

Respeto

Esta semana, nuestras lecciones se centrarán en desarrollar habilidades para participar en una comunicación respetuosa. Haremos esto a través de la práctica de Mensajes Yo, habilidades de negociación, habilidades para hablar y evaluando la comunicación escrita para mensajes y tonos respetuosos.

Comience la unidad con la lección de toda la clase y luego intente completar al menos dos de las mini lecciones con sus alumnos durante la semana. Cada mini lección está diseñada para presentar elementos de la lección principal en formas nuevas y atractivas.

Lección principal

Lección para toda la clase
30 minutos

START
HERE

Uso de mensajes I

Los estudiantes aprenderán a usar Mensajes I cuando se comunican respetuosamente con los demás. Esta lección también introduce el concepto de comunicación asertiva y autodisciplina.. (Ver página 3 para detalles de la lección.)

Mini lecciones

Para Grupos Pequeños
15 minutos



parodias de negociación

Una parte de la comunicación eficaz es aprender a negociar con los demás. La negociación es una discusión dirigida a llegar a una decisión con la que todos estén de acuerdo en vivir. Como cualquier otra cosa, esto puede requerir cierta habilidad. Los abogados usan estas habilidades cuando intentan llegar a una conclusión sobre un problema legal. Pero estas habilidades también pueden ser importantes para nosotros. Cuando estamos en desacuerdo con alguien, enojarnos o ser agresivos puede empeorar mucho la situación. Usar mensajes en primera persona durante una negociación es una buena manera de ser asertivo pero respetuoso. ¡Vamos a practicar nuestras habilidades de negociación a través de parodias grupales!

(Siga las instrucciones del material de distribución de las dramatizaciones de negociación para completar esta actividad).

Para Socios
15 minutos



Habilidades para hablar

Esta semana estamos hablando de maneras respetuosas de comunicarse. En nuestra primera lección, aprendimos cómo usar I-Messages para comunicarnos con alguien. ¡También comenzamos a hablar sobre el lenguaje corporal, el tono de voz y cómo podemos comunicarnos de manera respetuosa y efectiva sin siquiera decir una palabra! Aquí hay algunas estrategias adicionales para ayudarlo a comunicarse de manera respetuosa y efectiva: haga contacto visual (si eso es culturalmente apropiado; a algunas culturas no les gusta hacer contacto visual prolongado y eso está bien), escuche lo que otros dicen, resuma información, dé detalles concisos, dé ejemplos para respaldar lo que está diciendo (esto ayuda a sus oyentes a entender lo que está diciendo), use el humor cuando sea apropiado, hable

claramente y haga preguntas a su audiencia para estar seguro de que lo están entendiendo. A esto se le llama verificar la comprensión. De manera similar, si está escuchando y no comprende lo que está escuchando, también debe hacer preguntas respetuosamente al orador. Vamos a practicar algunas de estas habilidades de comunicación adicionales ahora.

Entregue a las parejas de compañeros la Hoja de observación de la comunicación y pídale que sigan las instrucciones.

Para individuos
15 minutos



Inventario de comunicación personal

En una breve entrada de diario, describe cómo hablas con los demás y contigo mismo. ¿Cómo usa (o podría usar) algunas de las estrategias de comunicación sobre las que hemos estado aprendiendo? Si no está seguro de cómo se comunica, revise los textos, instantáneas u otros mensajes que haya enviado. ¿Cómo es su comunicación en esos?

Centrado en la tecnología
15 minutos



Comunicarse a través del texto

Discusión en grupo grande: discuta cómo los mensajes de texto pueden hacer que la comunicación sea más fácil y más desafiante. ¿Cómo podemos malinterpretar un texto? ¿Cómo podemos asegurarnos de que nuestros mensajes de texto sean claros, respetuosos y que los mensajes se reciban tal como esperábamos?

Ejemplo divertido:



Uso de mensajes I

Los estudiantes aprenderán a usar Mensajes I cuando se comunican respetuosamente con los demás. Esta lección también introduce el concepto de comunicación asertiva y autodisciplina.

