

Comunicación Asertiva y Valores: Construyendo Puentes de Diálogo

Persona y sociedad | Comunicación asertiva | Aprendizaje Basado en Retos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de secundaria comprendan la importancia de la comunicación asertiva y su relación con los valores personales y sociales. A través de retos reales, los estudiantes aprenderán a expresar sus ideas y emociones de manera clara, respetuosa y efectiva, fortaleciendo habilidades sociales que les permitirán mejorar sus relaciones interpersonales. La comunicación asertiva es fundamental para convivir en ambientes saludables, resolver conflictos y promover el respeto mutuo, por lo que este aprendizaje es relevante y aplicable a su vida cotidiana en la escuela, la familia y la comunidad. El plan utiliza la metodología de Aprendizaje Basado en Retos para fomentar la participación activa, el pensamiento crítico y la colaboración, promoviendo que los estudiantes construyan soluciones creativas para situaciones comunicativas desafiantes. Al concluir, los jóvenes estarán mejor preparados para actuar con respeto, empatía y firmeza, valores esenciales para su desarrollo personal y social.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar situaciones cotidianas donde la comunicación asertiva y los valores influyen en la interacción social.
- Identificar y aplicar técnicas de comunicación asertiva para expresar ideas y emociones con respeto.
- Diseñar soluciones creativas para resolver conflictos mediante la comunicación asertiva y el respeto a los valores.
- Argumentar la importancia de valores como el respeto, la empatía y la honestidad en la comunicación efectiva.
- Evaluar su propio estilo comunicativo y proponer mejoras para ser más asertivos en diferentes contextos.

Recursos Necesarios

- Hojas de rotafolio o pizarrón.
- Marcadores de colores (al menos 5 sets para grupos).
- Cartulinas y hojas blancas para elaboración de mapas mentales y esquemas.
- Proyector o computadora para mostrar videos cortos.
- Video corto sobre comunicación asertiva (3-5 minutos).
- Fichas impresas con situaciones problemáticas de comunicación (1 por grupo).
- Cuaderno o libreta para anotaciones personales.
- Lista de cotejo para autoevaluación y coevaluación (impresa).

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos sobre comunicación verbal y no verbal.
- Experiencias previas en trabajo colaborativo en equipo.
- Habilidades básicas para expresar ideas en grupo y escuchar activamente.
- Familiaridad con conceptos iniciales de valores como respeto y empatía.

Actividades

Sesión 1: Descubriendo la Comunicación Asertiva y sus Valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Introducir el concepto de comunicación asertiva y su vínculo con valores esenciales para la convivencia, motivando a los estudiantes a reflexionar sobre su propia forma de comunicarse.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Presenta la pregunta detonadora: “¿Alguna vez has querido decir algo pero no supiste cómo hacerlo para que los demás te entiendan y te respeten? ¿Qué hiciste?”
- **Estudiantes:** Responden en plenaria compartiendo brevemente sus experiencias.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un video corto de 3 minutos que ejemplifica una situación cotidiana donde una persona usa comunicación asertiva y otra no, resaltando las consecuencias.
- **Estudiantes:** Observan atentamente el video.

Contextualización:

- **Docente:** Explica con ejemplos concretos cómo la comunicación asertiva y los valores como el respeto y la empatía son útiles para resolver conflictos y fortalecer relaciones en la escuela y familia.
- **Estudiantes:** Escuchan y hacen preguntas para clarificar dudas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se propone un reto: “Imaginen que un compañero se siente incómodo porque alguien interrumpe cuando habla. ¿Cómo podrían ayudar a comunicar esa molestia usando comunicación asertiva y valores?”

• Actividad 1: Análisis de situaciones (15 min)

- **Objetivo:** Analizar situaciones cotidianas que requieren comunicación asertiva y valores.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Divide a los estudiantes en grupos de 4, entrega una ficha con una situación problemática relacionada con comunicación (ej. interrupciones, desacuerdos, críticas).

- **Estudiantes:** Debaten en su grupo sobre cómo se comunica el conflicto, qué valores están en juego y qué dificultades hay.

- **Organización:** Grupos de 4 estudiantes.
- **Producto:** Lista de aspectos identificados en la situación (problemas de comunicación y valores afectados).
- **Rol docente:** Observa, pregunta: “¿Qué emociones pueden estar presentes? ¿Qué valores podrían ayudar a mejorar la situación?”

