

Comunícate y Valores: El Reto de la Comunicación

Asertiva

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 un enfoque basado en retos reales, los jóvenes aprenderán a expresar sus ideas y emociones de manera clara, respetuosa y eficaz, fortaleciendo habilidades para resolver conflictos y mejorar sus relaciones interpersonales.

Este aprendizaje es especialmente relevante porque la comunicación asertiva contribuye a ambientes más respetuosos y colaborativos, tanto en la escuela como en la vida cotidiana. Los estudiantes identificarán cómo los valores como el respeto, la empatía y la honestidad influyen en la forma en que nos comunicamos y cómo podemos aplicar estas habilidades para enfrentar situaciones comunes, como malentendidos o desacuerdos.

El plan conecta con experiencias reales de los adolescentes, quienes frecuentemente enfrentan retos comunicativos en sus grupos de amigos, familia y aula. Al finalizar, estarán mejor preparados para expresar sus necesidades y opiniones con confianza, promoviendo una convivencia positiva y constructiva.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar situaciones cotidianas donde la comunicación asertiva y los valores influyen en la resolución de conflictos.
- Identificar y explicar los elementos clave de la comunicación asertiva y su relación con valores como el respeto y la empatía.
- Crear mensajes asertivos aplicando valores personales para mejorar la interacción con sus pares.
- Evaluar la efectividad de diferentes formas de comunicación en situaciones problemáticas.
- Argumentar y proponer soluciones innovadoras para fomentar una comunicación respetuosa en su entorno escolar.

Recursos Necesarios

- Pizarrón y marcadores.
- Cartulinas y hojas blancas (una por estudiante y 5 por grupo).
- Marcadores, lápices de colores y plumones.
- Dispositivo con proyector para videos (laptop o tablet).
- Video corto sobre comunicación asertiva (3-5 minutos, por ejemplo un recurso educativo de YouTube).
- Impresiones de situaciones problemáticas para dramatización (una por grupo).
- Hojas de trabajo con preguntas guía y organizadores gráficos (una por estudiante).

- Reloj o cronómetro para control de tiempos.

Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre comunicación (emisor, receptor, mensaje).
- Experiencia previa en trabajo colaborativo en equipo.
- Habilidades básicas de expresión oral y escrita.
- Conocimiento inicial de valores como respeto y honestidad.

Actividades

Sesión 1: Descubriendo la comunicación asertiva y sus valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Conocer qué es la comunicación asertiva y por qué los valores son importantes para una buena comunicación.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Saluda y pregunta: “¿Alguna vez han tenido un malentendido con alguien porque no supieron cómo decir lo que pensaban o sentían? ¿Qué pasó?”
- **Estudiantes:** Responden con ejemplos breves de sus experiencias.

Motivación y enganche: El docente presenta un dato curioso: “¿Sabían que más del 70% de los conflictos escolares se deben a problemas en la forma en que nos comunicamos?”

Contextualización: El docente comenta: “Hoy vamos a aprender a comunicarnos de manera que nos respetemos a nosotros mismos y a los demás, usando valores que todos tenemos. Esto nos ayudará en la escuela, en casa y con amigos.”

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: En lugar de una explicación magistral, el docente plantea un reto: “Imaginen que en su grupo hay un desacuerdo y nadie quiere escuchar al otro. ¿Cómo podríamos resolverlo de una forma que todos se sientan respetados y entendidos?”

• Actividad 1: Explorando la comunicación asertiva

- **Objetivo:** Analizar situaciones para identificar comunicación asertiva y no asertiva.
- **Instrucciones:**
 - El docente divide a la clase en grupos de 4 estudiantes.

- Entrega a cada grupo una tarjeta con una situación cotidiana (ejemplo: discusión sobre un proyecto, pedir permiso, expresar una opinión diferente).
- Los grupos leen la situación y discuten cómo se podría comunicar cada persona de forma asertiva y cómo no.
- Luego, crean una pequeña dramatización para mostrar ambas formas.
- **Organización:** Grupos de 4
- **Producto:** Dramatización breve (2 minutos) y lista de diferencias entre comunicación asertiva y no asertiva.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol del docente:** Observa la discusión, hace preguntas como “¿Qué pasaría si usas este tono? ¿Cómo se siente la otra persona?” y orienta la reflexión.

