

Emociones en misión: comunica, comprende y actúa con asertividad

Persona y sociedad | Comunicación asertiva | Gamificación

Descripción

Este plan de cuatro sesiones propone que los estudiantes comprendan sus emociones y aprendan a comunicarlas de manera asertiva en situaciones cotidianas de la escuela, la familia, el grupo de amigos y los espacios digitales. A través de retos, insignias, niveles y puntos, asumirán el papel de “agentes de comunicación emocional” que deben superar misiones relacionadas con la identificación emocional, la escucha activa, la expresión de necesidades y la resolución pacífica de conflictos.

Durante el proceso, los estudiantes diferenciarán emociones, pensamientos y conductas; reconocerán señales corporales y situaciones detonantes; practicarán mensajes en primera persona; y evaluarán distintas formas de responder ante desacuerdos, burlas, presión grupal o malentendidos en chats. La gamificación busca convertir el aprendizaje en una experiencia activa, colaborativa y significativa, sin premiar la competencia agresiva ni la exposición de experiencias personales incómodas.

El producto final será una campaña breve titulada “Comunicar también es cuidar”, integrada por recomendaciones, ejemplos de frases asertivas y una dramatización de un conflicto cotidiano. El plan fortalece la competencia comunicativa, la autorregulación, la empatía y la convivencia democrática. Los estudiantes podrán transferir lo aprendido a conversaciones reales, aprendiendo que expresar lo que sienten no significa imponerlo, y que escuchar con respeto es una herramienta para construir relaciones más sanas.

Objetivos de Aprendizaje

- **Identificar** emociones, señales corporales, pensamientos y situaciones que influyen en la forma de comunicarse.
- **Comparar** respuestas pasivas, agresivas y asertivas en conflictos cotidianos de la adolescencia.
- **Aplicar** la fórmula del mensaje en primera persona para expresar emociones, necesidades y límites con respeto.
- **Practicar** la escucha activa y la empatía mediante diálogos y dramatizaciones.
- **Crear** una campaña comunicativa con estrategias para resolver desacuerdos de manera asertiva.

Recursos Necesarios

- Cartulinas o papelógrafos: 12; hojas bond: 80; tarjetas de colores: 100; notas adhesivas: 200; plumones: 24; lápices y colores.
- Tarjetas impresas con emociones, situaciones, frases comunicativas y casos de conflicto.
- Rúbricas, listas de cotejo, fichas de autoevaluación y pasaportes de misión para cada estudiante.

- Proyector, computadora, parlantes y video breve sobre emociones y comunicación asertiva, de 3 a 5 minutos.
- Temporizador, cinta adhesiva, dados o ruleta digital y sobres numerados para los retos.
- Herramientas digitales opcionales: Canva, Padlet, Mentimeter, Kahoot o Google Forms.
- Presentación con el semáforo emocional y la fórmula: “Yo siento..., cuando..., porque necesito..., propongo...”.
- Espacio del aula organizado para trabajo en equipos y dramatizaciones.

Requisitos Previos

- Reconocer normas básicas de convivencia, respeto de turnos y participación responsable.
- Comprender que una emoción es diferente de una conducta: sentir enojo no obliga a agredir.
- Poseer habilidades básicas de lectura, escritura, argumentación oral y trabajo colaborativo.
- Haber participado previamente en conversaciones sobre derechos, responsabilidades y resolución pacífica de conflictos.
- Conocer el uso básico de notas adhesivas, cartulinas y, si se dispone, herramientas digitales colaborativas.

Actividades

Sesión 1: Detectives de las emociones

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos.

Propósito de la sesión: Reconocer que las emociones influyen en la manera de hablar, escuchar y reaccionar, y comenzar a distinguir emoción, pensamiento y conducta.

Activación de conocimientos previos

- **Docente:** Muestra tres situaciones: “te dejan fuera de un grupo”, “recibes una buena noticia” y “alguien publica un comentario injusto sobre ti”. Pregunta: “¿Qué emoción podría aparecer?, ¿qué podrías pensar?, ¿qué podrías hacer?”.
- **Estudiantes:** Responden en una nota adhesiva sin escribir nombres ni experiencias personales. Pegan sus respuestas en tres columnas: emoción, pensamiento y conducta.

Motivación y contextualización

Docente: Presenta el reto general: “Durante cuatro sesiones serán agentes de comunicación emocional. Ganarán puntos por escuchar, argumentar, respetar y mejorar sus respuestas, no por hablar más fuerte”. Explica los niveles: Explorador, Analista, Mediador y Diseñador. Cada equipo recibe un pasaporte de misión. Se conecta el tema con discusiones en chats, trabajos grupales, bromas y desacuerdos familiares.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 160 minutos.