• **Actividad 2: Introducción a técnicas de comunicación asertiva (15 min)**

- **Objetivo:** Identificar y aplicar técnicas básicas de comunicación asertiva.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Explica brevemente las 3 técnicas principales: expresar opiniones con respeto, usar mensajes en primera persona (“yo siento que...”), y escuchar activamente.
 - Presenta ejemplos claros y pregunta: “¿Cómo dirían ustedes una queja usando estas técnicas?”
 - **Estudiantes:** Practican con un compañero cómo comunicar un desacuerdo usando mensajes en primera persona, luego comparten ejemplos en plenaria.
- **Organización:** Parejas y plenaria.
- **Producto:** Ejemplos orales de mensajes asertivos creados por estudiantes.
- **Rol docente:** Retroalimenta enfatizando el respeto y claridad.

• **Actividad 3: Reflexión grupal guiada (15 min)**

- **Objetivo:** Argumentar la importancia de valores en la comunicación asertiva.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Propone preguntas para el grupo: “¿Qué valores creen que son indispensables para comunicarnos bien? ¿Por qué?”
 - **Estudiantes:** En grupos, discuten y elaboran un cartel con los valores que consideran más importantes para una comunicación asertiva.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Cartel con valores prioritarios y justificación breve.
- **Rol docente:** Ayuda a sintetizar ideas y motiva a relacionar valores con comunicación.

Diferenciación: Para estudiantes que terminan antes, se les invita a crear una pequeña dramatización basada en la situación analizada. Para quienes necesitan más apoyo, el docente proporciona frases modelo y apoyo verbal para expresar ideas.

Transición: El docente conecta el cartel de valores con la siguiente sesión, donde aprenderán a diseñar mensajes asertivos basados en estos valores.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Cada grupo comparte uno de los valores seleccionados y una forma de aplicarlo en la comunicación diaria.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué aprendí hoy sobre la comunicación y los valores?
 - ¿Cómo puedo usar la comunicación asertiva para expresar mis ideas?
 - ¿Qué valor me parece más importante para mejorar cómo me comunico?
- **Retroalimentación:** El docente refuerza las ideas clave y felicita la participación activa.
- **Transferencia:** Se anuncia que en la siguiente sesión practicarán la creación de mensajes asertivos para resolver conflictos.
- **Tarea o reto:** Observar durante la semana una situación donde alguien use comunicación asertiva o no, y anotarla brevemente para compartirla en la próxima clase.

Sesión 2: Creando Mensajes Asertivos con Valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Retomar el aprendizaje previo para profundizar en la construcción de mensajes asertivos que integren valores para mejorar la comunicación.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Qué ejemplos de comunicación asertiva notaron en la tarea? ¿Qué valores estuvieron presentes?”
- **Estudiantes:** Comparten brevemente ejemplos y reflexiones.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un breve reto: “¿Cómo podemos pedir un favor o expresar una queja sin generar conflicto?”
- **Estudiantes:** Piensan en sus respuestas iniciales.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que hoy diseñarán mensajes asertivos para situaciones reales, respetando valores.
- **Estudiantes:** Escuchan y se preparan para trabajar en equipo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se introduce el esquema básico para construir mensajes asertivos: situación – sentimiento – necesidad – petición clara.

- **Actividad 1: Taller de mensajes asertivos (20 min)**
 - **Objetivo:** Diseñar mensajes asertivos que integren valores.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Divide grupos de 3-4 y entrega nuevas fichas con situaciones difíciles (ej. desacuerdo con amigo, pedir ayuda, expresar desacuerdo con un profesor).
- Explica el esquema para construir mensajes asertivos y guía con un ejemplo.
- **Estudiantes:** Elaboran un mensaje asertivo para su situación usando el esquema.

- **Organización:** Grupos pequeños.

- **Producto:** Mensaje escrito en cartulina.

- **Rol docente:** Asiste, pregunta: “¿Está claro el mensaje? ¿Se respeta el valor del respeto y la empatía?”

- **Actividad 2: Role play y retroalimentación (25 min)**

- **Objetivo:** Aplicar mensajes asertivos en simulaciones y mejorar la comunicación.

