



VALUES

2 st
SECONDARY



**HABILIDADES
COMUNICATIVAS:
ESCUCHO Y ME ESCUCHAN**

 **SACO OLIVEROS**

Helico curiosities

Mindfulness

Nos conectamos con nuestro entorno, solicitamos a nuestros estudiantes cerrar sus ojos y buscar una posición cómoda por 2 minutos, se brinda la siguiente indicación:

- A mi indicación todos cerramos nuestros ojos y guardamos silencio, procurando percibir algunos sonidos, si alguien toca la puerta, si escuchan un ruido fuerte, si escuchas tu nombre, etc, solo percibe, mantén los ojos cerrados y procura guardar silencio.
- En el momento de silencio el docente realizará sonidos: con una bolsa plástica, con una botella, con dos aplausos y un silbido. A la indicación todos abren sus ojos y se solicita respondan las siguientes preguntas: ¿Fue fácil mantener la calma? ¿Qué sonido fue de tu incomodidad? ¿Cómo te sentiste de estar tranquilo y escuchar algo incómodo?.
- El docente resalta que todos somos diferentes sin embargo, nos puede causar incomodidad que interrumpan nuestro estilo de tranquilidad, por ello es importante saber el momento preciso de expresar de forma efectiva,



Erich Fromm y el arte de escuchar

- Erich Fromm, psicoanalista humanista de origen judío alemán, pronunció en 1974 una conferencia en Suiza que tituló “El arte de escuchar”. El material de esa conferencia se publicó más tarde como libro póstumo con el mismo título. Fromm resalta como nadie la importancia del acto de escuchar y establece estas seis reglas básicas para escuchar correctamente:

- 1ª. La regla más importante para practicar el arte de escuchar es prestar mucha atención
- 2ª. Tu mente no debe estar ocupada por nada importante. La mente debe estar libre de ansiedad y de preocupaciones.
- 3ª. Debes poseer una imaginación que funcione con libertad y debes ser capaz de verbalizar tus ideas.
- 4ª. Tienes que ser capaz de empatizar con tu interlocutor hasta el punto de sentir su experiencia como si fuera tuya.
- 5ª. Para empatizar es necesario amar al otro. No en un sentido sexual, sino en el sentido de vivir su situación de una forma desinteresada y abierta.
- 6ª. La comprensión y el amor deben ir juntos.



Responda.:

¿Qué acciones deberíamos realizar en relación con la comunicación?

¿Qué entiendes por “El arte de escuchar”?

Escoge y escribe una de las reglas básicas y argumenta tu respuesta.

HABILIDADES COMUNICATIVAS: ESCUCHO Y ME ESCUCHAN

¿En qué consiste la comunicación?

La comunicación es el intercambio de información que se produce entre dos o más personas con el objetivo de aportar información y recibirla. Es adecuada para la convivencia con la familia, tus padres o compañeros. A través de ella podrás expresar sentimientos, ideas, apreciaciones, etc.

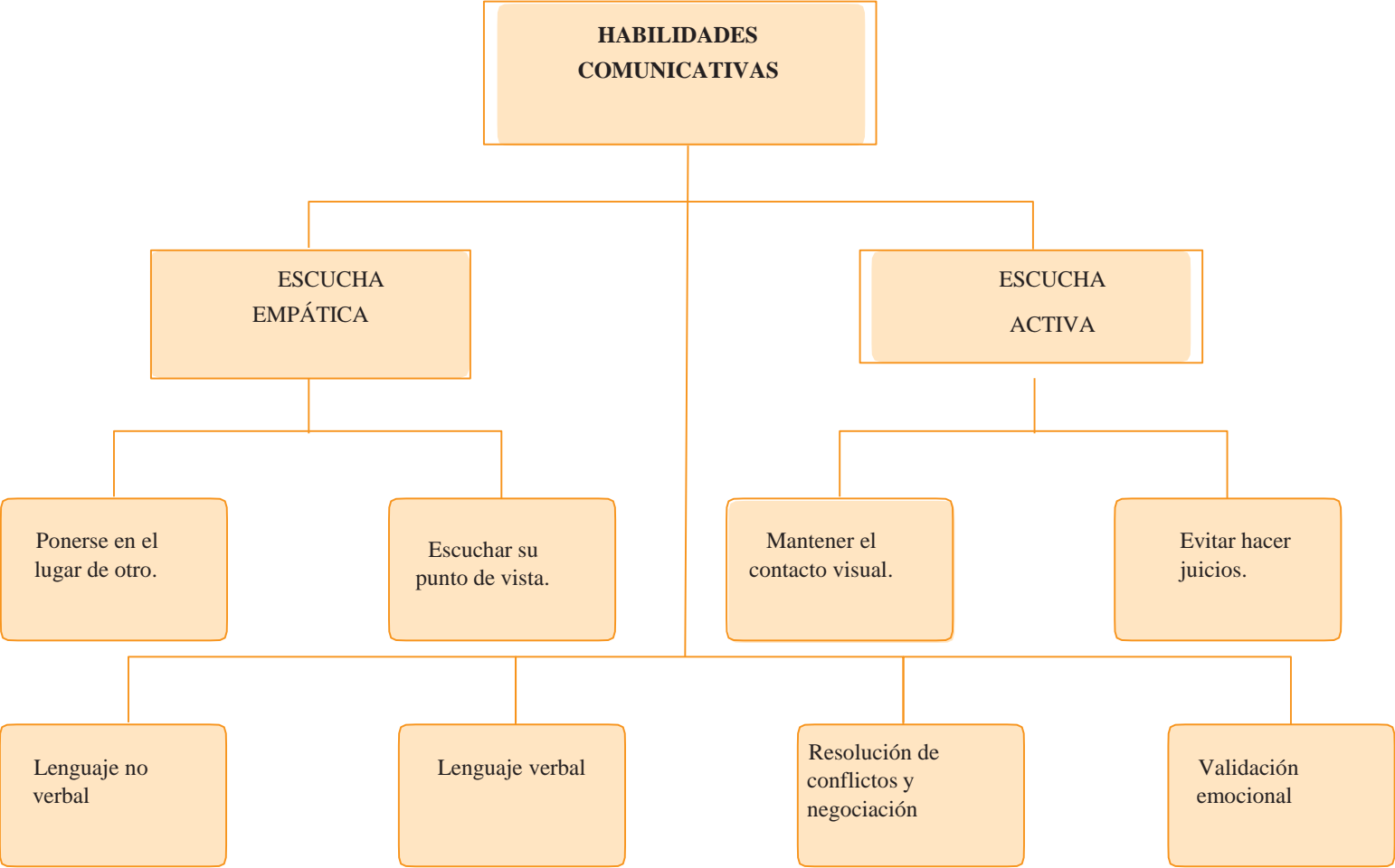
Componentes:

- **La escucha empática**
- **La escucha activa**
- **Validación emocional**
- **Lenguaje no verbal**
- **Resolución de conflictos y negociación**
- **Lenguaje verbal**





HELICOSYNTESIS






Helico practice

1. ¿Cuáles serían las acciones que desarrollarías para fomentar la comunicación a través de la escucha empática con tus compañeros?
2. Resaltar las palabras que influyen en el desarrollo de las habilidades comunicativas
 - Asertividad.
 - Contacto visual.
 - Imponer sus ideas.
 - Ser permisivos.
 - Capacidad negociadora.
 - Escucha activa.
 - Empatía.
3. Escribir un ejemplo de tu vida cotidiana donde has realizado la escucha activa.





La sabiduría es la recompensa que obtienes por toda una vida de escuchar cuando hubieras preferido hablar

Mark Twain.