Plazo de la lección

30 minutos

Los materiales requeridos

- ☐ No se requieren materiales, aparte de las frases de comunicación mencionadas anteriormente (o las que usted mismo escriba)
- ☐ Se puede proporcionar una hoja de trabajo de extensión del hogar, si lo desea

Mapa de Normas

Esta lección se alinea con las Competencias CASEL, los Estándares Nacionales de Educación para la Salud, los Estándares de la Sociedad Internacional para la Tecnología en la Educación, cuando corresponda, y los Estándares Estatales Básicos Comunes. por favor refiérase a [Mapa de Normas](#) para más información.

Objetivo de la lección

Serán estudiantes:

- Practica la comunicación respetuosa

Conexión del maestro/autocuidado

¡Bienvenidos a la Unidad de Respeto! Mientras guía a sus alumnos a través de las lecciones en esta primera semana, recuerde que la capacidad de sus alumnos para aprender y demostrar respeto comienza con usted. ¿Cómo modelas el respeto por tus estudiantes, por tus colegas y, lo que es más importante, por ti mismo? Los estudiantes de esta edad pueden ser escépticos sobre el poder del respeto, pero el modelado activo puede mostrarles cómo ser respetuoso puede cambiar por completo las actitudes, las relaciones, la autopercepción e incluso la cultura. A medida que avanza en esta semana, concéntrese específicamente en cómo muestra respeto por usted mismo. ¿Crees que eres un buen educador? ¿Estás orgulloso de la cultura de tu salón de clases? ¿Valoras tu salud? ¿Te estás esforzando demasiado? ¿Comunicas tus necesidades? ¿Se puede estar tranquilo en medio del conflicto? Si cree que puede mejorar la forma en que muestra respeto por sí mismo, tómese un tiempo esta semana para anotar todas las cosas que está haciendo bien en este momento. ¿Cuáles son algunas de las cosas de su salón de clases que a los estudiantes les encantan? ¿Qué están haciendo bien los estudiantes esta semana? Eso es un reflejo de ti. ¿Necesita una siesta o una caminata larga y enérgica? Toma uno, incluso si sientes que no tienes tiempo! Esta semana, trabaje para mejorar la forma en que se ve, se cuida y se respeta a sí mismo.



Compartir

5-7 minutos

En esta unidad vamos a hablar sobre el respeto. La definición de respeto que vamos a utilizar es “tratar a las personas, lugares y cosas con amabilidad”. Esto incluye tratarnos con amabilidad, lo que también se llama respeto por uno mismo.

¿Alguien puede nombrar algunas formas en que mostramos respeto por nosotros mismos? (Invite a los estudiantes a responder).

Hoy nos vamos a centrar en cómo mostramos respeto cuando nos comunicamos con los demás de una manera amable pero asertiva. Antes de hacer eso, hablemos de la palabra asertivo. ¿Alguien sabe qué significa asertivo? (Invite a los estudiantes a responder).



Inspirar

15 minutos

¡Bien! Asertivo es donde comunicamos nuestras palabras e ideas con confianza y no con arrogancia o agresión. Cuando somos asertivos decimos lo que pensamos y sentimos de forma tranquila y respetuosa. Nuestro objetivo es comunicar. Tenga en cuenta que esto NO es lo mismo que ser agresivo, que es decir lo que pensamos y sentimos de una manera dura, demasiado fuerte e irrespetuosa. Cuando eres agresivo, tu objetivo suele ser hacer daño. ¡Esto no es de lo que estamos hablando aquí! Una forma asertiva pero respetuosa de comunicarse es usar Mensajes Yo (y no, ¡esto no es lo mismo que los mensajes de iMessage en tu iPhone!). Estos mensajes no culpan ni juzgan a la otra persona y te permiten expresar cómo te sientes o qué necesitas sin atacar a la otra persona. Por ejemplo, si alguien te molesta, puedes decir: "Me haces enojar" o "Me sentí molesto cuando hiciste eso". ¿Qué respuesta crees que es una forma más efectiva de hablar con la gente? ¿Por qué? (Invite a los estudiantes a responder).

