





Capacidades y competencias para la vida

Relaciones interpersonales asertivas

UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN HUMANA
PARA ENFRENTAR LOS RETOS DE LA VIDA



FE Y ALEGRÍA COLOMBIA

Víctor Murillo Urraca

Director Nacional

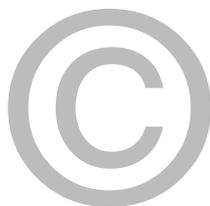
Jaime Benjumea Pamplona

Coordinador General del Proyecto

Amanda J. Bravo H.

Claudia Marcela Vega G.

Autoras



César Bejarano

Diseño gráfico

Corcas Editores S.A.S.

Impresión

Módulo de Relaciones interpersonales asertivas

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajos social y/o comunitario, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro, está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

© Fe y Alegría Colombia

Carrera 5 No. 34-39 - Bogotá, D.C.

Teléfono 3209360

Página web: www.feyalegria.org.co

E-mail: dinral@feyalegria.org.co

Primera edición

Impreso en Bogotá, Colombia. Noviembre 2015.

Contenido

PRESENTACIÓN	6
GUÍA METODOLÓGICA	11
NUESTRO PUNTO DE PARTIDA	18
1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?	19
2. ¿Cómo estamos?	20
3. Autodiagnóstico de entrada	20
UNIDAD 1. DERECHOS DE LA INFANCIA, BASE DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES ASERTIVAS	25
Taller 1. Cantamos y pintamos los derechos de la infancia	28
Taller 2. Escalera de los derechos de la infancia y la asertividad ...	34
Taller 3. El camino para defender asertivamente mi derecho a ser bien tratada y bien tratado	40
UNIDAD 2. APRENDEMOS SOBRE BUEN TRATO Y ASERTIVIDAD	45
Taller 1. Para tocar hay un límite	48
Taller 2. Mi espacio seguro	52
Taller 3. Cinco principios para un trato asertivo	56
UNIDAD 3. HERRAMIENTAS PARA PRACTICAR LA ASERTIVIDAD EN NUESTRA VIDA DIARIA	61
Taller 1. Respetómetro	64
Taller 2. Decir NO asertivamente, también es una respuesta	70
Taller 3. A la manera del ratón y el león	74
AUTODIAGNÓSTICO DE SALIDA	79
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
ANEXOS	89

Asertividad

Relaciones interpersonales asertivas

Presentación

La formación integral en Capacidades y Competencias para la Vida dentro de la propuesta educativa de Fe y Alegría Colombia, se constituye en una iniciativa para fortalecer y promover las capacidades humanas y la educación para el desarrollo de habilidades, capacidades y competencias básicas psicosociales, ciudadanas y socio-laborales en los distintos niveles y programas educativos. Es vista como una propuesta que promueve el desarrollo de procesos y actividades didácticas de tipo lúdico, que se organizan para que las personas puedan aprender a enfrentar los retos de la vida articulando de manera creativa y flexible la información, los valores y la ética, las motivaciones y las destrezas/habilidades necesarias para transformarse y jugar un papel importante en la transformación de la actual sociedad.

En esta línea de pensamiento, Fe y Alegría Colombia incorpora a toda su actividad educativa, como un eje central de la formación de las niñas, niños, jóvenes y personas adultas con quienes trabaja estos aprendizajes, de manera que hagan parte de su comportamiento habitual en los diferentes entornos personales, interpersonales, sociales y laborales.

Con el fin de contribuir a este proceso, Fe y Alegría Colombia ha articulado en una sola propuesta un conjunto de materiales educativos destinados al abordaje de las capacidades y competencias psicosociales básicas (que incluye algunos hábitos saludables esenciales), capacidades ciudadanas y socio-laborales. A cada una de ellas le ha dedicado un módulo que puede ser trabajado simultáneamente con los contenidos curriculares de las distintas áreas y en los espacios institucionales designados específicamente para abordarlas, a partir del desarrollo de un proceso organizado para este fin. En este módulo en particular trataremos la CCPV Relaciones interpersonales asertivas la cual, siguiendo a Bravo (2015), hemos definido como la manera firme pero no agresiva de establecer, mantener o terminar relaciones interpersonales, que ayuda a afirmar las propias opciones y a poner los límites de una relación. Tiene una base en los derechos humanos, por debajo de los cuales no se acepta ningún trato.

