



VALUES

2st
SECONDARY



**HABILIDADES
COMUNICATIVAS – ESCUCHO
Y ME ESCUCHAN**

 **SACO OLIVEROS**

GIMNASIA CEREBRAL

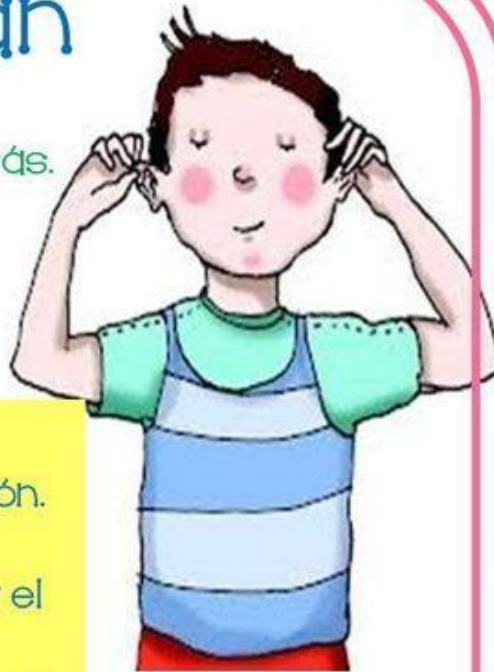
Peter Pan

Pasos:

- 1- Toca ambas orejas por la punta.
- 2- Tira hacia arriba y un poco hacia atrás.
- 3- Mantenlas así por espacio de 20 segundos.
- 4- Descansa brevemente.
- 5- Repite el ejercicio tres veces.

Beneficios:

- Despierta todo el mecanismo de audición.
- Asiste a la memoria.
- Enlaza el lóbulo temporal del cerebro y el sistema límbico.
- Si necesitas recordar algo haz el ejercicio y notarás los resultados.



/MaestraYesiSaldaña





HELICO CURIOSITY

ERICH FROMM Y EL ARTE DE ESCUCHAR.

1.- ¿Qué acciones deberían realizar en relación a la comunicación?

2.- ¿Qué entiendes por “El arte de escuchar”?

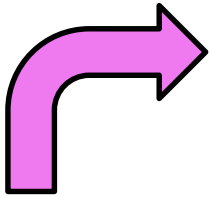
3.- Escoge y escribe una de las reglas básicas y argumenta tu respuesta:



¿EN QUÉ CONSISTE LA COMUNICACIÓN?



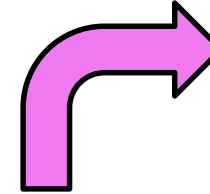
La comunicación es el intercambio de información que se produce entre dos o más personas con el objetivo de aportar información y recibirla. para una adecuada convivencia en la familia, con tus padres, compañeros expresando sus sentimientos, ideas, apreciaciones.



La escucha empática consiste en escuchar a una persona sin prejuicios, poniéndose en su lugar y prestando una atención total. Se basa en intentar comprender apreciando su punto de vista y sin imponer nuestras opiniones.

Características son:

- ✓ Presentar siempre una mente abierta, evitando juicios y suposiciones.
- ✓ Entender su punto de vista .
- ✓ Captar el sentido de su mensaje, poniéndonos en su lugar.



Es la habilidad de escuchar no solo lo que la persona está expresando, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos, es dedicarle a alguien toda tu atención.

