

Comunícate con Valor: La Comunicación Asertiva y los Valores en Acción

Persona y sociedad | Comunicación asertiva | Aprendizaje Basado en Retos

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de secundaria (12-15 años) desarrollen habilidades de comunicación asertiva fundamentadas en valores como el respeto, la empatía y la honestidad. A través de un enfoque práctico basado en retos, los alumnos explorarán cómo expresar sus ideas y emociones de manera clara y respetuosa, y cómo estos comportamientos influyen positivamente en sus relaciones personales y sociales. Este aprendizaje es esencial para fomentar ambientes de convivencia pacífica y colaboración en su entorno escolar y familiar.

Los estudiantes enfrentarán situaciones reales que requieren resolver conflictos o malentendidos mediante la comunicación asertiva, promoviendo la reflexión sobre sus propios valores y actitudes. Así, podrán reconocer la importancia de la comunicación efectiva para construir vínculos sanos, fortalecer su autoestima y contribuir a una sociedad más justa y respetuosa.

Objetivos de Aprendizaje

- Analizar situaciones cotidianas en las que se aplica la comunicación asertiva y su relación con los valores personales.
- Identificar y expresar emociones y opiniones propias de manera clara y respetuosa en contextos grupales.
- Diseñar soluciones creativas para resolver conflictos mediante la comunicación asertiva.
- Argumentar la importancia de valores como el respeto, la empatía y la honestidad en la comunicación interpersonal.
- Evaluar su propio estilo de comunicación y proponer estrategias para mejorarla en función de los valores aprendidos.

Recursos Necesarios

- Pizarrón o rotafolio y marcadores de colores.
- Cartulinas y hojas blancas (al menos 1 por estudiante y 3 por grupo).
- Hojas y bolígrafos para cada alumno.
- Proyector y computadora para mostrar videos cortos.
- Videos breves (2-3 minutos) sobre ejemplos de comunicación asertiva y no asertiva (recursos digitales como YouTube).
- Fichas impresas con situaciones problemáticas para resolver en grupo.
- Tarjetas con valores escritos (respeto, empatía, honestidad, tolerancia, responsabilidad).

- Lista de cotejo para la autoevaluación y coevaluación (impresa).

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de los tipos de comunicación (verbal y no verbal) visto en cursos anteriores.
- Habilidades básicas para expresarse oralmente y por escrito.
- Experiencia previa en trabajo en equipo y discusión grupal.
- Comprensión inicial sobre la importancia de valores en la convivencia escolar.

Actividades

Sesión 1: Descubriendo la comunicación asertiva y su vínculo con los valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Introducir el concepto de comunicación asertiva y su relación con valores personales para motivar a los estudiantes a reflexionar sobre su propia forma de comunicarse.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Presenta una pregunta detonadora en voz alta: "¿Alguna vez has sentido que no te escuchan o que no puedes expresar lo que piensas sin pelear? ¿Cómo te sentiste?"
- **Estudiantes:** Responden voluntariamente y comparten brevemente experiencias personales sobre comunicación en su día a día.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Muestra un breve video (2 minutos) que ejemplifica una conversación entre dos personas, una usando comunicación agresiva y otra asertiva. Pregunta: "¿Cuál crees que fue mejor y por qué?"
- **Estudiantes:** Observan el video y participan en una breve lluvia de ideas para identificar diferencias entre los tipos de comunicación.

Contextualización:

- **Docente:** Explica cómo la comunicación asertiva es una herramienta que les ayudará a expresar sus ideas y emociones respetando a los demás, generando relaciones sanas y basadas en valores.
- **Estudiantes:** Escuchan y reflexionan sobre cómo esto puede mejorar sus interacciones con amigos, familia y compañeros.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: La comunicación asertiva se presenta como un medio para expresar ideas y emociones con respeto y honestidad, siempre vinculada a valores fundamentales.

• **Actividad 1: Identificando valores en la comunicación**

Objetivo: Analizar y relacionar valores con la comunicación asertiva.

Instrucciones:

- **Docente:** Divide a los estudiantes en grupos de 4. Entrega tarjetas con diferentes valores escritos (respeto, empatía, honestidad, tolerancia, responsabilidad).
- Cada grupo reflexiona y discute cómo cada valor puede influir en la forma de comunicarse con los demás.
- Luego, escriben en una cartulina un ejemplo práctico de una situación donde aplican ese valor comunicándose asertivamente.