Comunicarse de manera asertiva y respetuosa requiere autodisciplina. Se necesita mucho trabajo para no explotar simplemente con la otra persona. ¡Tenemos que verificar con nuestros cerebros y con la realidad antes de dejar que nuestras emociones hablen por nosotros! ¿Cuáles son algunas cosas que podemos hacer para ayudarnos a calmarnos cuando necesitamos comunicarnos de manera asertiva pero tenemos ganas de comunicarnos de manera agresiva?

(Invite a los estudiantes a responder. Algunas ideas incluyen respirar profundamente, contar hasta 10, salir de la habitación y luego regresar, cerrar los ojos para volver a enfocar, etc.)



Autorizar

15 minutos

Hablemos de algunos ejemplos. Voy a escribir en el papel una frase que la gente podría decir cuando está molesta. Quiero que hablen en sus grupos pequeños sobre qué Mensaje-Yo podrían usar en su lugar. Recuerde que deben ser asertivos y respetuosos.

Escriba una frase a la vez en una hoja de Yo-Mensaje pegada en la pared y permita que los estudiantes discutan. Luego pida a un voluntario que sugiera una frase diferente; tacha la frase y escribe el Mensaje-Yo que la reemplaza. Use tantos de estos como tenga tiempo o escriba los suyos propios:

- ¡Eres tan molesto!
- Es tu culpa que me metí en problemas.
- Siempre me ignoras cuando tus otros amigos están cerca.
- ¡Tu nunca me escuchas!
- Nunca nos dijiste que la tarea vencía hoy.

También nos comunicamos de forma no verbal con nuestro lenguaje corporal y tono de voz. El lenguaje corporal puede incluir el uso de gestos, expresiones faciales, contacto visual o la posición del cuerpo (brazos cruzados en una posición cerrada, manos en las caderas en una posición desafiante, etc.). Cuando lee la primera declaración original, ¿cuál es su tono

de voz y cómo sería su lenguaje corporal? (Invite a un estudiante a hacer un juego de roles).

Ahora bien, ¿cómo cambia su tono de voz y su lenguaje corporal cuando dice la frase como un mensaje yo? (Invite a un estudiante a hacer un juego de roles y discutir la diferencia).

Trabaje con el resto de los mensajes originales y sus Mensajes-Yo (o tantos como tenga tiempo). Tenga en cuenta la diferencia en el tono de voz y el lenguaje corporal entre el mensaje agresivo y el mensaje yo.



Reflejar

5-7 minutos

El uso de I-Messages es una forma poderosa de comunicar cómo nos sentimos sin culpar a los demás. También es una forma productiva de comunicarse, ya que puede ayudarnos a resolver problemas con los demás y es una forma amable de hablar. Recuerde pensar también en el lenguaje corporal y el tono de voz. No puede usar un mensaje I de manera efectiva si también está poniendo los ojos en blanco o mirando a alguien. Todo su mensaje, desde lo que dice hasta cómo lo dice, debe comunicar respeto y asertividad y no agresión.

Piense en esto hoy cuando tenga conversaciones con personas, especialmente con padres, tutores o hermanos. Estas son las personas con las que podríamos ser más agresivos. En tus conversaciones de hoy, ¿cómo puedes usar un mensaje yo para comunicarte con respeto?

Representaciones de negociaciones

Divida a los estudiantes en grupos de tres o cuatro, dependiendo de la sketch satírico. Explique que los estudiantes trabajarán en grupos para aprender una obra de teatro que realizarán para los otros estudiantes. Estos sketches demuestran formas positivas de responder a los problemas. Corte las representaciones y entregue una a cada grupo. También puede darles temas a los estudiantes y hacer que creen sus propias representaciones si desea proporcionar tiempo adicional. Después de cada representación, pregunte levantando la mano qué personaje demostró habilidades de comunicación respetuosa.