Las relaciones interpersonales asertivas se encuentran enmarcadas en el grupo de CCPV psicosociales, desde las cuales se procura que nos asumamos en el desarrollo de procesos de individuación mediante aprendizajes específicos que operan a través



Relaciones interpersonales asertivas

de la socialización en la vida diaria, esto es, en la permanente interacción y mutua influencia

entre los seres humanos interpersonal y colectivamente. Ello nos coloca preferentemente en los escenarios de nuestra familia, la escuela o colegio, el barrio, el grupo de amistades y pares de edad con quienes compartimos, entre otros colectivos a los que pertenecemos.

De acuerdo con nuestro diseño curricular y nuestro plan de estudios, la CCPV Relaciones interpersonales asertivas se desarrollará en la básica primaria. Por lo tanto, las unidades de aprendizaje de este módulo están dirigidas al estudiantado de esa etapa escolar, haciendo la salvedad de que el desarrollo de sus contenidos se tendrá que adaptar en lenguaje y complejidad, según el grupo de edad con el que se vaya a trabajar.

El módulo que presentamos a continuación contiene indicaciones donde se muestran los objetivos y las características de cada uno de los momentos del proceso educativo diseñado, en el cual se hace énfasis en la puesta en práctica de los aprendizajes que se van produciendo a lo largo del mismo.

Posteriormente, encontramos el apartado *Nuestro punto de partida*.

En esta parte se desarrollan las siguientes secciones:

1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?: actividad en la que el conjunto de estudiantes describe y toma conciencia de las situaciones en las que ha ejercido relaciones interpersonales asertivas.

2. ¿Cómo estamos?: autodiagnóstico basado en los criterios de desempeño definidos para cada CCPV.

También se describen en este apartado el rol que deben asumir en el proceso las y los docentes.

3. Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje:

incluye un listado con los trabajos que se realizarán a lo largo de los talleres, el cual se convierte en insumo para una recuperación permanente y si lo desean, la elaboración de una sistematización de lo que hicieron para desarrollar esta CCPV.

Después se presentan las tres (3) unidades de aprendizaje del módulo (guías para trabajar con el conjunto de estudiantes); cada una corresponde a uno de los momentos educativos en los que hemos decidido desarrollar la CCPV Relaciones interpersonales asertivas.

Presentando nuestro módulo



Relaciones interpersonales asertivas

MÓDULO: RELACIONES INTERPERSONALES ASERTIVAS		
Unidades	Objetivos de aprendizaje	Talleres
1. Derechos de la infancia, base de las relaciones interpersonales asertivas.	<ul style="list-style-type: none"> – Niñas y niños establecen una relación entre la exigencia de sus derechos y las formas asertivas para hacerlo. 	<ul style="list-style-type: none"> – Taller 1. Cantamos y pintamos los derechos de la infancia. – Taller 2. Escalera de los derechos de la infancia y la asertividad. – Taller 3. El camino para defender asertivamente mi derecho a ser bien tratada y bien tratado.
2. Aprendemos sobre buen trato y asertividad.	<ul style="list-style-type: none"> – Niñas y niños aprenden a poner límites en sus relaciones interpersonales de una manera asertiva (buen trato). 	<ul style="list-style-type: none"> – Taller 1. Para tocar hay un límite. – Taller 2. Mi espacio seguro. – Taller 3. Cinco principios para un trato asertivo.
3. Herramientas para practicar las relaciones interpersonales asertivas en nuestra vida diaria.	<ul style="list-style-type: none"> – Niñas y niños amplían su comprensión sobre las relaciones interpersonales asertivas y ponen en práctica las herramientas aprendidas. 	<ul style="list-style-type: none"> – Taller 1. Respetómetro. – Taller 2. Decir NO asertivamente, también es una respuesta. – Taller 3. A la manera del ratón y el león.



SO

SOLITA

Guía metodológica

Guía metodológica

Los módulos son una herramienta para avanzar en el desarrollo de las capacidades y competencias para la vida, y en este sentido brindan opciones metodológicas, sin pretender abarcarlas en su totalidad, ni ser una única manera de abordarlas. Muestran una ruta en la que el autoaprendizaje, el aprendizaje colaborativo y el aprendizaje guiado o tutorado son caminos que convergen en una misma dirección, donde lo importante es que todas las personas aprenden entre sí.