Organización: Grupos de 4 estudiantes.

Producto: Cartulina con ejemplos y valores relacionados.

Tiempo: 20 minutos.

Rol docente: Circular entre grupos, hacer preguntas guía como: "¿Cómo muestra respeto alguien que se comunica asertivamente?", "¿Qué pasa si no consideramos la empatía al hablar?"

• **Actividad 2: Role-play de situaciones**

Objetivo: Identificar y expresar emociones y opiniones usando comunicación asertiva.

Instrucciones:

- **Docente:** Entrega a cada grupo una ficha con una situación conflictiva para representar (ejemplos: desacuerdo con un compañero, pedir permiso o expresar un desacuerdo con un adulto).
- Los estudiantes preparan y representan el diálogo usando comunicación asertiva, aplicando los valores discutidos.
- Al final, el grupo explica qué valores usaron y cómo ayudó a resolver el conflicto.

Organización: Grupos de 4.

Producto: Representación oral y explicación.

Tiempo: 25 minutos.

Rol docente: Observar, tomar notas, hacer preguntas para profundizar: "¿Qué pasaría si usáramos una comunicación pasiva o agresiva?", "¿Qué valores ayudaron a calmar la situación?"

Diferenciación:

- Para estudiantes que terminan antes: Proponerles que creen un cartel digital o dibujo que ilustre la comunicación asertiva con valores.
- Para quienes necesitan apoyo: Ofrecer ejemplos concretos y guías para construir sus ideas, así como apoyo para organizar el role-play.

Transición: El docente conecta la última actividad con la siguiente sesión, anticipando que explorarán cómo diseñar soluciones para mejorar la comunicación en su entorno.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis: Cada grupo comparte en plenaria una frase clave o valor que consideran esencial para una comunicación asertiva.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí hoy sobre comunicarme con respeto y claridad?
- ¿Cómo puedo aplicar estos valores en mis conversaciones diarias?

Retroalimentación: El docente felicita el esfuerzo, destaca ejemplos positivos y corrige suavemente ideas erróneas.

Transferencia: Se anuncia que en la próxima sesión trabajarán en retos para solucionar conflictos reales con comunicación asertiva.

Tarea: Observar y anotar durante la semana un momento en que usaron o vieron comunicación asertiva en su entorno.

Sesión 2: Enfrentando retos: soluciones asertivas basadas en valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Retomar la experiencia previa y preparar a los estudiantes para resolver retos reales mediante comunicación asertiva y valores.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Pudieron identificar momentos de comunicación asertiva en la semana? ¿Qué valores vieron presentes?"
- **Estudiantes:** Comparten brevemente sus observaciones y experiencias.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Plantea un reto real: "Imaginemos que hay un conflicto grande en la escuela por malentendidos. ¿Cómo podemos ayudar con comunicación asertiva y valores?"
- **Estudiantes:** Se motivan a buscar soluciones concretas para este reto.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que el objetivo es diseñar respuestas asertivas para conflictos reales, aplicando valores.
- **Estudiantes:** Se preparan para trabajar en grupo y aportar ideas.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se enfatiza la aplicación práctica de la comunicación asertiva para resolver conflictos, destacando que el reto no solo es hablar, sino también escuchar y respetar.

• **Actividad 1: Análisis de casos reales**

Objetivo: Analizar situaciones conflictivas reales e identificar cómo una comunicación asertiva basada en valores puede resolverlas.

Instrucciones:

- **Docente:** Entrega a cada grupo un caso real simplificado de conflicto escolar (ejemplo: bullying, desacuerdo en equipo, malentendidos entre amigos).
- Los estudiantes leen y discuten qué tipo de comunicación está ocurriendo y proponen alternativas asertivas con base en valores.
- Escriben un plan breve para resolver el conflicto usando comunicación asertiva.

Organización: Grupos de 4.

Producto: Plan escrito de solución asertiva.

Tiempo: 20 minutos.

Rol docente: Facilita la discusión, pregunta: "¿Qué valor es más importante en esta situación?", "¿Cómo cambiaría la interacción si se expresa asertivamente?"

• **Actividad 2: Creación de guiones para videos didácticos**

Objetivo: Diseñar soluciones creativas para comunicar la importancia de la asertividad y valores.