Presentación gamificada del contenido: “El mapa emocional” (15 minutos)

Docente: Explica con ejemplos cercanos que las emociones son respuestas ante situaciones y pueden dar información, pero no justifican cualquier conducta. Presenta alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa y asco, aclarando que una persona puede experimentar varias emociones. En un video de 3 minutos, los estudiantes identifican señales corporales y pensamientos. Al terminar, pregunta: “¿Qué señal corporal avisa de que necesitas hacer una pausa?”. Cada respuesta pertinente otorga 5 puntos de evidencia.

Actividad 1: Radar de emociones (45 minutos)

Objetivo específico: Identificar emociones, señales corporales, pensamientos y situaciones detonantes.**

- **Docente:** Forma equipos de 3 o 4 y entrega tarjetas con situaciones: recibir una crítica, perder un objeto, ser elegido para un equipo, equivocarse en público y leer un mensaje ambiguo.
- **Estudiantes:** Eligen cuatro tarjetas y completan una tabla: situación, emoción posible, señal corporal, pensamiento posible y conducta útil.
- **Docente:** Indica: “No busquemos adivinar una única emoción; expliquen por qué pueden existir respuestas diferentes”.
- Cada equipo comparte una tarjeta y obtiene 10 puntos si diferencia emoción de conducta y propone una conducta respetuosa.

Organización: Equipos de 3 o 4. **Evidencia:** Tabla del radar emocional.

Actividad 2: El decodificador de mensajes (50 minutos)

Objetivo específico: Comparar el significado emocional de palabras, tono y contexto.

- **Docente:** Escribe el mensaje “Está bien” y lo lee con tono tranquilo, molesto y triste. Pregunta: “¿Cambió el significado?, ¿qué información faltaría para interpretar mejor?”.
- **Estudiantes:** En parejas analizan mensajes breves como “Hazlo tú”, “No importa”, “Qué gracioso” y “Luego hablamos”. Para cada uno escriben dos interpretaciones posibles y una pregunta aclaratoria respetuosa.
- **Docente:** Revisa que no confundan una interpretación con un hecho y pregunta: “¿Qué podrías preguntar antes de responder impulsivamente?”.
- Las parejas ganan 5 puntos por cada pregunta que evite suposiciones, por ejemplo: “¿Quieres decir que prefieres hacerlo después?”.

Evidencia: Ficha de interpretación y preguntas aclaratorias.

Actividad 3: Misión semáforo emocional (40 minutos)

Objetivo específico: Aplicar una estrategia inicial de autorregulación antes de comunicarse.

- **Docente:** Presenta el semáforo: rojo, detenerse y respirar; amarillo, identificar emoción y necesidad; verde, elegir palabras y acción respetuosa.

- **Estudiantes:** Resuelven en equipos dos casos: “Tu compañero no hizo su parte” y “un amigo comparte una foto tuya sin permiso”. Escriben qué harían en cada caso.
- **Docente:** Pregunta: “¿Qué respuesta podría empeorar el conflicto?, ¿qué límite se puede expresar sin insultar?”.
- Los equipos representan una respuesta impulsiva y luego una respuesta preparada con el semáforo.

Evidencia: Secuencia de respuesta y mini representación.

Diferenciación y transición

Quienes necesitan apoyo reciben un banco de emociones, pictogramas y frases iniciadoras. Quienes terminan antes agregan una emoción compleja, como frustración, culpa o alivio, y explican sus señales. **Docente:** Conecta diciendo: “Ya detectamos qué ocurre dentro de nosotros; en la próxima misión aprenderemos a expresar esa información sin atacar ni callarnos”.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos.

Síntesis y reflexión

- **Estudiantes:** Completan un ticket de salida: “Una emoción puede influir en mi comunicación cuando...”, “Una señal de alerta en mi cuerpo es...” y “Antes de responder puedo...”.
- **Docente:** Revisa dos o tres respuestas y entrega la insignia “Radar emocional” a los equipos que identificaron emoción, pensamiento y conducta con claridad.
- Preguntas metacognitivas: “¿Pude diferenciar una emoción de una conducta?”, “¿Qué pregunta me ayuda a no interpretar rápidamente un mensaje?”.