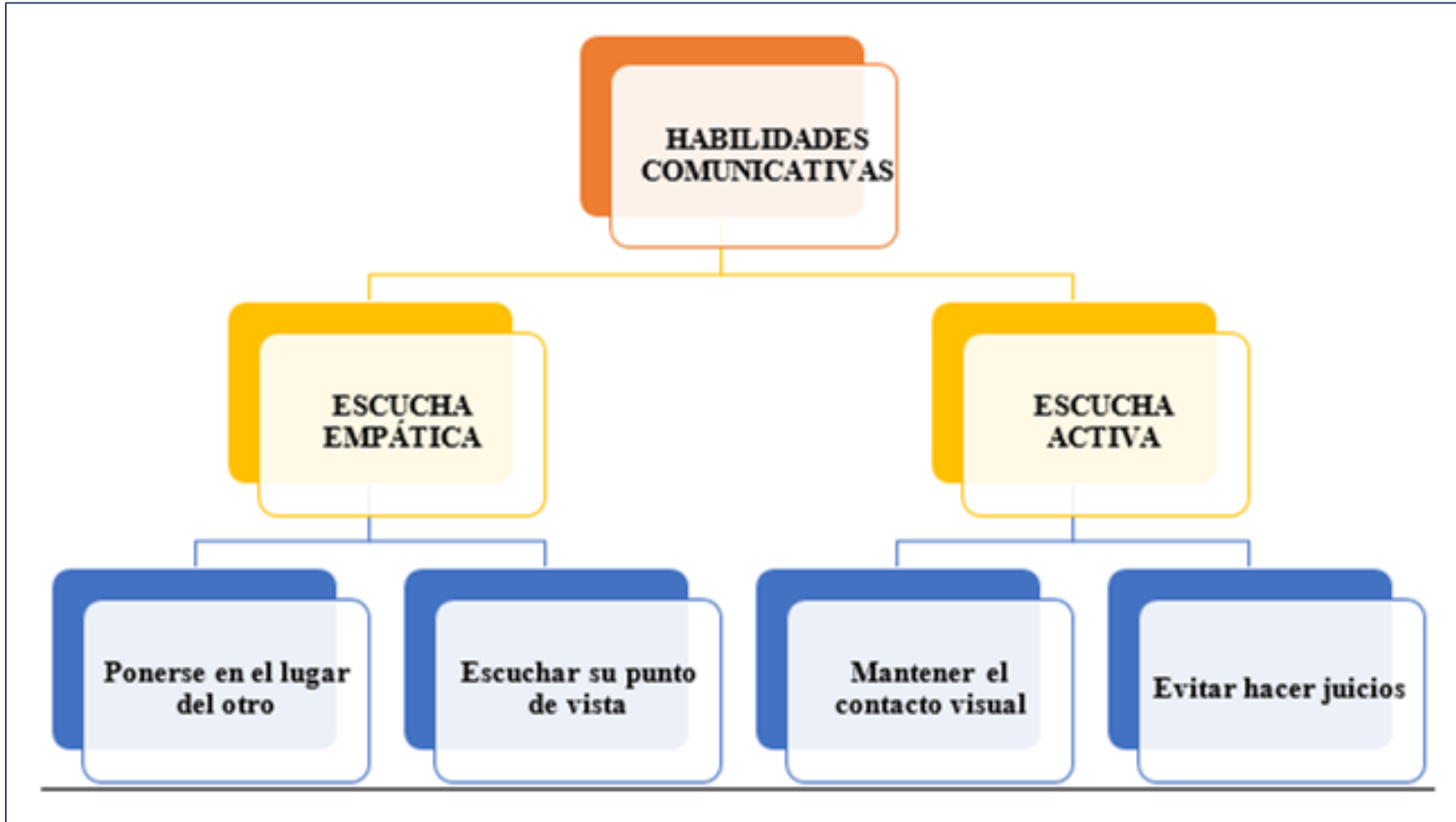
Componentes esenciales:

Comprensión, retención y respuesta.

Pilares:

- céntrate en la persona que habla.
- mantén contacto visual.
- procura no interrumpir.
- no domines la conversación.

HELICOSYNTESIS





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.

4.Crear un slogan en relación a la importancia de practicar las habilidades comunicativas en la familia, en el colegio.



HELICOTALLER

1. Escoger a una persona que admiras, luego vamos a responder las preguntas.
2. Crear un acróstico con su nombre, dando un mensaje sobre la importancia de emplear la comunicación asertiva en el aula.



Hablemos del *personaje*

Así luce el personaje

Palabras que describen al personaje

Nombre

¿Qué le pasó al personaje?

¿Te gusto el personaje? Explica.





MINDFULNESS

PALABRA CON CONCIENCIA PLENA:

- ❖ Cierra los ojos y respira profundamente, escucha una canción.
- ❖ Focaliza tu atención en el sonido y vibración de cada nota, en las emociones que está suscitando en ti y en las sensaciones que suceden en el mismo instante que la escuchas.
- ❖ Así lograras regular tus emociones y mejorará tu capacidad de escuchar y ser escuchado

TAREA: Escribe que utilizaste para focalizarse y cuánto tiempo duró sin distraerte:

