

Los adolescentes aprenden al escuchar activamente y con la práctica.



4/5



1/5



4/5



45 min



Resumen de la actividad

Purpósito

Explorar temas complejos relacionados al escuchar activamente a través del juego de representación.

Objetivos

Los adolescentes serán capaces de:

- ▶ Practicar la empatía a través de la escucha activa.

Área de aptitudes

Comunicación y expresión.

Empatía y respeto.

Funciona bien para

Adolescentes que estén listos para explorar en profundidad el significado de la escucha activa y que se sientan cómodos participando conjuntamente en juegos de representación.

Fase

Conexión.

Antes

Se recomienda **Paz y el conflicto**. Use la herramienta de Juego de representación.

Después

Use técnicas de escucha activa a través de otras actividades, como, por ejemplo, Practicar habilidades para las entrevistas.

Preparación

Con la ayuda de un voluntario, prepare una demostración de juegos de representación mediante el escenario que se describe a continuación (véase Paso a paso). Úselo para demostrar tanto técnicas de escuchar para aprender (activas) como poco útiles cuando no se aprende. Utilice la herramienta de juegos de representación.

¹ Adaptado de W. Kreidler, Conflict Resolution in the Middle School: A curriculum and teacher's guide, Educators for Social Responsibility, Nueva York, 1997.



Escucha activa

1

Pida a los adolescentes que se sienten cómodamente en el piso y coloquen el tablero de marcadores donde lo puedan ver.

2

||| El facilitador dice:

“¿Cuál es la diferencia entre oír y escuchar?”
Las y los adolescentes analizan la respuesta.

3

Explique

- ▶ Oír es algo que hacemos sin necesidad de pensar. Cuando solo oímos, podemos tanto prestar atención y recordarlo o no.
- ▶ Escuchar significa prestar atención y hacer un esfuerzo por recordar y comprender..

4

||| El facilitador dice:

- ▶ “A continuación, [nombre del adolescente] y yo llevaremos a cabo un juego de representación. Presten atención y traten de ver si estoy escuchando bien.”

Escenario del juego de representación : usted (el facilitador) interpreta el papel de un hermano(a) mayor. Trata de estudiar. El adolescente desempeña el papel de hermano(a) menor. Él o ella está muy emocionado por contarle una jugada que vieron ese día durante un partido de fútbol en el recreo. Actúe sin interés, tratando de ignorar a su hermano menor y céntrese en sus deberes.

Complete el juego de representación.

5

||| El facilitador dice:

- ▶ “¿Escuché a mi hermano menor? ¿Cómo puede saberlo? ¿Qué hice para mostrar que no lo estaba escuchando?”

Pida a los adolescentes que enumeren ejemplos de alguien que no esté escuchando, entre los que se podría incluir:

6

no mirar a la persona que asiente con la cabeza, utilizar otro lenguaje corporal para demostrar que no está prestando atención, y usar palabras que muestren que no está interesado y que no ha entendido lo que la otra persona le dice.

Utilice el juego de representación por segunda vez y sírvase del mismo escenario. Esta vez, deberá comportarse como si estuviera interesado en la historia de su hermano menor y escuchar con atención.

7

Cuando se complete la segunda ronda del juego de representación,

||| El facilitador dirá:

- ▶ “¿Escuché a mi hermano menor esta vez? ¿Cómo puede saberlo? ¿Qué hice para mostrar que lo estaba escuchando?”

8

Pida a los adolescentes que enumeren ejemplos que muestren que la persona está escuchando y escríbalos en la pizarra. Trate de incluir lo siguiente:

- ▶ **Muestre interés** con los ojos y el lenguaje corporal (ejemplo: asiente y mire al interlocutor).
- ▶ **Haga preguntas** para mostrarle que desea entender de qué están hablando (ejemplo: ¿Lo ha visto jugar al fútbol alguna vez?).
- ▶ **Resuma** lo que dice el interlocutor para mostrar que lo entiende (ejemplo: ¡Es increíble marcar gol desde tan lejos!).
- ▶ **No interrumpa** para empezar a hablar de otra cosa.
- ▶ **Refleje sentimientos** (ejemplo: puedo entender por qué estaba tan emocionado al ver jugar tan bien a ese equipo).

9

Divida a los adolescentes en grupos de dos y etiquete a una persona A y a otra B.



Escucha activa

10

Explique: se entrevistarán entre sí y practicarán técnicas de escucha activa: El tema de la entrevista es: ¿Una persona a la que conoce y admira y por qué?

Marque dos minutos para completar la primera ronda de entrevistas, con las A entrevistando a las B. Posteriormente, y sin informarles, pida que cambien de roles. Las B entrevistarán ahora a las A..

Compartir y Llevarse consigo:

Reúna a los adolescentes en un nuevo Círculo. Pida que den la vuelta al Círculo y resuman lo que aprendieron unos de otros en sus entrevistas.

Analice:

- ▶ ¿Qué técnicas de escucha activa usaron sus compañeros cuando lo entrevistaron?

11

Explique:

- ▶ ¿Cómo se siente cuando habla y alguien escucha activamente?
¿Cambia la forma en que habla o cuenta sus historias o lo que dice?
- ▶ ¿Las técnicas de escucha activa cambian si es usted el interlocutor?
- ▶ Cuando alguien escucha de forma activa, nos sentimos animados a contar más, nos concentramos en lo que estamos diciendo y podemos expresarnos con una mayor claridad.
- ▶ Cuando utilizamos técnicas de escucha activa, es más fácil interesarse y recordar lo que la otra persona dice.

Qué hacer y qué no hacer

- ✓ Muestre ejemplos positivos y negativos de escucha activa.
- ✓ Converse sobre las conductas apropiadas en las culturas y costumbres locales cuando se escucha activamente.
- ✗ No promueva temas de entrevistas que obligue a los y las adolescentes a hablar sobre experiencias o recuerdos difíciles..

Adaptación

Contexto cultural: use ejemplos y descripciones apropiados sobre escucha activa para el contexto local. Por ejemplo, en algunos contextos locales, el contacto visual puede significar una falta de respeto, mientras que en otros es un signo de respeto. En algunas culturas, hacer observaciones mientras el orador todavía está hablando podría ser una forma de mostrar ánimo e interés, sin embargo puede llegar a verse como una interrupción descortés en otras.

Entorno

Espacio interior o exterior. Tranquilo.

improvisar

- ▶ Permita que los adolescentes lleven a cabo sus propios juegos de representación sobre escucha activa y no activa. Termine siempre con un ejemplo positivo sobre escucha activa.
- ▶ En el caso de que las y los adolescentes se estén preparando para entrevistar a sus pares o a personas adultas de fuera de su Círculo, deberá ayudarles a practicar sus habilidades de escucha activa.

Continuar

- ▶ Aliente a los adolescentes a poner en práctica la escucha activa en sus conversaciones diarias y a observar si ello cambia o mejora sus interacciones.
- ▶ Aliente a los adolescentes a poner en práctica la escucha activa en sus conversaciones diarias y a observar si ello cambia o mejora sus interacciones.
- ▶ Explore la forma en que la escucha activa pudiera ayudarles a resolver o transformar conflictos, a comprender las perspectivas y experiencias de los demás, así como a fortalecer su empatía y tolerancia.