Instrucciones:

- **Docente:** Indica a cada grupo que elaboren un guion breve para un video que muestre la resolución de su caso del modo asertivo y valorado.
- Incluyen diálogos donde se expresen emociones, opiniones y se respeten los valores.
- Preparan la presentación para la próxima sesión.

Organización: Grupos de 4.

Producto: Guion escrito para video didáctico.

Tiempo: 25 minutos.

Rol docente: Orienta en la estructura del guion y refuerza el uso de lenguaje asertivo.

Diferenciación:

- Estudiantes avanzados pueden incluir ideas sobre lenguaje corporal y tono de voz en el guion.
- Estudiantes que requieren apoyo reciben ejemplos y plantillas para guion.

Transición: Se explica que en la siguiente sesión practicarán la representación de sus guiones y recibirán retroalimentación.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis: Cada grupo comparte una idea clave sobre cómo la comunicación asertiva y los valores pueden resolver conflictos.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo los valores fortalecen una comunicación efectiva?
- ¿Qué aprendí sobre la resolución de conflictos con comunicación asertiva?

Retroalimentación: El docente destaca propuestas interesantes y motiva a mejorar la expresión en los guiones.

Transferencia: Se invita a reflexionar cómo pueden aplicar estas ideas en otros ámbitos como familia o comunidad.

Tarea: Observar durante la semana un conflicto y pensar en una solución asertiva con valores.

Sesión 3: Practicando la comunicación asertiva en situaciones reales

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Preparar a los estudiantes para representar y practicar soluciones comunicativas creativas y asertivas.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Qué aprendimos sobre expresar nuestras ideas y emociones para resolver conflictos?"
- **Estudiantes:** Comparten ideas clave y expectativas para la práctica.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un reto: "Ahora pondremos en práctica nuestros guiones para que todos aprendamos cómo comunicarnos mejor."
- **Estudiantes:** Se animan a participar y a colaborar con sus compañeros.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que la práctica les ayudará a fortalecer la confianza y la aplicación de valores.
- **Estudiantes:** Se preparan para representar.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se enfatiza la importancia de practicar la comunicación asertiva para internalizar valores y mejorar la convivencia.

- **Actividad 1: Representación de guiones**

Objetivo: Expresar opiniones y emociones de forma asertiva aplicando valores en situaciones simuladas.

Instrucciones:

- **Docente:** Cada grupo presenta su guion actuado ante el grupo.

- Los demás estudiantes observan y anotan ejemplos de comunicación asertiva y valores aplicados.

Organización: Grupos de 4, plenaria para observación.

Producto: Presentación oral dramatizada.

Tiempo: 30 minutos.

Rol docente: Facilita la dinámica, modera comentarios y hace preguntas para resaltar aspectos valiosos.

• **Actividad 2: Coevaluación y retroalimentación**

Objetivo: Evaluar y reflexionar sobre el uso de la comunicación asertiva y valores en las representaciones.

Instrucciones:

- **Docente:** Entrega lista de cotejo para que cada estudiante evalúe a otro grupo según criterios de comunicación asertiva y valores.
- Luego, en plenaria se comentan fortalezas y áreas de mejora.

Organización: Individual para evaluación, plenaria para reflexión.

Producto: Lista de cotejo completada y aportes en discusión.

Tiempo: 15 minutos.

Rol docente: Orienta la retroalimentación y asegura respeto en comentarios.

Diferenciación:

- Para estudiantes tímidos, pueden participar en roles de apoyo o narración.
- Quienes necesiten más apoyo pueden practicar con el docente antes de presentar.

Transición: Se anuncia que en la siguiente sesión harán una reflexión final y plan de mejora personal para su comunicación.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis: Se hace un mural colectivo con los valores y frases clave que ayudaron en las representaciones.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendí sobre mi forma de comunicarme?
- ¿Qué valor me parece más importante para ser asertivo?
- ¿Cómo puedo mejorar mi comunicación en el futuro?

Retroalimentación: El docente reconoce el esfuerzo y fomenta la aplicación continua de lo aprendido.

Transferencia: Invita a aplicar estas habilidades en otros espacios fuera del aula.

Tarea: Escribir un compromiso personal para mejorar su comunicación asertiva y aplicarlo durante la semana.