Se promueve el *autoaprendizaje* no porque sea en solitario, sino porque se busca una construcción de criterios propios, una auto-reflexión y mirada crítica, así como una apropiación personal de los contenidos ofrecidos.

Se propone el *aprendizaje colaborativo* porque es la oportunidad de construir con otras y otros, de negociar sentidos y apoyarse mutuamente. Y es un *aprendizaje guiado* porque la persona mediadora orienta y retroalimenta el proceso de aprendizaje.

Los talleres al interior de las unidades están organizados de una manera secuencial y cada uno contiene los elementos propios para desarrollar las capacidades y competencias propuestas.

Estructura de los talleres

El conjunto de talleres de este módulo para cada grado escolar, ha sido pensado para ser desarrollado en un lapso no menor de 20 horas con la flexibilidad que permita cada institución educativa. En promedio, cada taller puede realizarse en dos horas o más dependiendo del nivel de reflexión o acción que se genere con los grupos.

Cada taller contempla los siguientes momentos

- Número y nombre del taller
- Objetivo
- Recursos de apoyo
- Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje
- Momentos metodológicos

Momentos metodológicos



Actividad inicial: busca ambientar y disponer al grupo de estudiantes para el aprendizaje, además de indagar preconceptos y ubicar el punto de partida. Es un momento de sensibilización estrechamente ligado con la actividad central, a la cual le sirve de introducción.

Relaciones interpersonales asertivas

-  **Actividad central:** desarrolla los componentes principales de la propuesta (conocimientos, actitudes, motivaciones y habilidades) en relación con el eje temático y el objetivo del taller.
-  **Actividad de cierre:** es el momento para recuperar aprendizajes y sacar conclusiones sobre las vivencias y reflexiones generadas en el taller.
-  **Actividades de refuerzo:** son ejercicios para practicar fuera del aula, aplicando aprendizajes y conclusiones del taller.

Recomendaciones para la implementación

-  **De docentes a personas mediadoras de aprendizajes:** en la propuesta que se entrega para la realización, las personas que conducimos los procesos somos mediadoras de aprendizajes, esto es, no “enseñamos” temáticas, sino que somos guías, “puentes”; acompañamos a niñas y niños en el despliegue de su potencial de aprendizaje de actoría social apelando a la cultura, historia, conocimientos previos, e interés o motivación para involucrarse en este ejercicio y compartir los procesos diseñados. (SED-FyA Bravo y Martínez, 2014, p. 42)
-  **¿Qué debemos tener en cuenta para realizar mejor nuestra labor como personas mediadoras de aprendizajes?** (Adaptado de: Bravo y Vega, 2013)
 -  **Un esfuerzo de contextualización:** en primer lugar, tenemos que considerar el grupo de personas con el que compartiremos este espacio de formación; es importante tener en cuenta las generalidades o aspectos en común y las particularidades que cada grupo presenta, como la cultura de la que provienen, sus edades, número de niñas y niños en el grupo, experiencias de vida, entre otras, que nos ayudarán a precisar sus necesidades particulares y elegir o adecuar los ejercicios que vamos a desarrollar con ellas y ellos.
 -  **Reconocimiento de capacidades y saberes previos:** recordemos que todas las personas poseemos unas capacidades —que denominamos aptitudes, potencial (personal y colectivo), “poderes”— que podemos desarrollar dentro de las posibilidades y límites que nos colocan la naturaleza, nuestra propia historia, nuestras aspiraciones y los contextos en los que nos desenvolvemos. Todas y todos avanzamos hacia nuestro “empoderamiento” atendiendo a nuestros ritmos personales, más rápido o más lento, de manera que no esperaremos que de manera homogénea se alcancen las comprensiones y se realicen las actuaciones que esperamos como resultado del proceso formativo.

En este sentido, contamos también con los saberes previos, muchos o pocos, según las edades y situaciones que les ha tocado vivir, que tanto nosotras o nosotros como

Relaciones interpersonales asertivas

personas mediadoras de aprendizajes poseemos, como aquellos que tienen las niñas, niños y adolescentes con los que realizaremos esta experiencia.

Esperamos que como personas que facilitamos, guiamos y acompañamos aprendizajes tengamos un buen dominio de algunas habilidades de convivencia como:

- la empatía, para sintonizarnos con las emociones y sentimientos, pensamientos o puntos de vista, y actuaciones o comportamientos de niñas, niños y adolescentes, siendo capaces de ofrecer el apoyo que ellas o ellos puedan necesitar; por ejemplo, un gesto de comprensión de sus sentimientos de tristeza o dolor sin juzgarlos, unas palabras sinceras de aprecio por sus esfuerzos de aprendizaje, no calificar sus acciones (por ejemplo, censura), escuchar atentamente aquello que quieran expresar, ayudarles a comprender y a superar sus fallas o errores, entre otros;
- escuchar de manera efectiva, que implica asegurarnos de comprender bien lo que nos dicen y no suponer cosas; comunicarnos de manera afectuosa cuando haga falta y también desplegar nuestra asertividad si se necesita;
- manejar situaciones conflictivas de manera pacífica, negociando o mediando según sea la situación;
- ser personas creativas, recursivas, “estar en la jugada” y ver siempre las dificultades como una oportunidad de crecer;
- ser personas críticas (no “criticonas”), tener una postura que se cuestiona frente a la realidad, no se “somete” a ella (en términos coloquiales, “no traga entero”), tomar distancia de los supuestos que la sostienen, y desarrollar un compromiso con la transformación de las situaciones que afectan a la vida y su dignidad;
- ser seres resolutivos, tomar decisiones con criterios éticos, especialmente del cuidado de la vida y la responsabilidad, procediendo con mucha prudencia; y
- ser capaces de construir equidad en las relaciones entre varones y mujeres.



Logramos aprendizajes y transformamos nuestros entornos como personas inmersas en un colectivo humano: proponemos la constitución de una comunidad de aprendizaje y en ella aprendemos entre todas y todos. En ese sentido, en el grupo se propicia un aprendizaje de tipo colectivo cooperativo, que facilita la apropiación individual de los aspectos educativos que se están haciendo intencionales en los ejercicios, y las salidas o iniciativas que propongan niñas, niños y adolescentes en el marco del proceso de enseñanza-aprendizaje, podrán ser individuales o colectivas, pero siempre tendrán un impacto en los grupos humanos a los que pertenecen.

No obstante, reconocemos la centralidad de la función que tenemos como individuos las personas mediadoras de aprendizajes, pues somos quienes haremos realidad en el terreno lo que aquí se propone como actividades educativas. De otro

Relaciones interpersonales asertivas

lado, el grupo nos va dando las pistas sobre cómo aprende mejor, cuáles son sus mayores necesidades de aprendizaje en los temas que abordarán, y así podremos guiar - acompañar - mediar mejor en este tramo de su camino de vida.



Aprendizaje problematizador y para desarrollar la curiosidad: una parte de los elementos que tienen que ver con el desarrollo de nuestras capacidades para salir adelante de situaciones difíciles o problemáticas es el aprender a pensar, esto es, de no quedarnos conformes con la primera impresión o percepción de lo que sucede, de lo que se observa, o se vive para profundizarla. Es importante resaltar aquí que el error no es un fracaso definitivo, sino una fuente de nuevos aprendizajes. Hay que aprender también a persistir hasta lograr las metas que nos proponemos. Las guías ofrecen ejercicios que generan situaciones de aprendizaje, pero en nuestro rol mediador podemos identificar o generar otras de acuerdo a nuestro dominio de los temas y conocimiento de los grupos y contextos donde realizamos nuestro trabajo.

Esta labor es muy importante, porque somos quienes, en la medida de lo posible, apoyamos el proceso de apropiación de los elementos centrales de cada tema, mediante la animación de análisis, explicaciones, énfasis, síntesis, confirmación o verificación de premisas expuestas. En los ejercicios hemos colocado algunas preguntas orientadoras, pero ellas no agotan los temas y sus posibles desarrollos.

Es importante que elaboremos preguntas que permitan la reflexión sobre cuatro elementos presentes en todo el modelo propuesto: a) actitudes, principios éticos, b) emocionalidad, sentimientos y motivaciones, c) destrezas, capacidades y habilidades y d) la información necesaria e imprescindible para orientar la acción del conjunto de participantes en el campo o tema-problema que se esté abordando.

Con ello conseguimos entre otras cosas, despertar la curiosidad y profundizar en la comprensión de los porqué de las situaciones que se viven, y además ir animando el pensamiento crítico sobre ellas, para que finalmente fundamente el compromiso y la acción transformadora de las realidades que requieren modificarse en favor de un buen vivir para todas y todos.



Buscamos el desarrollo de la autonomía: nuestras capacidades de acompañamiento y mediación de aprendizajes de niñas, niños y adolescentes, procuran mostrar caminos para recorrer y ayudar en los primeros tramos del recorrido del aprendizaje sin generar dependencias, y alientan el “empoderamiento” de nuestro grupo participante, esto es, mediante esta propuesta pedagógica le ayudamos a desarrollar aspectos con los cuales podrá tener un mayor control personal –y aun social– sobre su vida y las circunstancias que la rodean.

Es deseable que niñas, niños y adolescentes practiquen los aprendizajes de los talleres en su vida cotidiana, de manera que puedan constatar su potencial de aplicación e impactos y de esa manera ir más allá de “pasarla bien” en el taller.

Relaciones interpersonales asertivas

En esa medida, nuestro rol como persona mediadora de aprendizajes también será preguntarles por las prácticas que hayan hecho de los aspectos trabajados en los talleres, y si es posible, preguntar a sus familias o personas de su comunidad cómo avanza la niña, niño o adolescente a partir de los aprendizajes alcanzados en este proceso formativo.



Reconocemos los límites de nuestro rol: en el acompañamiento de procesos educativos con multiplicidad de niñas, niños y adolescentes para la implementación de esta propuesta, con seguridad vamos a encontrar que ellas y ellos expresan sus vivencias —en especial aquellas que han marcado sus vidas— acompañadas de manifestaciones emocionales como dolor, ira, frustración. Al tener un rol educador, abordaremos esas situaciones precisamente con un fin educativo relacional y social, sin invadir el espacio personal y subjetivo de cada persona.

Es muy importante tener en cuenta que, en caso de identificar situaciones en curso de vulneración de derechos de niñas, niños y adolescentes, tenemos la responsabilidad ética y legal de darles trámite a través de las instancias previstas por la ley. Como seres humanos podemos ser muy sensibles al dolor ajeno, pero en tanto profesionales en cumplimiento de funciones encargadas por el Estado y la sociedad, es importante acatar las normas y conocer —y tener a mano— las respectivas rutas de atención.



Practicamos lo que les decimos a otras personas que hagan: un aspecto clave del perfil profesional que logra buenos resultados en la mediación de procesos educativos como los propuestos aquí, es tener consciencia de que el proceso de enseñanza-aprendizaje es relacional, y si lo que queremos es que las niñas, niños y adolescentes aprendan maneras de actuar con base en criterios éticos y en un marco de derechos, construyendo equidad entre mujeres y hombres, aportando a una cultura de paz, los ejercicios propuestos en cada guía y sus reflexiones son importantes, pero también lo es el que les mostremos cómo hacerlo con nuestra propia manera de ser.

Esta es una invitación a revisarnos personalmente y a pulir nuestras capacidades y competencias personales y profesionales, para lo cual hacemos la invitación a prepararnos ampliando los elementos que están presentes en esta guía, pero sobre todo, recordar que creemos en nuestras propias capacidades y deseo de mejorar nuestras competencias como educadores y educadoras. Nuestra creatividad y cualidades personales puestas en escena en los lugares donde realicemos esta propuesta, nos hacen co-creadoras y creadores de la misma, de manera que somos socias y socios en sus resultados.



Registramos nuestra experiencia y aprendemos de ella: el constituirnos en comunidades de aprendizaje nos coloca en la necesidad de compartir aquello que hacemos con otros pares de trabajo, y aun cuando no sea nuestro

Relaciones interpersonales asertivas

deseo compartirlo, el llevar un cuaderno de campo o una bitácora nos puede ayudar a mejorar nuestro trabajo como mediadoras y mediadores. Para ello sugerimos contar con un cuaderno o algún otro medio (p. e. audiovisual, digital) a través del cual registremos de manera ordenada nuestras impresiones, innovaciones, cuestionamientos de aquello que realizamos, más allá de los informes que tengamos que presentar como resultado de la implementación.

Revisamos periódicamente nuestras anotaciones para encontrar constantes, descubrir nuestras fortalezas o debilidades, y establecer puntos de partida y llegada en nuestro propio crecimiento personal y profesional.



Generamos espacios para construir aprendizajes: especialmente entre colegas docentes que mediamos esta misma u otras CCPV, de manera presencial o virtual. Si tenemos un blog u otro tipo de espacio virtual dónde colocar nuestras opiniones o producciones, hacemos las elaboraciones correspondientes y las ponemos a circular en estos.



Sugerencias prácticas relacionadas con el trabajo de aula

- Tener siempre presentes los principios rectores del cuidado de la vida en todas sus expresiones y la “acción sin daño”, así como el reconocimiento de las personas como legítimas otras.
- Procurar que los espacios de trabajo de los talleres sean de confianza y seguridad para las niñas, niños y adolescentes.
- Tratar a todas y todos con equidad e igual respeto, y cuando se encuentren en el grupo asimetrías que dificultan el trato en igualdad, procurar realizar acciones afirmativas (medidas temporales de privilegio que ayuden a equiparar las condiciones para todas las personas).
- Las niñas, niños y adolescentes tienen prioridad en todo, por lo tanto merecen lo mejor de cada persona: en esta medida debemos procurar la excelencia en nuestro trabajo.
- Ser conscientes de nuestros actos (coherencia entre nuestros discursos y nuestras acciones), del poder de nuestras palabras (que pueden acariciar, animar o herir a las personas).
- La expresión de emociones y sentimientos de dolor es perfectamente natural y válida, no tenemos que asustarnos ante ella. Cuando alguien lo haga, simplemente permitimos que su expresión fluya, sin juzgamientos, sin interrupciones o bloqueos (del tipo “no estés triste” o “no tienes por qué llorar”, entre otros), con respeto, mostrando el lado esperanzador de la vida, recordándole a quien se expresa que no está sola o solo, que tiene nuestro respaldo y el de la sociedad, y agradeciendo al

Relaciones interpersonales asertivas

final su compartir, ofreciendo disponibilidad para apoyarle si lo considera pertinente, en la medida de nuestras posibilidades. Resulta enriquecedor así como sanador para quien expresa dolor y para todas las personas, que los otros niños, niñas o adolescentes le manifiesten su solidaridad y le ayuden escuchándole, manifestando aprecio, ofreciéndole alguna frase esperanzadora, evitando “consejos” no solicitados, etc.

