

TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la Técnica: Triqui
Habilidad para la Vida: Comunicación Asertiva
Valor: Respeto
Objetivo: Realizar actividades que permitan la integración, el disfrute y fortalecer en los participantes la habilidad Comunicación Asertiva a través de la elaboración del triqui con una lista de tips relacionados con dicha habilidad y los cuales pueden compartir con otras personas a medida que van jugando.

1. Ambientación:

- Se da inicio al taller con el juego **El teléfono creativo**. El coordinador solicita al grupo conformar dos equipos, los cuales se ubicarán en hileras, al último participante de cada equipo se le mostrará una imagen o palabra que deberá dibujar con el dedo en la espalda del compañero que tienen al frente y este a su vez de acuerdo a su percepción desde el tacto transmitirá nuevamente el mensaje al siguiente compañero de la fila, sucesivamente hasta que el mensaje llegue al primero de la fila. Cuando la información llegue al primer participante de cada grupo este deberá plasmarla en el tablero. Gana el equipo que más palabras o dibujos acierte.

2. Actividad Central: Actividades de integración grupal

- Triqui: Primera Parte.** El grupo se divide en subgrupo aproximadamente de 6 participantes, a cada grupo se le hace entrega de los materiales para la elaboración del triqui: rectángulos de paño lency (1 para c/u), tiras de paño lency (4 para c/u), ojos móviles (12 por participante), tapas plásticas (6 para c/u), cordón para carnet, silicona líquida, tijeras, marcadores, agujas e hilos.

Usando los ojos móviles cada participante deberá decorar a su gusto sus seis tapas, teniendo en cuenta que para el triqui se requieren tres fichas de un estilo y tres de otro para diferenciarlas. Posterior a la decoración de las tapas, cada participante deberá elaborar con uno de los rectángulos de paño lency, las cuatro tiras del mismo material (de un color diferente al del rectángulo) y el cordón para carnet, una bolsa, la cual en la parte frontal deberá tener el tablero del triqui formado con las tiras de paño lency. La intención del bolso es poder tener el tablero para jugar y donde guardar las fichas para llevarlo a diferentes lugares.

Para la elaboración de la bolsa es necesario ir siguiendo las instrucciones del coordinador.

Segunda parte. Después de la elaboración del triqui, el facilitador explicará a los participantes el objetivo de la elaboración del juego, dándoles a conocer los diferentes tips que pueden tener en cuenta para fortalecer la habilidad comunicación asertiva y las diferentes formas de jugarlo.

1. ¿Qué es la comunicación Asertiva? Esta habilidad es la que le permite a las personas exponer sus puntos de vista y al tiempo tomar en cuenta las apreciaciones de los demás; También es saber escuchar evitando malos comentarios.

2. Escuchar significa dejar que el otro hable sin interrumpirlo, es necesario esperar a que termine para entonces comunicarle mi punto de vista, además es bueno ponerse en los zapatos de la otra persona y tratar de entender qué siente y por qué lo siente, se hace necesario entender qué de lo que yo he hecho o dicho le está afectando al otro.

Medellín Sede #1:

Agregados y Prefabricados
PBX:(57-4) 289 00 60
Calle 5 No. 21 - 24
Girardota / Antioquia

Medellín Sede #2:

Durapanel, Estructuras y Encofrados
PBX (574) 444 40 64
Calle 6 # 22. 34. Int. 103
Girardota / Antioquia

Bogotá

PBX:(57-1) 637 81 49
Calle 121 No. 6 - 46, Of. 243
Centro Empresarial Paseo Real

Barranquilla:

Cel: 311 631 93 14
Kilometro 114 Av. Cordialidad
Manzana 11 Lote 45 - Galapa

3. Recuerda que es bueno resolver el problema actual, tratando de enfocarse en lo que está sucediendo en el momento y hablar solamente de eso.