• **Actividad 2: Valores que fortalecen la comunicación**

- **Objetivo:** Identificar valores relacionados con la comunicación asertiva.
- **Instrucciones:**
 - El docente proyecta o entrega una lista de valores (respeto, empatía, honestidad, paciencia, responsabilidad).
 - Los estudiantes, en equipos, relacionan cada valor con ejemplos concretos de cómo ayudan a comunicar mejor.
 - Comparten sus ideas en plenaria con ejemplos reales.
- **Organización:** Grupos de 3-4
- **Producto:** Lista de valores con ejemplos prácticos.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Facilita el diálogo, pregunta “¿Por qué es importante la empatía al hablar?” y corrige malentendidos.

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Proponer que diseñen un cartel con un mensaje asertivo y un valor para colocar en el aula.
- Para quienes necesitan más apoyo: Ofrecer ejemplos concretos y apoyo para entender las situaciones, trabajar en parejas con un guía.

Transición: El docente conecta la importancia de comunicar con valores a la siguiente sesión, donde aplicarán estas ideas para resolver un reto real.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Cada estudiante escribe en una hoja: “Una cosa que aprendí hoy sobre comunicarme mejor es...”
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué valores me ayudan a comunicarme mejor con los demás?

- ¿Cómo puedo aplicar la comunicación asertiva en mi día a día?
- **Retroalimentación:** El docente lee algunas respuestas en voz alta, felicita ideas y aclara dudas rápidamente.
- **Transferencia:** Se invita a los estudiantes a observar durante la semana cómo hablan con sus amigos y familia, para comentar en la próxima sesión.
- **Tarea o reto:** Observar una situación en casa o escuela donde alguien haya usado o no la comunicación asertiva, y anotar qué pasó.

Sesión 2: Aplicando la comunicación asertiva en desafíos reales

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Recordar lo aprendido y preparar a los estudiantes para enfrentar retos prácticos usando comunicación asertiva y valores.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: “¿Qué observaciones hicieron sobre la comunicación en la tarea? ¿Pudieron identificar alguna situación?”
- **Estudiantes:** Comparten breves ejemplos y sensaciones.

Motivación y enganche: El docente presenta un video corto (3 minutos) que muestra un conflicto común en la escuela, donde la comunicación asertiva ayuda a resolverlo.

Contextualización: Se explica que hoy se enfrentarán a un reto: resolverán conflictos similares usando lo aprendido.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: El docente plantea el reto: “Ustedes forman parte del consejo estudiantil y deben ayudar a resolver un conflicto entre compañeros que ha generado mal ambiente.”

• Actividad 1: Análisis del reto y planificación

- **Objetivo:** Analizar un conflicto para proponer soluciones asertivas con base en valores.
- **Instrucciones:**
 - Se forman grupos de 4 estudiantes.
 - El docente entrega una descripción escrita del conflicto (ejemplo: malentendido en equipo deportivo, acusaciones entre amigos).
 - Los grupos leen y discuten las causas, identifican qué valores están en juego y cómo aplicar comunicación asertiva para resolver.
 - El grupo elabora un plan de acción con pasos para dialogar y solucionar el problema.
- **Organización:** Grupos de 4

- **Producto:** Plan escrito de solución con mensajes asertivos y valores aplicados.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol del docente:** Acompaña la discusión, pregunta “¿Qué mensaje asertivo usarían para decir lo que piensan sin ofender?” y orienta el enfoque en valores.

• **Actividad 2: Role play de solución asertiva**

- **Objetivo:** Practicar la comunicación asertiva aplicando valores en una situación conflictiva.
- **Instrucciones:**
 - Cada grupo escoge a 3 estudiantes para dramatizar la solución planteada.
 - Los demás observan y toman notas sobre la claridad, respeto y uso de valores en la comunicación.
 - Después de la dramatización, se realiza una retroalimentación grupal.
- **Organización:** Grupos de 4 (3 actores, 1 observador), después plenaria.
- **Producto:** Dramatización y retroalimentación oral.
- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Modera la retroalimentación, enfatiza aspectos positivos y oportunidades de mejora para fortalecer la comunicación asertiva.

