

ACTIVIDAD. HABILIDADES DIALÓGICAS | VALOR: Autocontrol

NOMBRE DEL ALUMNO/A:

EJE TEMÁTICO: Desarrollo Personal y Emocional

Grupo: Fecha:

OBJETIVO

Reconocer y valorar la importancia del diálogo en la búsqueda de la verdad, en las relaciones interpersonales y en la resolución de conflictos.

Identificar las dificultades principales que obstaculizan la comunicación y el diálogo.

ACTIVIDAD

1. TRABAJO INDIVIDUAL. Lectura del documento de trabajo “Aprender a dialogar”.

A) ACLARACIONES EN TORNO A LA COMUNICACIÓN

- Todos hablamos en el grupo más o menos, de una manera u otra... pero no todos logramos establecer una comunicación interpersonal verdadera, continuada y profunda en el seno de nuestros grupos.
- La comunicación interpersonal es muy compleja. Desde luego no es sólo hacer comentarios sobre cosas o personas.
- Hay que tener en cuenta que todos nos comunicamos en más de un nivel al mismo tiempo... porque hay un mensaje de la palabra hablada, pero puede haber otro muy distinto en el tono de la voz, los gestos, la postura, la mirada... Especialmente en el ámbito grupal esto se capta fácil y rápidamente.
- Recibimos el mensaje de la palabra, pero también el de los sentimientos. Este último es el que más anhelamos, especialmente en el ámbito del grupo pequeño.
- Unas mismas palabras puede comunicar cosas muy distintas, a la vez, a los diversos componentes del grupo: calor humano, frialdad, aceptación, rechazo y hostilidad...
- El diálogo es difícil, entre otras causas, por ser moneda de múltiples caras, con diversos mensajes.
- Son muchos los factores que influyen en los mensajes que se emiten en la comunicación: factores intelectuales, emocionales, sociales..., actuales o del pasado..., profundos o superficiales...

B) ¿POR QUÉ FRACASA LA COMUNICACIÓN?

- Por decir las cosas confusamente: por no tenerlas claras en la mente o por el lenguaje inadecuado.
- Por ponernos en una actitud, en un papel, que el otro no espera de nosotros o no acepta.
- Por empeñarse en que nuestro mensaje sea aceptado por el otro, en momentos en que él está obstinado en no aceptarlo.
- Por falta de congruencia personal, es decir, por no existir adecuación entre lo que pensamos, decimos, sentimos y vivimos.
- Por mantenernos convencidos de que estamos en lo cierto, cuando los otros nos consideran equivocados, y seguir emitiendo nuestro mensaje, como si nada sucediera, sin someterlo a sincera revisión.
- Por desprecio a las ideas, creencias y costumbres de los otros miembros del grupo, cuando estamos tratando de comunicar algo.
- Por mantener la comunicación a niveles superficiales, de manera habitual.
- Por pretender avasallar, queriendo imponer ideas, criterios, comportamientos..., más que exponerlos y razonarlos.
- Por ir acompañado el mensaje de una carga de agresividad que hiere o humilla al otro u otros.

C) PARA DIALOGAR ES PRECISO

- Aceptar que tú solo no posees la verdad.
- Comprender que más que convencer a los otros de tu verdad, deberías convencerles de que les escuchas, les aceptas e intentas respetarlas.
- Exponer tus ideas con claridad.
- Desechar toda forma de violencia, gritos, tono imperativo..., pues la violencia no convierte lo falso en verdadero.
- Recordar siempre que en el diálogo no debe haber nunca ni vencedores ni vencidos.
- Tener presente que el valor de tus opiniones depende de las razones que las apoyan, y que tiendes a atribuirles un adicional peso emotivo.
- Mantener, en lo posible, las siguientes actitudes:
 - Buscar la verdad.
 - Respetar.
 - Entender y comprender.
 - Escuchar.
 - Lenguaje claro y sencillo.
 - Aportar hechos y razones (objetividad).
 - Sinceridad.
 - Confianza.
 - Serenidad.
 - Establecer normas.

2. TRABAJO EN PEQUEÑO GRUPO

En grupos de 4, reflexionar y dialogar sobre las siguientes cuestiones:

- Elegir la idea o frase que os parece más importante indicando las razones de vuestra elección.
- Identificar la actitud que os resulta más difícil en la práctica del diálogo e indicar los motivos.
- Señalar, igualmente, la que os resulte más fácil en la práctica e indicar las causas.
- ¿Habéis pensado que el diálogo es el requisito más importante en la resolución de los problemas comunes? ¿Por qué?
- ¿Estáis dispuestos a considerar y respetar las opiniones de los demás cuando no coinciden con la vuestra?
- Cuando dialogáis, ¿os esforzáis en entender los intereses y puntos de vista de todos los implicados en el problema?

3. PRACTICAMOS EN PEQUEÑO GRUPO

Estamos preparando la excursión de final de curso. La mitad del grupo quiere ir a Palma de Mallorca y la otra mitad a Tenerife. Para preparar el diálogo tenemos que tener en cuenta:

- Tanto los 2 componentes del grupo que quieren ir a Palma de Mallorca como los 2 que quieren ir a Tenerife, dialogan entre ellos buscando los argumentos que van a defender y escribiéndolos en un papel. Escribid también ventajas e inconvenientes de cada opción.
- Se dialoga entre los 4 componentes del grupo sobre las dos opciones, escuchándonos y respetando las opiniones de los otros.
- Llegamos a consensuar 1 de las dos opciones.

4. ANÁLISIS

Analizamos lo trabajado en el punto anterior.

- ¿Qué tal os ha resultado?
- ¿Habéis intentado practicar lo que se dice en el texto?

5. TRABAJO EN GRAN GRUPO

Un portavoz de cada grupo cuenta la opción elegida para el viaje y los argumentos que defienden esa opción, así como los problemas y/o dificultades que han tenido hasta llegar al consenso. Todo el grupo analiza las opciones elegidas por cada pequeño grupo y entre todos se tiene que consensuar una sola opción de viaje. El tutor/a ejerce de moderador.

BIBLIOGRAFIA

Fuente:

VV.AA., *Valores y educación*. Barcelona. Ariel Educación, 1996, pp. 42-44.