- **Instrucciones:**

- **Docente:** Indica que cada grupo presentará una dramatización breve usando su mensaje.
- **Estudiantes:** Representan la situación y muestran el mensaje asertivo.
- Los demás grupos observan y anotan aspectos positivos y sugerencias usando una lista de cotejo.

- **Organización:** Grupos y plenaria.

- **Producto:** Dramatización y lista de cotejo con retroalimentación.

- **Rol docente:** Facilita la retroalimentación, enfatiza el uso de valores y la claridad en el mensaje.

Diferenciación: Estudiantes avanzados pueden crear mensajes asertivos para situaciones más complejas. Quienes requieran apoyo reciben frases guía y acompañamiento para practicar el role play.

Transición: Se conecta el aprendizaje con la próxima sesión donde se analizarán conflictos reales y se diseñarán soluciones comunicativas integrales.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Reflexión colectiva: “¿Qué aprendimos sobre comunicar con respeto y valores?”

- **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Cómo me sentí al expresar un mensaje asertivo?
- ¿Qué valor me ayudó más para comunicarme?
- ¿Qué puedo mejorar en mi comunicación?

- **Retroalimentación:** El docente reconoce el esfuerzo y destaca ejemplos positivos.

- **Transferencia:** Se invita a aplicar estas técnicas en situaciones reales fuera del aula.

- **Tarea o reto:** Practicar durante la semana un mensaje asertivo en casa o escuela y anotar la experiencia.

Sesión 3: Resolviendo Conflictos con Comunicación Asertiva y Valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Reconocer la importancia de la comunicación asertiva y valores para la resolución de conflictos reales.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Cuáles fueron los resultados al practicar mensajes asertivos? ¿Qué dificultades enfrentaron?”
- **Estudiantes:** Comparten experiencias y aprendizajes.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta una breve historia real de un conflicto resuelto con comunicación asertiva y valores.
- **Estudiantes:** Escuchan y reflexionan.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que hoy aplicarán todo lo aprendido para resolver un reto real de conflicto.
- **Estudiantes:** Preparan para trabajar en equipo.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se presenta un caso complejo de conflicto en la escuela donde hay malentendidos y falta de respeto.

• Actividad 1: Diagnóstico del conflicto (15 min)

- **Objetivo:** Analizar un conflicto real identificando problemas de comunicación y valores afectados.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega descripción del conflicto y guía preguntas: “¿Qué está pasando? ¿Qué emociones se perciben? ¿Qué valores se están ignorando?”
 - **Estudiantes:** En grupos, discuten y anotan respuestas.
- **Organización:** Grupos de 4.
- **Producto:** Diagnóstico escrito del conflicto.
- **Rol docente:** Orienta con preguntas y asegura participación equitativa.

• Actividad 2: Diseño de estrategias comunicativas (20 min)

- **Objetivo:** Crear propuestas para resolver el conflicto usando comunicación asertiva y valores.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Solicita que formulen mensajes y acciones concretas que cada parte puede usar para mejorar la situación.
 - **Estudiantes:** Elaboran un plan con mensajes asertivos, valores a promover y pasos para la solución.
- **Organización:** Grupos pequeños.

- **Producto:** Plan escrito y presentación breve.
- **Rol docente:** Da retroalimentación y sugiere mejoras.

• **Actividad 3: Presentación y retroalimentación (10 min)**

- **Objetivo:** Argumentar y defender las soluciones propuestas.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Cada grupo presenta su plan ante la clase.
 - **Estudiantes:** Explican su propuesta y reciben preguntas y comentarios.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Presentación oral y debate.
- **Rol docente:** Modera, destaca aportes valiosos y fomenta el respeto en las intervenciones.

Diferenciación: Apoyo con esquemas visuales para estudiantes que lo requieran; desafío extra para crear un código de conducta basado en valores para la clase.

Transición: Se anuncia que la próxima sesión consolidarán aprendizajes con una reflexión grupal y autoevaluación.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Se elabora en conjunto un mapa mental con las claves para resolver conflictos con comunicación asertiva y valores.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué técnicas me ayudaron a entender mejor el conflicto?
 - ¿Qué valores fueron más importantes en la solución?
 - ¿Cómo puedo aplicar esto en mi vida diaria?
- **Retroalimentación:** El docente reconoce el esfuerzo colectivo y puntualiza aprendizajes claves.
- **Transferencia:** Invita a usar estas herramientas para mejorar las relaciones en cualquier ambiente.
- **Tarea o reto:** Preparar un breve relato personal sobre una experiencia de comunicación asertiva para compartir en la próxima sesión.