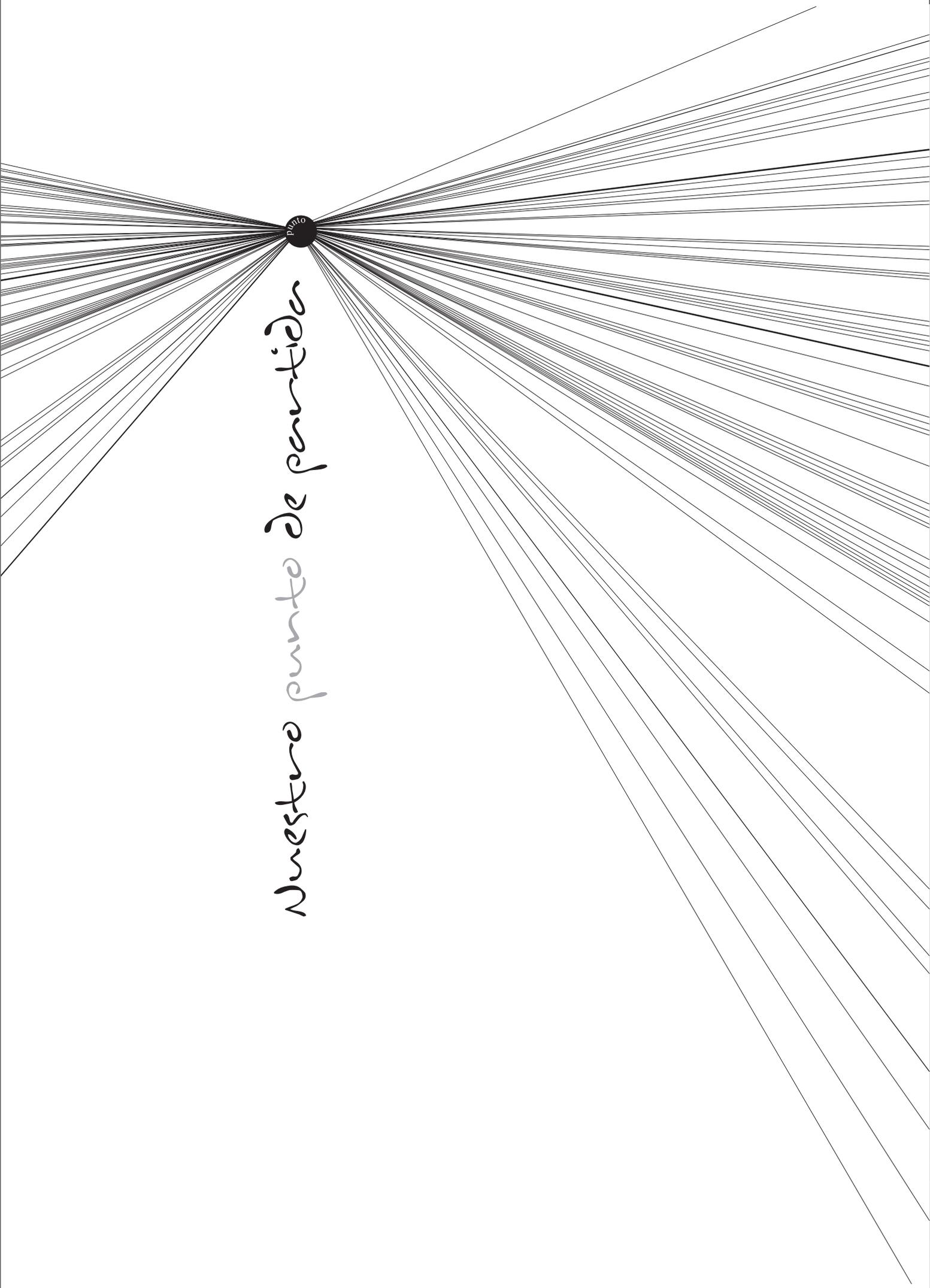


Sugerencias de organización

- Acordar un espacio semanal –preferiblemente establecido en la planeación horaria de la institución educativa– para desarrollar esta propuesta de formación con sus estudiantes. Esto ayuda a organizar el proceso formativo y construir un espacio pedagógico reconocido y validado por su grupo.
- La autoformación es un aspecto clave para el logro de los propósitos previstos con este proceso, involucra leer la bibliografía y ver los videos recomendados para ampliar el conocimiento sobre los temas y realizar un esfuerzo personal de cambio que se refleje luego en la relación con nuestro estudiantado.

Nuestro punto de partida

PUNTO





1. ¿Qué sabemos y cómo lo aplicamos?

Comenzamos nuestro recorrido por el mundo de las Relaciones interpersonales asertivas desarrollando el siguiente ejercicio:

-  Conversamos con el grupo sobre las expectativas que tienen de estos espacios de formación, escuchamos sus expresiones y las registramos en el tablero, hacemos las precisiones que consideremos necesarias y también compartimos nuestras expectativas como personas mediadoras.
-  Seguidamente, observamos el video “*Digan lo que digan*” de la colección “*La aventura de la vida*”, de Edex (Bilbao, España) disponible en la siguiente dirección electrónica: <https://vimeo.com/53367448>. Conversamos con las niñas y los niños acerca del mensaje que nos presenta y lo relacionamos con la CCPV Relaciones interpersonales asertivas.
-  Les indicamos que escriban en sus cuadernos tres palabras que asocien con el tema de la asertividad y las relaciones interpersonales que la incluyen, las compartan en grupos y elaboren una definición propia que socializarán en plenaria.
-  Concluida la socialización elaboran en conjunto una definición que se considerará provisional pues la enriquecerán a lo largo del desarrollo del módulo.
-  En casa preguntan a sus familiares qué entienden por relaciones interpersonales asertivas y registran estas respuestas en sus cuadernos.



Relaciones interpersonales asertivas



2. ¿Cómo estamos?

Antes de iniciar nuestro proceso de formación en la CCPV Relaciones interpersonales asertivas, debemos autoevaluarnos para saber qué tanto la conocemos y la hemos aplicado en nuestras vidas. Por tanto, invitamos a las niñas y a los niños a diligenciar el siguiente cuestionario, y contrastarlo al terminar con la escala valorativa ubicada después de esta tabla.

