



BOLETÍN PARA ESTUDIANTES N° 5

SEDES DE PRIMARIA	PERIODO: III		
GRADOS: DE 3° A 5°			
EQUIPO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR	FECHA: 25/08/2021		
TIEMPO DE DESARROLLO	Del 25 de agosto al 21 de octubre de 2021	DURACIÓN	4 horas

¡IMPORTANTE!

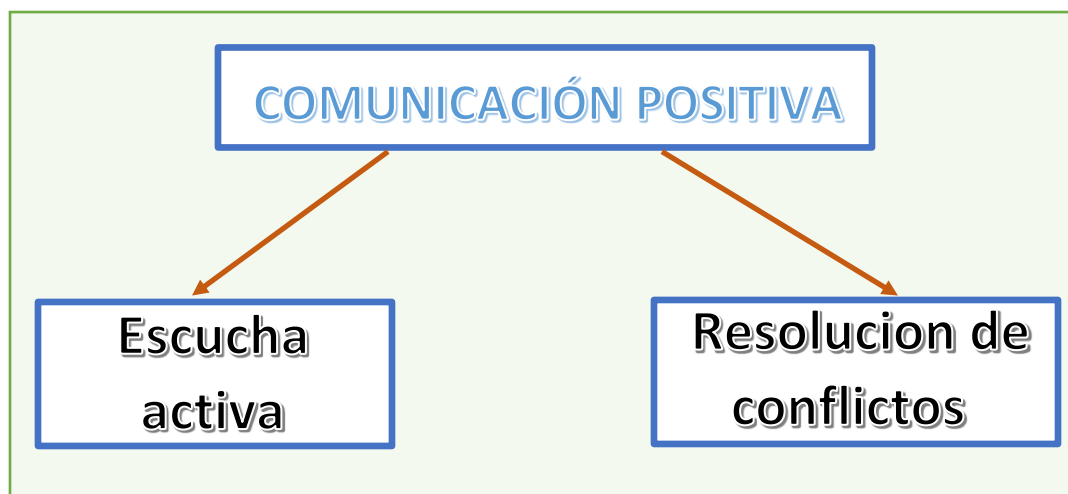
Señor padre de familia recuerde que, durante la realización de las guías académicas y los boletines enviados por el Equipo de Orientación Escolar, es importante que usted le brinde al estudiante el acompañamiento necesario para que él pueda desarrollar las actividades de manera adecuada.

TEMA
• Convivencia y comunicación
OBJETIVOS
- Fortalecer en los estudiantes habilidades adecuadas de comunicación efectiva con pares y adultos. - Potencializar la escucha activa y el manejo los conflictos de forma constructiva.
CONCEPTOS BÁSICOS

LA COMUNICACIÓN POSITIVA

Hablamos de comunicación positiva cuando nos expresamos y explicamos las cosas de forma clara, con tranquilidad y sin causar daño a otras personas. Para llegar a este tipo de comunicación los seres humanos, debemos fortalecer dos (2) competencias fundamentales en nuestras interacciones cotidianas, estas son:

la escucha activa y la resolución de conflictos.



Ahora que conocemos que es la comunicación positiva vamos a identificar cinco (5) ventajas que tiene para nuestra vida:

- 1** Ayuda al entendimiento entre las personas
- 2** Las dos partes se sentirán mejor consigo mismas
- 3** Permite transmitir emociones y actitudes
- 4** Ayuda a la motivación y no a la desesperación

¿QUÉ ES LA ESCUCHA ACTIVA?

Es poner toda nuestra atención y conciencia a disposición de otra persona, **escuchando con interés y sin Interrumpir**, a estas características las comprenderás mejor con la historia que leerás a continuación:

Ema la lechuza y Tito el mosquito



Ema era conocida por sus amigos como una lechuza muy amigable y dispuesta a escuchar a todos. Por eso, muchos iban a contarle historias a Ema. Tito, el mosquito, admiraba mucho a Ema, pero, a veces, se ponía triste porque sus amigos no le contaban tantas historias como a Ema. Un día, Tito fue a contarle a Ema cómo se sentía. Ema, con sus ojos grandes, lo miró, y con su cara hizo un gesto de ternura ante la tristeza de Tito.