Transferencia y tarea: Durante la semana, observar una situación ficticia de una serie, videojuego o historia e identificar emoción, pensamiento, señal corporal y conducta, sin registrar datos personales.

Sesión 2: Las palabras que construyen puentes

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos.

Propósito de la sesión: Comparar estilos de comunicación y practicar una fórmula para expresar emociones, necesidades y límites de manera clara.

Conexión con la sesión anterior

- **Docente:** Solicita tres voluntarios para leer ejemplos anónimos del ticket de salida. Pregunta: “¿Qué puede ocurrir si respondemos cuando estamos en rojo?”.
- **Estudiantes:** Responden con una señal de mano: pulgar arriba si la frase es asertiva, al centro si necesita mejorar y abajo si puede agredir o evitar el problema.

Motivación y contextualización

Docente: Presenta tres versiones de la misma situación: “Déjame en paz”, “No pasa nada” y “Me molestó que interrumpieras; necesito terminar mi idea. ¿Puedes escucharme?”. Explica que el reto consiste en convertir frases impulsivas o evasivas en mensajes claros para conversaciones escolares, familiares y digitales.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 160 minutos.

Presentación gamificada: “Tres estilos, tres caminos” (15 minutos)

Docente: Explica que la comunicación pasiva oculta necesidades, la agresiva hiere o impone y la asertiva expresa ideas y límites respetando a las personas. Presenta la fórmula: “Yo siento..., cuando..., porque necesito..., propongo...”. Aclara que no se trata de culpar ni de usar siempre la palabra “yo” de manera mecánica. Cada equipo recibe una tarjeta de nivel “Analista” al completar un ejemplo.

Actividad 1: Clasificación de estilos (45 minutos)

Objetivo específico: Comparar respuestas pasivas, agresivas y asertivas.

- **Docente:** Entrega tarjetas con frases: “Haz lo que quieras”, “Siempre arruinas todo”, “Prefiero que me avises antes de cambiar el plan”, “No me atrevo a decir que no”, “Si vuelves a hacerlo, te vas a arrepentir”.
- **Estudiantes:** Clasifican las frases en tres columnas y justifican la decisión con dos criterios: claridad y respeto.
- **Docente:** Pregunta: “¿La frase expresa una necesidad?, ¿ataca a la persona?, ¿qué podría decirse de otra manera?”.
- Cada equipo transforma dos frases pasivas y dos agresivas en frases asertivas. Gana 10 puntos por cada transformación justificada.

Organización: Equipos de 3 o 4. **Evidencia:** Clasificador y reformulaciones.

Actividad 2: Laboratorio del mensaje “yo” (50 minutos)

Objetivo específico: Aplicar una estructura asertiva para expresar emociones, necesidades y propuestas.

- **Docente:** Modela el caso: “Cuando revisas mi cuaderno sin permiso, me siento incómodo porque necesito privacidad; te propongo que me preguntes antes”. Subraya emoción, situación, necesidad y propuesta.
- **Estudiantes:** Individualmente completan cuatro plantillas con situaciones: interrupciones, préstamo de objetos sin permiso, presión para compartir una contraseña y desacuerdo en un trabajo.
- En parejas leen una plantilla y se hacen esta pregunta: “¿La frase describe la situación sin exagerar ni insultar?”. Luego la mejoran.
- **Docente:** Recorre el aula y pregunta: “¿Qué necesitas exactamente?, ¿qué propuesta concreta puede ayudar?”.

Evidencia: Cuatro mensajes en primera persona.

Actividad 3: Duelo de reformulación respetuosa (50 minutos)

Objetivo específico: Utilizar lenguaje asertivo en situaciones de conflicto.

- **Docente:** Coloca sobres con retos: “un compañero copia tu trabajo”, “un amigo no respeta tu turno”, “te agregan a un chat sin preguntarte” y “un familiar cambia tus planes”.
- **Estudiantes:** En parejas sacan un reto, preparan una respuesta con la fórmula y la leen en dos versiones: una impulsiva y otra asertiva.
- El grupo identifica cuál protege mejor la relación y el límite. No se puntúa la actuación teatral, sino la claridad, respeto y propuesta.
- **Docente:** Usa la frase guía: “Describe lo que observas, no etiquetas a la persona”.

Evidencia: Tarjeta de respuesta asertiva y presentación oral.

Diferenciación y transición

Para quienes necesitan apoyo se proporcionan palabras-emoción y ejemplos incompletos. Quienes avanzan antes redactan una respuesta asertiva para un comentario en redes sociales y otra para una conversación cara a cara.

