

**EMPODERAMIENTO INTEGRAL PARA LA IGUALDAD DE GÉNERO DE LAS
ORGANIZACIONES DE MUJERES DEL MUNICIPIO DE BUCARAMANGA
FMF - IAF**

TEMA: Mi paz construye la paz de Colombia-Aprendiendo a comunicarme con asertividad

LUGAR: CASA DE UNA JOVEN DEL GRUPO

SESIÓN: Tercera

TIEMPO: 2 HORAS

HORA: 6:30PM A 8:30PM

OBJETIVOS

Desarrollar habilidades comunicativas como la asertividad en el grupo de jóvenes Artesanos en Miramanga con el fin de entablar diálogos constructivos y generar alternativas adecuadas para la solución de conflictos que contribuyan a la generación de paz

METODOLOGÍA

“Cuando oigo, olvido; cuando veo, recuerdo, y cuando hago, aprendo”.

(Proverbio Chino)

Desde la propuesta metodológica de aprender haciendo, este proceso de formación tiene en cuenta las siguientes premisas:

1. Darle valor a la integración de la teoría y la práctica
2. Se promueve la reflexión sobre el mismo hacer y la vida de las mujeres
3. Parte de las subjetividades y el diario vivir de las mujeres
4. Desarrollo de habilidades para la participación y el liderazgo

TIEMPO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	MATERIAL
6:30- 6:45	Bienvenida, presentación de la actividad y toma de asistencia	Se dará la bienvenida al taller, se establecerán pautas de respeto, luego se explicará en qué consiste la actividad y se hará la toma de asistencia.	Cámara Listados de asistencia
6:45 – 7:10	Primera parte: Diferentes formas de decir “Hola”	Se realizará la siguiente actividad: - Consigna: Se van a saludar todos los integrantes de diferentes maneras, todos estarán de pie, una vez que estén todos dispuestos se van proponiendo diferentes formas: con	-Dulces, chocolates para incentivar al desarrollo de la actividad

		<p>la mano derecha, con la izquierda atrás; con la mano izquierda, la mano derecha atrás; con el pie derecho; con rodilla izquierda, codo con codo; espalda con espalda; cabeza con cabeza; etc., finalmente que se saluden como más les guste.</p> <p>Al terminar la actividad se les preguntarán como se sintieron y que les pareció difícil o sencillo y por qué.</p>	
7:10-7:40	Segunda parte: Teléfono sin palabras	<p>El objetivo de la actividad es experimentar una comunicación no verbal, con el fin de reflexionar sobre la comunicación y sus dificultades.</p> <ul style="list-style-type: none"> El material necesario son dos hojas de papel donde conste el mismo mensaje: “En un bar de Bucaramanga, un viejo cantaba con un micrófono mientras su guapa compañera tocaba con la guitarra bellas melodías”. Descripción <ol style="list-style-type: none"> 1) Se dividen en dos grupos 2) Dentro de cada grupo se colocan en fila 3) Se le entrega al último de cada grupo el papel donde está escrito el mensaje. Está prohibido 	<p>-Dos hojas con la siguiente frase: “En un bar de Bucaramanga, un viejo cantaba con un micrófono mientras su guapa compañera tocaba con la guitarra bellas melodías”.</p>

		<p>mostrar el papel a los demás. Lo leerá en silencio y lo devolverá al coordinador de la actividad.</p> <p>4) El último de cada grupo expresa gestualmente el mensaje al penúltimo, éste se lo transmite de forma no verbal al siguiente y así sucesivamente hasta llegar al primero, que lo deberá traducir a palabras.</p> <p>5) Gana el grupo cuya traducción del mensaje se parezca más al original.</p> <p>6) Comparten las respuestas a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué condiciones son necesarias para una adecuada comunicación? • ¿Qué factores dificultan la comunicación? 	
7:40-8:10	<p>Tercera parte: Dragón, tortuga o persona</p> <p>¿Cuál eres tú?</p>	<p>-Se dividirán en tres grupos, a cada grupo se le entregará una hoja con la situación correspondiente de la siguiente manera:</p> <p>-Dragón: Este estilo es el que utiliza</p>	<p>-3 hojas con las tres diferentes descripciones de: Dragón, tortuga y persona</p> <p>-Premio para</p>

		<p>el dragón impone sus sentimientos, sus ideas y sus opiniones. Se comunican amenazando, insultando y agrediendo. El dragón suelta fuego por la boca cuando habla.</p> <p>-Tortuga: La tortuga se esconde en su caparazón cuando la decimos algo. No defienden sus intereses, no expresan ni sentimientos ni ideas ni opiniones.</p> <p>-Persona: Las personas nos comunicamos con las palabras, es importante usar bien las palabras y respetar nuestros propios derechos así como los demás. Este estilo de comunicación nos permite decir lo que nos molesta sin hacer daño a los demás.</p> <p>-Se le indicará a cada grupo que deben representar una situación de la vida real, es decir una situación conflictiva en donde intenten resolverla de la manera que a cada grupo le corresponda (Dragón, tortuga, persona).</p> <p>-Se les dirá que al grupo que mejor represente la situación se le entregará un premio.</p> <p>-Al terminar las presentaciones de</p>	la mejor representación.
--	--	--	--------------------------

		<p>cada grupo se socializará lo siguiente:</p> <p>-Según las representaciones existen 3 tipos de comunicación ¿Cuáles son las características del dragón? Es decir el estilo agresivo; ¿Cuáles son las características de la tortuga? Es decir del estilo pasivo; y ¿cuáles son las características de la persona?, es decir el estilo asertivo.</p> <p>-Entonces ¿qué es la comunicación asertiva? (narrar la situación donde dos personas se ponen de acuerdo para una cita y una de ellas llega tres horas tarde ¿Qué se debe hacer?, ¿Cómo actuaría el dragón? ¿Cómo actuaría la tortuga?, ¿es justo para las dos personas el trato que el dragón y la tortuga realizan?, ¿cómo actuaría la persona asertiva?...</p> <p>-Las respuestas se construyen entre todo el grupo.</p> <p>-¿Cuál es la mejor forma de comunicarnos para solucionar un conflicto que se nos esté presentando? Dragón, tortuga o persona...</p> <p>-Entonces la comunicación asertiva hace se refiere a: "la capacidad de las personas para expresar las</p>	
--	--	--	--

		necesidades, intereses, posiciones, derechos e ideas propias de maneras claras sin causar daño físico o psicológico a las demás personas”	
8:10-8:30 p.m.	Cierre	Se socializaran lo aprendido durante el taller Se compartirá un refrigerio	Refrigerio