Sesión 4: Reflexión Final y Compromisos para una Comunicación Asertiva

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Compartir experiencias personales y preparar compromisos para fortalecer la comunicación asertiva y valores.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que algunos estudiantes compartan su relato personal sobre comunicación asertiva practicada.

- **Estudiantes:** Participan voluntariamente y escuchan con respeto.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Explica que hoy consolidarán aprendizajes y harán compromisos concretos.
- **Estudiantes:** Se preparan para la actividad.

Contextualización:

- **Docente:** Recuerda la importancia de la comunicación asertiva para su vida presente y futura.
- **Estudiantes:** Reflexionan sobre su aprendizaje.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

• **Actividad 1: Autoevaluación y coevaluación (20 min)**

- **Objetivo:** Evaluar el propio aprendizaje y el de compañeros sobre comunicación asertiva y valores.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Entrega lista de cotejo con criterios sobre comunicación asertiva y valores.
 - **Estudiantes:** Realizan autoevaluación y luego coevaluación con un compañero.
- **Organización:** Individual y parejas.
- **Producto:** Listas de cotejo completadas.
- **Rol docente:** Acompaña, resuelve dudas y fomenta honestidad.

• **Actividad 2: Elaboración de compromisos personales (15 min)**

- **Objetivo:** Diseñar compromisos concretos para aplicar comunicación asertiva y valores.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Guía para que cada estudiante escriba al menos tres compromisos personales.
 - **Estudiantes:** Reflexionan y redactan sus compromisos.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Lista de compromisos personales.
- **Rol docente:** Motiva, sugiere ejemplos y apoya la reflexión.

• **Actividad 3: Compartir compromisos y cierre grupal (10 min)**

- **Objetivo:** Consolidar el aprendizaje con compromiso colectivo.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** Invita a voluntarios a compartir uno o dos compromisos.
 - **Estudiantes:** Comparten y escuchan activamente.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Compromisos orales y ambiente positivo.

- **Rol docente:** Felicita, refuerza valores y cierra el plan con mensaje motivador.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Se elabora en conjunto un mural digital o físico que recoja los valores y compromisos principales.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Cómo ha cambiado mi forma de comunicarme?
 - ¿Qué valor me comprometo a practicar más?
 - ¿Cómo puedo ayudar a otros a comunicarse mejor?
- **Retroalimentación:** Docente da una retroalimentación final positiva y alentadora.
- **Transferencia:** Se invita a aplicar lo aprendido en futuros retos y en su vida diaria.
- **Tarea o reto:** Mantener un diario semanal donde registren sus avances en comunicación asertiva y valores.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: Sesión 1, fase de inicio (pregunta detonadora sobre experiencias previas).
- Formativa: Durante todas las sesiones en actividades de análisis, diseño, role play, y reflexiones metacognitivas.
- Sumativa: Sesión 4, autoevaluación y coevaluación con lista de cotejo, compromisos personales y participación en cierre.

Criterios de evaluación:

- Analiza correctamente situaciones comunicativas y reconoce valores implicados (Objetivo 1).
- Aplica técnicas de comunicación asertiva en mensajes claros y respetuosos (Objetivo 2).
- Diseña soluciones creativas para conflictos respetando valores (Objetivo 3).
- Argumenta la importancia de valores en la comunicación en exposiciones y discusiones (Objetivo 4).
- Evalúa su estilo comunicativo y propone mejoras concretas (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para autoevaluación y coevaluación.
- Observación directa durante actividades grupales y dramatizaciones.
- Productos escritos: mensajes asertivos, planes de solución, compromisos.
- Portafolio de evidencias recopilando actividades y reflexiones.

Evidencias de aprendizaje:

- Listas de aspectos identificados en análisis de situaciones.
- Mensajes asertivos elaborados en cartulinas y presentaciones orales.

- Planes de solución a conflictos y dramatizaciones.
- Mapas mentales y carteles con valores clave.
- Listas de cotejo completadas y compromisos personales escritos.