Dramatización 1: Hacer tareas

Personajes: Narrador, Craig, Cynthia (su mamá), José (su amigo)

Narrador: Craig y su familia van a limpiar la casa hoy, y el trabajo de Craig es lavar los platos. Suena el teléfono y es José, el amigo de Craig.

Joseph: Craig, ¿quieres ver una película esta tarde?

craig: Dejame preguntar. (llamando a su mamá) Mamá, ¿puedo ir a ver una película con José?

cynthia: Claro, siempre y cuando laves los platos antes de irte.

craig: Puedo ir José. Te veré más tarde hoy. (colgando el teléfono)

Narrador: Más tarde ese día, Cynthia regresa a casa después de hacer mandados y encuentra los platos en el fregadero. Craig entra por la puerta unos minutos después.

cynthia: Craig, te pedí que lavaras los platos antes de ir al cine.

craig: ¡Ay, mamá, deja de regañarme! Siempre me obligas a hacer cosas que no quiero hacer.

cynthia: Escuché que estás molesto Craig. Sin embargo, estoy decepcionado de que no hayas hecho lo que acordaste hacer.

Preguntas:

- A mano alzada, ¿quién cree que Cynthia, la madre, se comunicó claramente con Craig? ¿Por qué o por qué no?
- A mano alzada, ¿quién cree que Craig se comunicó de manera responsable y respetuosa? ¿Por qué o por qué no?

Dramatización 2: Tarea tardía

Personajes: Narrador, Sr. Johnson, Marina, Andrea

Narrador: (Haga que los personajes actúen lo que dice el narrador). En la clase de matemáticas, el Sr. Johnson está escribiendo algunos de los problemas del día en la pizarra. Marina y Andrea entran y se sientan en sus asientos.

Sr. Johnson: Bien, clase, antes de comenzar, por favor entreguen la tarea de matemáticas que venció hoy.

Puerto pequeño: Sr. Johnson, ¡nunca nos dijo que la tarea debía entregarse hoy! ¡No es justo!

Andrea: Olvidé escribir la tarea, así que no la hice. ¿Puedo entregarlo mañana?

Preguntas:

- A mano alzada, ¿quién cree que Marina habló de una manera que el Sr. Johnson escuchará? ¿Por qué o por qué no?
 - A mano alzada, ¿quién cree que Andrea habló de una manera que el Sr. Johnson escuchará? Por qué o por qué no
 - Si fueras el Sr. Johnson, ¿a quién escucharías y por qué?(*Explique que el Sr. Johnson aún puede marcar la tarea de Andrea como tarde, pero ella asumió la responsabilidad de sus acciones*).
-

Dramatización 3: Escuchar música

Personajes: Narrador, un adolescente, dos amigos, hermanita, hermana mayor

Narrador: (Haga que los personajes actúen mientras el narrador habla) Un adolescente y sus amigos pasan el rato en el sótano escuchando música muy alta. Su hermana menor y su hermana mayor están arriba tratando de hacer la tarea.

Hermanita (llamando a las escaleras): ¿Podrías bajar el volumen de la música?*Little Sister espera un minuto, luego llama más fuerte:* ¡Baja la música! ¡Siempre eres tan grosero!

Hermana mayor(bajando las escaleras para hablar con su hermano y sus amigos): Disculpa, pero necesito hablar contigo.

Hermano: ¿Qué quieres, hermana?

Hermana mayor: Estamos tratando de trabajar y no podemos porque es muy ruidoso. ¿Podrías bajarlo, por favor?

Preguntas:

- A mano alzada, ¿quién cree que la hermanita se comunicó respetuosamente?
- A mano alzada, ¿quién cree que la hermana mayor se comunicó respetuosamente?
- Si fueras el adolescente, ¿a quién escucharías y por qué?