También, mientras Tito hablaba, Ema no lo interrumpió, sino que, al contrario, asentía con su cabeza Redonda cada vez que Tito le contaba una parte de su historia. Tito se sintió mucho mejor después de haber compartido lo que sentía con Ema, y le agradeció por escucharlo. Le dijo: "Me he sentido también compartiendo esto contigo, parecías tan interesada y amable". Ema le dijo: "Te voy a contar el secreto: está en el nombre que mi madre me puso: **EMA...**

E

Es de Expresar emociones con la cara; estas se conectan con la historia que nos están contando (o sea, si alguien me cuenta una historia divertida, trataré de escucharlos con una sonrisa). De esta manera decimos: "**¡Estamos conectados!**".

M

Es de Mirar a los ojos. Cuando hacemos contacto Visual con quien nos está contando una historia, le estamos diciendo: "**¡Tienes mi atención aquí y ahora!**".

A

Es de Asentir o afirmar con la cabeza. Cuando asentimos o afirmamos con la cabeza suavemente, estamos diciendo: "**¡Sí, te entiendo!**".

A Tito le pareció fantástico el secreto del nombre de Ema y entendió por qué los demás siempre querían contarle y confiarle cosas a ella. También entendió por qué, a veces, sus amigos no le contaban cosas a él. Tito solía distraerse fácilmente mientras sus amigos le contaban sus historias y se ponía a mirar al cielo.

Algunas veces, mientras sus amigos le contaban historias tristes, Tito estaba viendo figuras en las nubes que lo hacían reír (lo cual, por supuesto, hacía que sus amigos pensarán que sus historias tristes le causaban

gracia). En otras ocasiones, cuando estaba tratando de resolver un conflicto con su amiga hormiga, en vez de asentir o afirmar con su cabeza mientras ella le expresaba su opinión, Tito se ponía a volar de un lado al otro. La hormiga pensaba que Tito no quería escucharla y se iba.

Sin embargo, ahora Tito, el mosquito, iba a recordar las tácticas de EMA: **E**, expreso con mi cara; **M**, miro a los ojos; y **A**, afirmo con mi cabeza.

ACTIVIDADES

ACT. 1 Observa las siguientes imágenes e historietas e identifica si cumplen colocando un (✓) o no Cumplen colocando (X) con alguna o la totalidad de las características de EMA



Explica las razones:



Explica las razones:



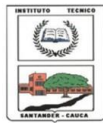
Explica las razones:



Explica las razones:



Explica las razones:



Explica las razones:



Explica las razones:

❖ ¿QUÉ ES LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

Manejar los conflictos de una manera sana, es Limitar los aspectos negativos e incrementar los positivos para lograr un máximo aprendizaje y resultados para el grupo (Rahim, 2002). Para lograr esto necesitamos

preocuparnos por nosotros y por los demás y colaborar para llegar a una solución mutuamente aceptable través de la apertura, el intercambio de información, y la examinación y la exploración de las diferencias.

¿Los conflictos son malos?

No. Los conflictos son parte normal de las interacciones humanas. No son buenos o malos en sí mismos. Bien manejados son oportunidades para fortalecer nuestras relaciones, aprender de nosotros mismos y abordar situaciones difíciles de una manera constructiva para nosotros mismos y para los demás.

Anita y Mateo

Anita y Mateo son amigos de toda la vida. A los dos les gusta jugar fútbol y muchos otros juegos. Sin embargo, a veces tienen problemas. Por ejemplo, un día Mateo estaba escribiendo algo en su cuaderno; era una carta para su mamá, se estaba esforzando mucho para que le quedara muy bonita y para que su letra quedara muy bien. Mientras estaba haciendo la carta, Anita pasó muy rápido y, sin querer, lo empujó y le hizo rayar la carta.

¿Cómo creen que se sintió Mateo? ¿Por qué?