Diferenciación:

- Para estudiantes avanzados: Proponer que sugieran mensajes alternativos para situaciones más difíciles.
- Para quienes requieren apoyo: Dar guiones con frases modelo para facilitar la dramatización.

Transición: El docente concluye resaltando que la comunicación asertiva y los valores son herramientas para convivir mejor, y que en la siguiente sesión se profundizará en la construcción de mensajes personales asertivos.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** En parejas, los estudiantes resumen en 3 frases qué aprendieron sobre resolver conflictos con comunicación asertiva y valores.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Cómo me sentí al expresar mis ideas con respeto y claridad?
 - ¿Qué valor me pareció más importante para resolver conflictos?
- **Retroalimentación:** El docente recoge algunas frases y comenta en voz alta fortaleciendo el aprendizaje.
- **Transferencia:** Se les invita a practicar estos mensajes en sus relaciones cotidianas.
- **Tarea o reto:** Escribir un mensaje asertivo para una situación personal que quieran mejorar.

Sesión 3: Creando mensajes asertivos con valores personales

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Preparar a los estudiantes para crear mensajes asertivos personalizados aplicando valores.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pide que compartan algunos mensajes asertivos que escribieron como tarea.
- **Estudiantes:** Comparten voluntariamente, explicando qué valor usaron.

Motivación y enganche: El docente pregunta: “¿Qué pasa cuando nos expresamos claramente y con respeto? ¿Cómo cambia la reacción de los demás?”

Contextualización: Se explica que hoy aprenderán a construir sus propios mensajes asertivos para situaciones reales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se introduce la estructura básica del mensaje asertivo: expresar opinión, sentimiento y petición o solución, siempre con respeto y un valor asociado.

• **Actividad 1: Descomponiendo mensajes asertivos**

- **Objetivo:** Identificar las partes de un mensaje asertivo y vincularlas con valores.
- **Instrucciones:**
 - El docente entrega ejemplos de mensajes (positivos y negativos).
 - En parejas, los estudiantes analizan cada mensaje, identificando opinión, sentimiento y petición, y qué valores se reflejan o faltan.
 - Discuten cómo mejorarían los mensajes que no son asertivos.
- **Organización:** Parejas
- **Producto:** Análisis escrito y propuestas de mejora para 2 mensajes.
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol del docente:** Acompaña, pregunta “¿Este mensaje muestra respeto? ¿Qué valor falta aquí?” y orienta correcciones.

• **Actividad 2: Creación y práctica de mensajes personales**

- **Objetivo:** Crear y practicar mensajes asertivos para situaciones personales reales.
- **Instrucciones:**
 - Cada estudiante identifica una situación personal en la que quiere mejorar su comunicación.
 - Usando una plantilla, redacta un mensaje asertivo con opinión, sentimiento y petición, incluyendo un valor que usará para guiar su comunicación.
 - En grupos de 3, practican leyendo y recibiendo retroalimentación.
- **Organización:** Individual y grupos de 3
- **Producto:** Mensaje escrito y práctica oral con retroalimentación.

- **Tiempo:** 20 minutos
- **Rol del docente:** Escucha, ofrece comentarios específicos y motiva la confianza en la expresión.

Diferenciación:

- Para estudiantes avanzados: Proponer que creen mensajes para situaciones más complejas o con emociones difíciles.
- Para quienes necesitan apoyo: Ofrecer ejemplos guía y trabajar en parejas con apoyo del docente.

Transición: El docente explica que la próxima sesión se centrará en compartir aprendizajes y planear cómo aplicar estas habilidades en la vida diaria y escolar.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Los estudiantes escriben en una tarjeta “Mi mensaje asertivo más importante” para compartir en la siguiente clase.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Qué me ayudó a crear un mensaje asertivo?
 - ¿Qué valor utilizaré para mejorar mi comunicación?
 - ¿Cómo me siento al practicar estos mensajes?
- **Retroalimentación:** El docente felicita el esfuerzo y destaca la importancia de practicar siempre.
- **Transferencia:** Invita a que usen estos mensajes en su entorno durante la semana.
- **Tarea o reto:** Practicar el mensaje asertivo en la vida real y anotar la experiencia para compartir.