Sesión 4: Reflexionando y proyectando una comunicación con valores

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión: Conectar aprendizajes previos para planear mejoras personales en la comunicación asertiva con valores.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Solicita que cada estudiante comparta brevemente su compromiso personal de comunicación.
- **Estudiantes:** Expresan sus compromisos y expectativas para la sesión.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Propone que juntos elaboren un plan para mejorar la comunicación en su entorno escolar.
- **Estudiantes:** Se motivan a participar activamente en la reflexión colectiva.

Contextualización:

- **Docente:** Explica que esta sesión será para consolidar y proyectar el aprendizaje hacia la vida diaria.
- **Estudiantes:** Preparan su reflexión personal y grupal.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 45 minutos

Presentación del contenido: Se presentan estrategias para mantener una comunicación asertiva basada en valores en distintos contextos.

- **Actividad 1: Elaboración de un plan personal de comunicación**

Objetivo: Evaluar y planear mejoras personales en la comunicación asertiva.

Instrucciones:

- **Docente:** Entrega una plantilla para que cada estudiante escriba:
 - Fortalezas en su comunicación.
 - Áreas a mejorar.
 - Acciones concretas que realizará para mejorar.
- Los estudiantes completan la plantilla de forma individual.

Organización: Individual.

Producto: Plan personal escrito.

Tiempo: 20 minutos.

Rol docente: Ofrece apoyo individual, preguntas guía y retroalimenta ideas.

- **Actividad 2: Creación de un mural colectivo "Comunicación con Valores"**

Objetivo: Sintetizar los aprendizajes y compromisos grupales.

Instrucciones:

- **Docente:** En una cartulina grande, los estudiantes escriben o dibujan palabras, frases, valores y compromisos para una comunicación asertiva.
- Se organiza para que todos participen y se discuta brevemente el contenido.

Organización: Plenaria.

Producto: Mural visual con aportes colectivos.

Tiempo: 25 minutos.

Rol docente: Facilita la integración y destaca aportes significativos.

Diferenciación:

- Estudiantes con habilidades artísticas pueden decorar el mural para hacerlo más atractivo.
- Quienes necesitan apoyo reciben preguntas guía para completar su plan personal.

Transición: Se prepara la sesión para el cierre con evaluación y reflexión final.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 5 minutos

Síntesis: Cada estudiante comparte una frase o palabra que represente su compromiso con la comunicación asertiva y valores.

Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo puedo aplicar lo aprendido en mi vida diaria?
- ¿Qué valores son más importantes para mí al comunicarme?
- ¿Qué cambios espero ver en mí y en mis relaciones?

Retroalimentación: El docente reconoce el proceso de aprendizaje, enfatiza la importancia de la práctica continua y anima a mantener los compromisos.

Transferencia: Se invita a aplicar las habilidades en contextos familiares, escolares y sociales, recordando que la comunicación asertiva transforma relaciones.

Tarea final: Mantener un diario durante una semana anotando situaciones donde aplicaron comunicación asertiva y valores, para compartir en futuras clases.

Evaluación

Tipo de evaluación:

- **Diagnóstica:** Sesión 1 - Activación de conocimientos previos con preguntas detonadoras.
- **Formativa:** Durante todas las sesiones - observación directa, listas de cotejo en actividades de role-play y coevaluación, retroalimentación continua.
- **Sumativa:** Sesión 4 - Evaluación del plan personal de comunicación y reflexión final.

Criterios de evaluación:

- Relaciona correctamente la comunicación asertiva con valores en situaciones cotidianas (Objetivo 1).
- Expresa opiniones y emociones de manera clara y respetuosa (Objetivo 2).
- Propone soluciones creativas para resolver conflictos usando comunicación asertiva (Objetivo 3).
- Argumenta la importancia de valores en la comunicación interpersonal (Objetivo 4).
- Evalúa su estilo comunicativo y planifica mejoras concretas (Objetivo 5).

Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para evaluar comunicación asertiva y aplicación de valores en representaciones y discusiones.
- Observación directa con registro anecdótico durante actividades grupales.
- Portafolio con productos escritos: ejemplos, planes personales, guiones.
- Autoevaluación y coevaluación mediante rúbricas simplificadas adaptadas al nivel.

Evidencias de aprendizaje:

- Cartulinas con ejemplos de comunicación asertiva y valores.
- Guiones para videos didácticos y representaciones grupales.
- Listas de cotejo completadas en coevaluación.
- Planes personales escritos y compromisos de mejora.
- Mural colectivo con síntesis de aprendizajes y valores.