Docente: Cierra la transición señalando: “Una buena frase necesita también una buena escucha; la siguiente sesión será una misión de detectives de la conversación”.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos.

Síntesis, retroalimentación y proyección

- **Estudiantes:** Escriben en una tarjeta una frase agresiva o pasiva y su versión asertiva.
- **Docente:** Lee ejemplos anónimos, destaca los que expresan una necesidad concreta y corrige de forma colectiva frases que todavía culpan o amenazan.
- Preguntas metacognitivas: “¿Qué diferencia encontré entre decir lo que siento y atacar?”, “¿Mi propuesta permite que la otra persona responda?”.

Recompensa: Se entrega la insignia “Constructor de puentes” a quienes reformularon mensajes con claridad y respeto. **Tarea:** Completar en casa un mensaje asertivo para una situación imaginaria y traerlo a la siguiente sesión.

Sesión 3: Escuchar para comprender

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos.

Propósito de la sesión: Desarrollar la escucha activa y la empatía como condiciones necesarias para una comunicación asertiva.

Activación y conexión

- **Docente:** Pide recordar la fórmula del mensaje en primera persona. Pregunta: “¿Puede una conversación ser asertiva si solo una persona habla?”.
- **Estudiantes:** Responden y realizan una demostración breve: una pareja conversa mientras una persona mira el celular; luego repite mirando y haciendo una pregunta. Comparan cómo se sintieron en cada caso.

Motivación y contextualización

Docente: Explica el reto “Oído atento”: los equipos ganarán puntos por demostrar contacto visual respetuoso, no interrumpir, parafrasear, hacer preguntas abiertas y validar emociones sin necesariamente estar de acuerdo. Se relaciona con discusiones en trabajos grupales, malentendidos por mensajes y conversaciones familiares.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 160 minutos.

Presentación gamificada: “Las cinco herramientas del oído atento” (15 minutos)

Docente: Presenta cinco herramientas: mirar o mostrar atención, dejar terminar, parafrasear, preguntar para comprender y validar. Modela una respuesta poco útil: “Ya sé, no exageres”, y una útil: “Entiendo que te molestó que cambiaran el acuerdo; ¿qué solución propones?”. Los estudiantes levantan una tarjeta cada vez que detectan una herramienta.

Actividad 1: Escucha con misión (50 minutos)

Objetivo específico: Practicar escucha activa y empatía.

- **Docente:** Entrega a cada pareja una tarjeta con un tema seguro: una actividad escolar difícil, elegir una película para el grupo, organizar un recreo o resolver un reparto de tareas.
- **Estudiantes:** La persona A habla durante un minuto; B no interrumpe y luego dice: “Lo que entiendo es...”. Después pregunta: “¿Qué sería importante para ti?”. Cambian roles.
- Ambos completan una lista de cotejo: escuché sin interrumpir, resumí, pregunté y validé.
- **Docente:** Observa y pregunta: “¿Tu resumen repite las palabras o demuestra que comprendiste la idea?”.

Evidencia: Lista de cotejo y registro de una paráfrasis.

Actividad 2: Detectives del malentendido (50 minutos)

Objetivo específico: Analizar cómo las suposiciones provocan conflictos y proponer aclaraciones.

- **Docente:** Presenta casos: “El grupo no responde tu mensaje”, “dos compañeros se ríen cuando expones” y “alguien dice ‘luego vemos’ y no cumple”.
- **Estudiantes:** En equipos completan cuatro pasos: hecho observable, interpretación posible, emoción y pregunta aclaratoria.
- Después redactan una respuesta que combine escucha y asertividad: “Quiero entender qué pasó. Cuando no responden..., me siento..., ¿podemos acordar...?”.
- **Docente:** Pregunta: “¿Qué parte es un hecho y cuál es una suposición?, ¿qué pregunta abre la conversación?”.

Evidencia: Ficha de análisis y respuesta dialogada.

Actividad 3: Puente de perspectivas (40 minutos)

Objetivo específico: Practicar empatía sin justificar conductas dañinas.

- **Docente:** Entrega un caso con dos personajes: quien olvidó una tarea y quien se siente perjudicado; quien hizo una broma y quien se sintió ofendido.
- **Estudiantes:** Escriben qué podría sentir cada personaje, qué necesitaría y qué frase empática podría escuchar.
- Representan un diálogo de un minuto que incluya validación, límite y propuesta.
- **Docente:** Aclara: “Comprender cómo se siente alguien no significa aceptar una agresión”.