Sesión 4: Integrando aprendizajes y proyectando la comunicación asertiva

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Recapitular el aprendizaje y preparar a los estudiantes para reflexionar y proyectar su aplicación futura.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Invita a compartir experiencias de la tarea: “¿Cómo les fue al usar su mensaje asertivo?”
- **Estudiantes:** Comentan con ejemplos breves y sensaciones.

Motivación y enganche: El docente plantea la pregunta: “¿Qué pasaría si toda la escuela usara la comunicación asertiva y valores para convivir?”

Contextualización: Explica que hoy harán una actividad para imaginar y diseñar un ambiente escolar mejor gracias a la comunicación asertiva.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se invita a los estudiantes a diseñar un plan para promover la comunicación asertiva y valores en su escuela.

• **Actividad 1: Mapa mental colectivo y propuesta**

- **Objetivo:** Sintetizar aprendizajes y planear acciones para fomentar la comunicación asertiva en la comunidad escolar.
- **Instrucciones:**
 - En plenaria, el docente escribe en el pizarrón un mapa mental con las ideas que los estudiantes aportan sobre comunicación asertiva y valores.
 - Después, se forman grupos de 4 para diseñar una propuesta concreta (ejemplo: cartelera, campaña, dinámicas) que promueva estos aprendizajes en la escuela.
 - Cada grupo prepara una presentación breve (3 minutos) para compartir su propuesta.
- **Organización:** Plenaria y grupos de 4
- **Producto:** Mapa mental en pizarrón y propuesta escrita y oral.
- **Tiempo:** 35 minutos
- **Rol del docente:** Facilita la construcción del mapa, guía la elaboración de propuestas y motiva la creatividad.

Diferenciación:

- Para estudiantes avanzados: Incentivar que propongan uso de tecnología o redes sociales para su campaña.
- Para quienes necesitan apoyo: Asignar roles específicos dentro del grupo para facilitar su participación.

Transición: El docente explica que después de compartir las propuestas se realizará una reflexión final.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

- **Síntesis:** Se realiza una lluvia de ideas rápida de 3 aprendizajes clave que se llevarán de este plan.
- **Reflexión metacognitiva:**
 - ¿Cómo ha cambiado mi forma de comunicarme?
 - ¿Qué valor considero fundamental para mantener una comunicación asertiva?
 - ¿De qué forma puedo ayudar a que mi escuela sea un lugar con mejor comunicación?
- **Retroalimentación:** El docente reconoce el esfuerzo colectivo y anima a seguir practicando.
- **Transferencia:** Se invita a aplicar estas habilidades en distintas áreas de su vida.
- **Tarea o reto:** Implementar alguna de las propuestas en la escuela con el apoyo del docente o consejo estudiantil.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- Diagnóstica: En la Sesión 1, durante la activación de conocimientos previos para identificar ideas iniciales sobre comunicación.
- Formativa: A lo largo del desarrollo de todas las sesiones, observando participación en actividades, dramatizaciones y creación de mensajes.
- Sumativa: Al final de la Sesión 4, mediante la presentación de propuestas y reflexión final.

Criterios de evaluación:

- Capacidad para identificar y explicar los elementos de la comunicación asertiva y su relación con valores (Objetivo 2).
- Habilidad para crear y practicar mensajes asertivos en situaciones reales (Objetivos 3 y 4).
- Participación activa en la solución de retos comunicativos aplicando valores (Objetivos 1 y 5).
- Calidad y creatividad de las propuestas para fomentar la comunicación asertiva en la escuela (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para observar participación, claridad y respeto en dramatizaciones y presentaciones.
- Rúbrica para evaluar mensajes escritos y orales considerando estructura y uso de valores.
- Portafolio con evidencias de mensajes, análisis y propuestas.
- Autoevaluación y coevaluación mediante cuestionarios breves al final de cada sesión.

Evidencias de aprendizaje:

- Listas y dramatizaciones que muestran comprensión de comunicación asertiva y valores.
- Mensajes escritos y practicados que reflejan aplicación de la estructura asertiva.
- Propuestas grupales para promover comunicación respetuosa en la escuela.
- Respuestas reflexivas y autoevaluaciones que demuestran metacognición sobre el aprendizaje.