

Descripción de la Actividad: Análisis de mi Comunicación con los Demás

Contexto:

La actividad se llevó a cabo en una clase de alumnos de primero de secundaria, con edades comprendidas entre 12 y 13 años, en un grupo mixto de 42 estudiantes. El objetivo principal fue que los alumnos analizaran y reflexionaran sobre sus estilos y patrones de comunicación interpersonal, y que identificaran áreas de mejora en sus habilidades comunicativas.

Desarrollo de la Actividad:

Iniciamos la clase con una charla interactiva sobre la importancia de la comunicación efectiva, utilizando ejemplos y preguntas para captar la atención de los estudiantes. Explicamos los objetivos de la actividad. Luego, los estudiantes reflexionaron sobre una interacción reciente, guiados por preguntas específicas para profundizar en sus experiencias. Analizaron sus resúmenes enfocándose en aspectos como tono de voz, lenguaje corporal, escucha activa y empatía, utilizando ejemplos comunes para facilitar la comprensión. Posteriormente, en parejas, compartieron sus reflexiones y ofrecieron retroalimentación constructiva, con monitoreo y apoyo. Cada estudiante elaboró un plan personal de mejora, identificando áreas específicas y acciones concretas. Concluimos con voluntarios compartiendo sus planes, reafirmando la importancia de la comunicación efectiva y animándolos a reflexionar sobre su progreso.

Resultados Obtenidos:

- **Participación Activa:** La mayoría de los estudiantes participó activamente en la actividad, mostrando interés en mejorar sus habilidades comunicativas.
- **Reflexión Profunda:** Muchos alumnos demostraron una capacidad notable para reflexionar sobre sus comportamientos y actitudes durante las interacciones.
- **Identificación de Áreas de Mejora:** Los estudiantes fueron capaces de identificar áreas específicas donde podían mejorar, como la escucha activa y el control del tono de voz.
- **Planes de Acción Concretos:** Los planes de mejora elaborados fueron específicos y realistas, mostrando que los alumnos entendieron bien la actividad y sus objetivos.
- **Retroalimentación Positiva:** La retroalimentación entre compañeros fue constructiva y útil, y muchos estudiantes expresaron que les ayudó a ver aspectos de su comunicación que no habían considerado antes.

Observaciones y Reflexiones:

- **Diversidad en la Participación:** Algunos estudiantes más tímidos se sintieron inicialmente incómodos compartiendo en parejas, pero con el apoyo adecuado, lograron participar efectivamente.
- **Tiempo de Reflexión:** La cantidad de tiempo asignado para la reflexión y el análisis fue adecuada, permitiendo a los alumnos profundizar en sus experiencias sin sentirse apesurados.
- **Interés en la Mejora:** La actividad despertó un interés genuino en muchos estudiantes por mejorar su comunicación, lo cual se reflejó en la calidad de los planes de acción.
- **Seguimiento Sugerido:** Para consolidar los aprendizajes, se sugiere realizar un seguimiento de los planes de mejora en sesiones futuras, permitiendo a los estudiantes compartir sus progresos y ajustes.

En general, la actividad fue exitosa en cumplir sus objetivos y proporcionó a los estudiantes herramientas valiosas para mejorar su comunicación interpersonal.