Evidencia: Tabla de perspectivas y dramatización.

Checkpoint de nivel (5 minutos), diferenciación y transición

Cada equipo responde en una tarjeta: “Una pregunta abierta que ayuda a comprender es...”. Quienes necesitan apoyo pueden elegir entre preguntas modelo; quienes terminan antes crean una pregunta que funcione en una conversación digital. Se entregan puntos por argumentación y respeto. **Docente:** Enlaza: “Ahora sabemos expresar y escuchar; mañana usaremos ambas habilidades para resolver un conflicto completo”.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos.

Síntesis y reflexión

- **Estudiantes:** Elaboran un “pulgar de escucha” con tres acciones que realizarán en la próxima conversación: dejar terminar, resumir y preguntar, por ejemplo.
- **Docente:** Ofrece retroalimentación inmediata usando dos fortalezas y una sugerencia por equipo.
- Preguntas metacognitivas: “¿Qué herramienta de escucha me resulta más difícil?”, “¿Cómo puedo validar una emoción sin decir que la otra persona tiene razón en todo?”.

Transferencia: Practicar una pregunta abierta durante una conversación cotidiana y registrar qué cambió en el diálogo. Se anticipa la misión final: resolver conflictos y crear una campaña.

Sesión 4: Mediadores en acción

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos.

Propósito de la sesión: Integrar identificación emocional, mensaje asertivo y escucha activa para resolver un conflicto y comunicar recomendaciones a otros estudiantes.

Activación y motivación

- **Docente:** Realiza un Kahoot o encuesta rápida con cinco preguntas sobre emoción, conducta, estilos comunicativos, mensaje en primera persona y escucha activa.
- **Estudiantes:** Responden individualmente y luego justifican en equipo una respuesta que haya generado dudas.
- **Docente:** Presenta el desafío: “Completen la misión final, ayuden a dos personajes a pasar del conflicto al acuerdo y creen una campaña para el aula”.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 160 minutos.

Presentación gamificada: “Ruta del mediador” (15 minutos)

Docente: Explica la ruta en cinco pasos: detenerse y regularse, describir el hecho, expresar emoción y necesidad, escuchar la otra perspectiva y construir un acuerdo. Aclara que si existe violencia, amenaza, acoso o riesgo, no se resuelve solo con diálogo: se debe buscar a un adulto responsable. Cada equipo recibe un sobre con la misión y una rúbrica.

Actividad 1: Escape del conflicto (60 minutos)

Objetivos específicos: Aplicar comunicación asertiva, escucha activa y estrategias de resolución pacífica.

- **Docente:** Organiza cuatro estaciones: “Identifica la emoción”, “Separa hechos y suposiciones”, “Construye el mensaje yo” y “Acuerda una solución”.
- **Estudiantes:** En equipos resuelven un caso completo, por ejemplo: dos integrantes discuten porque una persona modificó el trabajo sin avisar y la otra dejó de participar.
- En cada estación responden una tarjeta. Solo avanzan cuando explican su decisión, no cuando adivinan una contraseña.
- **Docente:** Formula preguntas guía: “¿Qué ocurrió exactamente?”, “¿qué necesita cada persona?”, “¿qué acuerdo se puede revisar después?”.
- Al finalizar, cada equipo dramatiza el conflicto primero con una respuesta poco eficaz y luego con la solución asertiva.

Evidencia: Hoja de ruta, acuerdo escrito y dramatización. **Organización:** Equipos de 4.

Actividad 2: Diseño de la campaña “Comunicar también es cuidar” (55 minutos)

Objetivo específico: Crear un producto comunicativo sobre el uso de las emociones y la asertividad.

- **Docente:** Indica que cada equipo elaborará un afiche, carrusel digital o audio de un minuto dirigido a estudiantes de 12 a 15 años.
- **Estudiantes:** Incluyen obligatoriamente: una definición breve de comunicación asertiva, tres frases útiles, una estrategia de escucha, un ejemplo escolar o digital y una recomendación para pedir ayuda si existe violencia.
- **Docente:** Revisa el guion antes de la producción y pregunta: “¿El mensaje se entiende en pocos segundos?, ¿evita burlas y culpabilizaciones?, ¿propone una acción concreta?”.

- Los equipos distribuyen roles: redactor, diseñador, portavoz y verificador de criterios.

Evidencia: Afiche, carrusel o audio con guion.

Actividad 3: Feria de mediadores y coevaluación (30 minutos)

Objetivo específico: Evaluar y mejorar estrategias de comunicación asertiva.