Dramatización 4: En la cancha de baloncesto

Personajes: Narrador, Matthew, Connor, Sam

Narrador: Matthew, Conner y Sam son estudiantes de sexto grado en un equipo de baloncesto superior. Todos son jugadores fuertes, pero Connor no ha jugado bien hoy. El juego está empatado 20-20, cuando un jugador del otro equipo regatea a Connor, dispara y anota. *(Haz que Connor y el jugador del otro equipo representen esto mientras el narrador habla.)*

Connor: Hombre, realmente no estoy jugando bien hoy.

mateo: Connor, eres terrible. ¡No puedo creer que dejaras pasar a ese jugador! Siempre te metes la pata.

Él mismo: Tuve problemas el último juego, Connor. Tal vez podamos practicar algunas jugadas juntos durante el medio tiempo; Podría usar la práctica también.

Preguntas:

- A mano alzada, ¿quién cree que Matthew se comunicó respetuosamente?
 - A mano alzada, ¿quién cree que Sam se comunicó respetuosamente?
 - Si fueras Connor, ¿a quién escucharías y por qué?
-

Dramatización 5: Romper el iPad de un amigo

Personajes: Narrador, Anna, Kaitlyn, Jordan

Narrador: La semana pasada, Anna tomó prestado el iPad de Kaitlyn para terminar una tarea escolar. De camino a la escuela esa mañana, el iPad se cae de la mochila de Anna y se rompe después de que Jordan golpee accidentalmente a Anna. Ven a Kaitlyn al frente de la escuela y caminan hacia ella. *(Haga que Anna y Jordan actúen esto mientras el narrador habla.)*

ana: Hola, Kaitlyn. ¿Conoces tu iPad que me prestó? Bueno, Jordan chocó contra mí y me hizo soltarlo. Todo es su culpa.

kaitlin: Wow, Jordan, jeso fue realmente tonto!

Jordán: Lo siento por romper tu iPad, Kaitlyn, y puedo comprarte otro con el dinero de mi mesada. Pero, no creo que sea justo culparme, Anna. Me encontré contigo por error; No quise romper nada.

Preguntas:

- ¿Quién crees que comunicó claramente sus necesidades y sentimientos en este sketch? (Respuesta: Jordania)
- ¿Quién crees que se comunicó sin amabilidad? (Ana y Kaitlyn)
- ¿Qué podrían haber dicho Anna y Kaitlyn en su lugar?

Hoja de observación de la comunicación

Direcciones: Para esta actividad, practicarás sus habilidades para hablar con un compañero. Se turnarán para ser el orador y el observador. Elija uno de los temas enumerados en la hoja y dedique unos cinco minutos a pensar o tomar notas sobre lo que dirá. Entonces habla por *unos minutos* sobre ese tema mientras su pareja escucha.

Pídele a tu compañero que complete una columna por ti mientras hablas y luego cambia los roles para que la otra persona sea la oradora durante dos minutos. El observador verificará en la tabla a continuación las habilidades que ve que usa el orador y luego compartirá las fortalezas y lo que necesita mejorar.

Posibles temas:

- Describe una situación graciosa que hayas vivido.
- Hable acerca de un momento de orgullo o logro.
- Habla sobre tu grupo de música favorito y lo que te gusta de ellos.
- Habla sobre alguien a quien admires y por qué.
- Habla sobre tu actor o actriz favorita y por qué te gusta.
- En su opinión, ¿cuál fue la mayor fortaleza de su comunidad escolar?
- Describa una de las mejores vacaciones que haya tenido.
- Si pudieras ir a cualquier parte del mundo, ¿a dónde irías y por qué?
- Explique algo que considere importante a escala nacional o mundial, y por qué.

Habilidad demostrada	Nombre del orador	Nombre del orador
Hace contacto visual (si es culturalmente apropiado)		
Usa expresiones faciales		
Muestra interés en el tema		
Resume la información		
Da detalles concisos		
Usa humor (si es apropiado para el tema)		
habla claro		
Comprueba la comprensión del oyente		