



*COLEGIO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS
DEL ESTADO DE MÉXICO
PLANTEL IXTLAHUACA*

**Elaborado por: Christopher Antonio Antonio Grupo:404 N.L: 3
Hora: 01/05/2024 Hora: 08:15 pm**

Lecciones Construye-T 4º Semestre Toma y daca

Introducción

Saber expresarse y saber escuchar son acciones que suelen darse por sentadas cuando en realidad no se practican de forma atenta. Algunos adolescentes tanto como personas adultas, se reservan lo que piensan y sienten, y al escuchar interpelan o anticipan una idea como si adivinaran lo que el interlocutor va a decir. Eso dificulta el diálogo –herramienta fundamental para solucionar problemas– y con ello la posibilidad de lograr acuerdos. En esta lección el énfasis se encuentra en la práctica de la técnica del habla y escucha atenta para resolver dilemas.

Actividad realizada

Conciencia social

Lección 5

Toma y daca

El reto es que apliquen estrategias de comunicación efectiva para inferir cuáles podrían ser las motivaciones, necesidades, pensamientos, emociones y comportamientos de otras personas respecto a diversas situaciones.

Cuando existen posturas opuestas e igual de valiosas, puede surgir un conflicto, y el diálogo es una herramienta fundamental para solucionarlo. Esto puede ser complejo, pues las relaciones interpersonales implican un intercambio de saberes, actitudes y valores, y cada persona actúa según lo que considera correcto o incorrecto. Las estrategias de comunicación efectiva resultan una valiosa herramienta para escuchar y expresar lo que pensamos de manera que todas las involucradas se asuman como iguales, expresen su postura con claridad, respeto, y buscando una solución que beneficie a ambas partes.

Para tu vida

Escucha

En tu casa, con tus amigos y en la escuela proponte escuchar con atención, sin interrumpir, sin dar tus opiniones antes de tiempo, sin distraerte y con la disposición de comprender al otro.

Actividad 1

a. Hagan equipos de cinco personas y lean el siguiente caso:

Fernanda, Luis, Clemente, Mariana y Sonia son muy amigos, ellas estuvieron juntas en la secundaria y a ellos los conocieron en la prepa. Se confían todo y procuran siempre hablarse, verse o enviarse mensajes. Sonia y Clemente son novios desde hace un año, pero eso no ha cambiado su relación con los demás. Una tarde quedaron de verse para ir al cine, pero Sonia estaba enferma y Clemente les dijo que tenía un compromiso familiar así que sólo fueron Luis, Mariana y Fernanda. La pasaron bien y mientras caminaban hacia su casa, en el parque vieron a una pareja besándose, cuando se acercaron más no podían creer lo que veían: era Clemente con una chica que nunca habían visto.

b. Ahora dentro del equipo comenten las consecuencias de las dos opciones que tienen Luis, Mariana y Fernanda con respecto a Clemente y a Sonia. Anótenlas aquí o en sus cuadernos.

A Sonia	
Le cuentan lo que vieron	No le cuentan lo que vieron
<p>Será mejor para que Sonia no sufra más adelante</p>	<p>Estará mal si no se lo dicen</p>
A Clemente	
Lo enfrentan	Siguen su camino
<p>Si, y dialogan con él.</p>	<p>No, porque afectar a su amiga.</p>

CONSTRUYE T

www.sesro.gob.mx/construyet

13

Conciencia social

¿Quieres saber más?
 Rotación la escucha atenta y reflexión con la escucha activa. Consulta el video de escucha activa ¿en qué consiste? Puedes encontrarlo en este enlace: <https://bit.ly/3c3h8hm>

c. Tomen postura sobre la opción que elegirían y argumenten su decisión. Comenten con su equipo y si hay alguien que piense igual compartan las razones de su decisión para preparar su argumento. Empleen el **habla** y la **escucha atenta** (revisen el concepto clave).

- Defiendan su argumento ante el equipo exponiendo sus razones, los criterios que emplearon para tomar esa decisión debido a los antecedentes del caso y las consecuencias de tu elección.
- Escuchen con atención los argumentos de sus compañeros.

d. Después de dialogar, tomen acuerdos para optar por una alternativa en cada caso y compartan con el grupo sus conclusiones.

Actividad 2

a. De manera individual, escribe aquí o en tu cuaderno una conclusión sobre la importancia de hablar y escuchar con atención para solucionar un dilema de forma conjunta.

Es importante saber escuchar a los demás para después hablar.

Concepto clave

Escucha atenta. Forma de comunicación consciente que permite recibir y procesar información de manera empática, sin juzgar ni interrumpir al otro.

Habla atenta. Forma de comunicación consciente que permite transmitir información de una manera constructiva, teniendo en cuenta las probables consecuencias de lo que se diga en los demás.

b. Compartan su texto con el grupo y, con la guía de su profesor, lleguen a acuerdos sobre la importancia de la comunicación efectiva para resolver conflictos.

Reafirmo y ordeno

El diálogo es una herramienta básica para la solución de situaciones conflictivas en las que la oposición de dos posturas igualmente valiosas dificulta la toma de postura y de decisiones. Para dialogar es preciso que ambas partes se asuman como iguales, que expresen su postura con claridad, respeto y con intención de buscar una solución que beneficie a ambos, además de tener disposición a escuchar atentamente, considerando su argumento tan válido como el propio.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Siempre hablar con la verdad y contar las cosas como sucedieron

CONSTRUYE T
 www.venezuela.gob.ve/construyet

Conclusión

La noción de "toma y daca" encapsula un principio fundamental de intercambio y reciprocidad en las relaciones humanas. Esta expresión resalta la importancia de la colaboración y el compromiso mutuo para lograr un equilibrio justo y satisfactorio en las interacciones sociales y comerciales. En un sentido más amplio, "toma y daca" nos recuerda la necesidad de contribuir de manera equitativa en nuestras relaciones personales, profesionales y sociales, reconociendo que el dar y recibir de manera balanceada es esencial para construir relaciones sólidas y duraderas. Esta idea también subraya la importancia de la generosidad, la flexibilidad y la reciprocidad en la promoción de la armonía y el bienestar colectivo en la sociedad. En resumen, "toma y daca" nos invita a reflexionar sobre el valor de la colaboración y el intercambio justo en la búsqueda de relaciones satisfactorias y mutuamente beneficiosas.