- **Estudiantes:** Exponen su campaña en tres minutos. Los demás utilizan una ficha con tres criterios: claridad, respeto y utilidad.
- **Docente:** Solicita una pregunta y una sugerencia de mejora por equipo visitante. Registra evidencias de expresión oral, escucha y cooperación.
- Cada equipo realiza una mejora final en su producto y explica qué cambió y por qué.

Diferenciación: Se permite elegir producto visual, oral o digital; se ofrecen plantillas, frases modelo y lectura compartida a quienes lo necesitan. Quienes avanzan antes agregan una versión del mensaje para un chat y otra para una conversación presencial. **Transición:** El docente anuncia que las campañas se integrarán en el mural o espacio virtual del aula.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos.

Síntesis, reflexión, retroalimentación y celebración

- **Estudiantes:** Completan un “pasaporte final”: una emoción que ahora identifico mejor, una frase asertiva que puedo usar, una herramienta de escucha que practicaré y una persona adulta a quien acudiría ante una situación de riesgo.
- **Docente:** Devuelve la rúbrica, ofrece retroalimentación concreta y reconoce insignias: “Radar emocional”, “Constructor de puentes”, “Oído atento” y “Mediador en acción”. Las recompensas son diplomas, publicación de campañas y elección de una dinámica cooperativa para el aula.
- Preguntas metacognitivas: “¿Cómo cambió mi forma de responder ante un conflicto?”, “¿Qué evidencia demuestra que escuché y no solo esperé mi turno?”, “¿Qué estrategia aplicaré esta semana?”.

Cierre completo: El grupo formula en plenaria tres acuerdos para comunicarse con respeto. El docente agradece el trabajo y recuerda que la asertividad no consiste en ganar discusiones, sino en expresar necesidades, escuchar y cuidar la dignidad de todas las personas.

Evaluación

Tipo y momentos de evaluación

- **Diagnóstica:** En la Fase de Inicio de la Sesión 1, mediante las respuestas a las situaciones emocionales y la clasificación de emoción, pensamiento y conducta.

- **Formativa:** Durante las Sesiones 1, 2 y 3, mediante observación directa, revisión del radar emocional, clasificación de estilos, mensajes en primera persona, fichas de escucha y dramatizaciones.
- **Sumativa:** En la Sesión 4, durante la misión “Escape del conflicto”, la campaña final, la exposición y el pasaporte de reflexión.

Criterios de evaluación vinculados con los objetivos

- **Identifica** emociones, señales corporales, pensamientos y conductas en situaciones concretas. Se vincula con el objetivo 1.
- **Diferencia** respuestas pasivas, agresivas y asertivas, justificando su clasificación con criterios de claridad y respeto. Se vincula con el objetivo 2.
- **Formula** mensajes en primera persona que incluyen emoción, situación, necesidad y propuesta concreta. Se vincula con el objetivo 3.
- **Demuestra** escucha activa mediante atención, paráfrasis, preguntas abiertas y validación respetuosa. Se vincula con el objetivo 4.
- **Integra** estrategias emocionales y comunicativas en una campaña clara, pertinente y respetuosa. Se vincula con el objetivo 5.

Instrumentos

- Lista de cotejo para identificar emoción, pensamiento, señal corporal y conducta.
- Rúbrica analítica para mensajes asertivos y dramatizaciones, con niveles: inicial, en proceso, logrado y destacado.
- Guía de observación del docente para escucha activa, empatía, participación y colaboración.
- Ficha de coevaluación de la campaña con criterios de claridad, respeto, creatividad y utilidad.
- Autoevaluación final mediante el pasaporte de misión y preguntas metacognitivas.

Evidencias de aprendizaje

- Tabla del radar emocional y análisis de situaciones.
- Clasificación de frases y reformulación de respuestas pasivas o agresivas.
- Mensajes en primera persona elaborados individualmente y en parejas.
- Fichas de escucha activa, tablas de perspectivas y dramatizaciones.
- Hoja de ruta del conflicto, acuerdo escrito y campaña “Comunicar también es cuidar”.

Puntaje gamificado

Los equipos obtienen puntos por justificar sus respuestas, escuchar sin interrumpir, usar lenguaje respetuoso, cumplir roles y mejorar sus productos. La puntuación no se utiliza para comparar públicamente a los estudiantes, sino para visualizar el progreso del equipo. Se entregan insignias por habilidades demostradas y no únicamente por resultados, favoreciendo la participación de todos.