A Mateo le dio tanta rabia que lo primero que se le ocurrió fue gritarle a Anita y decirle que era una tonta por haberle hecho dañar su trabajo, pero **recordó** que en la escuela le habían enseñado a calmarse cuando sintiera rabia.

¿Sabes cuál fue esa estrategia?: la estrategia que le enseñaron a Mateo tiene los siguientes pasos:



PARO y hago una pausa (para no gritar ni decir palabras feas)



ME CALMO cuando siento rabia(contando hasta 10, respirando profundo y pensando en un lugar tranquilo)



PIENSO que puedo hacer para solucionar la situación



DECIDO cual es la mejor opción

ACTIVIDADES

INTERPRETA Y RESUELVE

ACT. 2

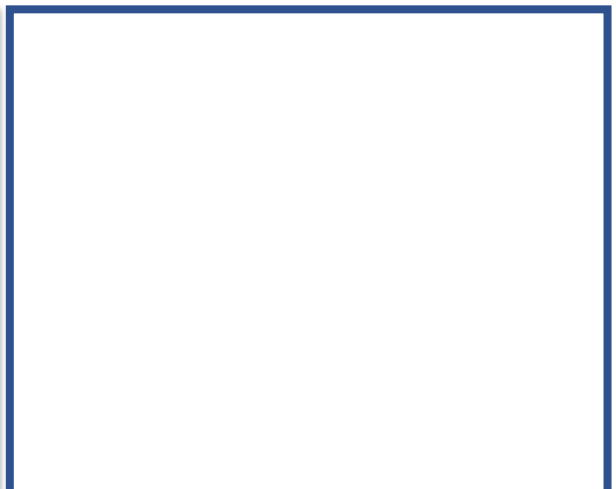
Observa las imágenes, interpreta las posibles situaciones problema, dibuja y describe cual sería la mejor manera de resolverlas (el dibujo debe reflejar la situación final de los personajes al encontrar la solución):

SITUACIÓN #1

CONFLICTO



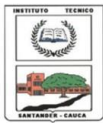
SOLUCIÓN



- ¿Qué sucedió? Ponles nombre a los personajes y describe una corta situación problema

- ¿Qué deben hacer los personajes?

- ¿Cuál es la solución al problema?



-

SITUACIÓN #2



- ¿Qué sucedió? Ponles nombre a los personajes y describe una corta situación problema

- ¿Qué deben hacer los personajes?

- ¿Cuál es la solución al problema?

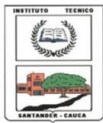
APLICO LO APRENDIDO

Conversa con 2 personas de tu familia, manten una mirada directa todo el tiempo, mientras conversas acerca de lo siguiente (le comentas al integrante de la familia tu respuesta a cada una de las preguntas propuestas):

- a- ¿Qué querías ser cuando tenías mi edad?
- b- ¿Cuál era tu diversión favorita cuando tenías mi edad?
- c- ¿Qué era lo más difícil y lo mejor de tener mi edad?
- d- ¿Qué te gustaba hacer con tu familia cuando tenías mi edad?
- e- ¿Cuál era tu juego favorito?
- f- ¿ Describeme como se llamaban y como eran tus mejores amigos?
- g- ¿ cuentame un anecdotas que te traiga mucha felicidad?

ACT. 3

Al finalizar realiza un resumen de lo conversado a un integrante de la familia diferente y registra la siguiente informacion:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
"INSTITUTO TÉCNICO"

Santander de Quilichao, Cauca

AÑO LECTIVO 2021

Nombre y apellidos	Rol familiar (padre/madre/tio (a)/ hermano (a) /primo (a)	Realiza una pequeña descripción de lo conversado

CRITERIOS DE ENTREGA

Enviar la guía resuelta al correo de tu docente director de grupo o entrégala en la fotocopidora Punto Clic durante el tiempo establecido.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS (BIOGRAFÍA Y/O WEBGRAFÍA)

<https://tokapp.com/blog/educacion/5-claves-para-una-comunicacion-positiva/>

https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2020-11/grado-tercero-guia-docente.pdf