4. Es importante Hablar de lo que sientes, no critiques a las otras personas, no juzgues al otro con calificativos como: “estás mal”, “siempre te equivocas”, “eres muy enojón”. Más bien habla de lo que tú sientes como por ejemplo: “**cuando gritas de esa manera yo siento miedo**”. Hazte responsable de tus sentimientos, en vez de atacar al otro.

5. Una vez que hayas escuchado lo que la otra persona tiene que decir, es bueno reconocer la parte que te corresponde a ti. Ya que en la gran mayoría de los conflictos, las dos partes tienen de responsabilidad; Probablemente la otra persona también estará dispuesta a dialogar y reconocer sus propios errores.

6. Confirma lo que has entendido cuando el otro habla; es sano decirle a la otra persona lo que tú has entendido, simplemente para verificar y si es correcto. Dile al otro, algo tan simple como: “**Lo que he entendido que te molesta es que yo Grito Mucho**”, y espera que el otro te lo confirme.

7. Tu voz y el tono que usas, envían un mensaje inmediato a los que están al alcance de ella. (No lo hagas: Demasiado rápido, ni demasiado lento, ni demasiado bajo, ni demasiado Alto); maneja el tono de voz que siempre usas. (tranquilo)

8. Mira siempre a la persona con la que está hablando (a la cara), evita bajar tu mirada; Esto te dará seguridad y permitirá que el otro se sienta escuchado.

3. Cierre:

- Al final los participantes se harán en parejas, para jugar con el triqui, tanto la persona que gane como la que pierda se llevará un mensaje positivo frente a la habilidad que se está trabajando; comunicación asertiva. Posteriormente se orientara a los participantes para que sigan fortaleciendo dicha habilidad para la vida y a fin de ir creando estrategias para mitigar las problemáticas que se generan en su entorno en relación a la comunicación.

Se realiza reflexión y evaluación de la actividad a partir de la importancia de la comunicación asertiva y el hacernos conscientes de la misma.

Normas:

Participación activa

Escucha atenta

Respeto por el material de los demás compañeros

Valorar y compartir los materiales entregados

Buena disposición para las actividades

Trabajar en equipo

Preguntas Reflexivas:

¿Qué es la comunicación asertiva?

¿Qué acciones se pueden implementar cuando no se tiene una buena comunicación?

¿Qué hacer para verificar que la información transmitida por otra persona me quedo clara?

¿Cuál de los tips considero que debo reforzar para mejorar mi comunicación?

¿Cómo nos pareció la actividad?

¿Qué fue lo que más me gustó?

¿Cómo nos sentimos?

Medellín Sede #1:

Agregados y Prefabricados
PBX:(57-4) 289 00 60
Calle 5 No. 21 - 24
Girardota / Antioquia

Medellín Sede #2:

Durapanel, Estructuras y Encofrados
PBX (574) 444 40 64
Calle 6 # 22. 34. Int. 103
Girardota / Antioquia

Bogotá

PBX:(57-1) 637 81 49
Calle 121 No. 6 - 46, Of. 243
Centro Empresarial Paseo Real

Barranquilla:

Cel: 311 631 93 14
Kilometro 114 Av. Cordialidad
Manzana 11 Lote 45 - Galapa

Recurso Físico: Espacio cerrado		
No. de participantes: 30 participantes		
Recursos: Rectángulos paño lency Tiras paño lency Ojos móviles Tapas plásticas (envase de gaseosa o agua?) Cordón para carnet Silicona liquida Tijeras Marcadores Agujas Hilo		
Variable:		
OBSERVACIÓN Hace referencia al nivel de participación del coordinador en el desarrollo, seguimiento y evaluación de la técnica.		
Nivel 1: Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.	Nivel 2: X Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.	Nivel 3: Es la participación externa del coordinador, donde solo se observa el desarrollo de la técnica, permitiéndole esto analizar la dinámica grupal.
FIGURA O GRÁFICO		
Bibliografía – Autor – Anexos: Adaptación Equipo de Trabajo Fundación Concreto.		