo se siente
 - ...le felicita
 - ...le mira a la cara y asiente con la cabeza
 - ...valora las cosas positivas que le dice la otra persona

Asignatura

Escucha activa para una comunicación asertiva

Referencias

Referencias de internet

- Cuentos Para Crecer (2018). Desarrolla la Escucha activa. Clave para una comunicación asertiva.
<https://cuentosparacrecer.org/blog/desarrolla-la-escucha-activa-clave-para-una-comunicacion-asertiva/>
- Promoviendo la Adaptación Saludable de Nuestros Adolescentes (s.f.). Taller para adolescentes "Aprendiendo a comunicarnos, resolver conflictos y tomar decisiones" 1ªParte: "Todos valemos la pena y nos tenemos que entender" .
https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf
- Schmill, V.(2020). Formación Cívica y Ética 1Libro del Alumno. Castillo.
https://recursos.edicionescastillo.com/secundariaspublicas/visualizador/1_fce_tra/index.html#page/58

Referencias de imágenes

- Jennifer Arriaga. (2021). Pinterest; Pinterest. <https://www.pinterest.com.mx/pin/752734525190933240/>
- Promoviendo la Adaptación Saludable de Nuestros Adolescentes (s.f.). Taller para adolescentes "Aprendiendo a comunicarnos, resolver conflictos y tomar decisiones" 1ªParte: "Todos valemos la pena y nos tenemos que entender" .
https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/Ado6_1.pdf

Referencias de videos

- Primera Lengua. (2019). Escucha activa - Capítulo 1[YouTube Video].
<https://www.youtube.com/watch?v=1mrPiV5IU3I&feature=youtu.be>
- Primera Lengua. (2019). Escucha activa - Capítulo 2 [YouTube Video]..
<https://www.youtube.com/watch?v=irtQbfVubIE>