3. Autodiagnóstico de entrada

AFIRMACIONES	Marque con una X		
	Totalmente de acuerdo	Parcialmente de acuerdo	En desacuerdo
1. Como persona tengo derecho a ser escuchada y tomada en serio.			
2. Pienso que las personas asertivas son aquellas que en sus relaciones son firmes pero respetuosas.			
3. Ser "asertiva/o" me permite ser una persona equitativa en mis relaciones con las y los demás.			
4. Si mi mamá me dice constantemente que soy una persona "bruta" porque no puedo hacer las tareas de matemáticas, yo le digo que preferiría que se pusiera en mi lugar y entendiera que para mí, no es fácil esta materia, pero que tengo buen desempeño en otras.			
5. Orlando es un estudiante muy juicioso, que siempre hace sus tareas y trabajos. Fernanda es la niña más popular del grupo y se aprovecha de eso para que Orlando le deje copiar todas las tareas. Si tú fueras Orlando, le dirías a Fernanda que no te gusta que te usen.			
6. Este año la profesora ha sentado a tu lado a un niño que viene sin bañarse y además tiene piojos. Te sientes incomoda/o, y ya no aguantas la situación, pero sabes que ninguna otra persona se sentaría con él y te da pesar. Si tu fueras esta persona, le pedirías firmemente que sea más aseado porque te sientes incomoda/o.			

Relaciones interpersonales asertivas

AFIRMACIONES	Marque con una X		
	Totalmente de acuerdo	Parcialmente de acuerdo	En desacuerdo
7. El conjunto de estudiantes de quinto grado creen que su directora de grupo tiene preferencias por los hombres del salón, pues siempre los felicita y nunca los pone a hacer el aseo. Si fueras representante del grupo, aunque te dé pena o temor, hablas con la profesora y le comentas lo que están diciendo en el salón.			
8. Tu amiga/o de toda la vida que siempre te ha ayudado en lo que le solicitas, necesita dinero urgentemente, y te pide que saques el dinero de tus padres para que se lo prestes por un tiempo. Tú sabes que ellos cuentan con el dinero justo para los gastos de la casa, así que le dices que aunque sea tu mejor amiga/o no lo vas a hacer.			
9. Amanda dejó sobre su escritorio un lápiz y ella se dio cuenta que Jaime, un compañero muy agresivo, lo tomó. En casa de Amanda están pasando por una dura situación económica y ella muchas veces no tiene para comprar los útiles de la escuela. Si tú fueras Amanda le exigirías a Jaime que te devuelva el lápiz.			

Escala valorativa

ESCALA	DESCRIPCIÓN
Totalmente de acuerdo	Tengo dominio de habilidades, conocimientos, motivaciones y valores para el ejercicio de relaciones interpersonales asertivas.
Parcialmente de acuerdo	Necesito profundizar en habilidades, conocimientos, motivaciones y valores para ser una persona más asertiva en mis relaciones con otras personas.
Totalmente en desacuerdo	Debo esforzarme para desarrollar habilidades, conocimientos, motivaciones y valores para ser una persona asertiva en mis relaciones con otras personas.

Relaciones interpersonales asertivas

Antes de introducirnos: en las actividades de formación que se proponen para esta CCPV, es importante que nos aproximemos al concepto de relaciones interpersonales asertivas, que entendemos como el desarrollo de la manera de relacionarnos en forma positiva con las personas con quienes interactuamos y tener la habilidad necesaria para iniciar y mantener relaciones amistosas que son importantes para nuestro bienestar mental y social, conservar buenas relaciones con los miembros de la familia, las amistades, el vecindario –todas fuente importante de apoyo social–, y ser capaces de terminar relaciones de manera constructiva. Las relaciones interpersonales asertivas implican el reconocimiento de las reglas o normas socio-culturales, así como las leyes que regulan el trato entre los seres humanos, las cuales incluyen el establecimiento de límites al trato y contacto corporal entre las personas y el derecho a construirse una identidad según las propias preferencias. Desde esta lectura, se propone el eje de derechos universales (de las cinco generaciones hasta ahora reconocidas), así como los derechos de la infancia y sus desarrollos en la legislación nacional, como referentes y criterio de acción en la vida cotidiana. Se propone reflexionar sobre estos aspectos en clave de dignidad humana, promoción de la inclusión y del buen trato como base de la convivencia y la armonía con la naturaleza, así como la construcción de equidad de género y prevención del maltrato a mujeres, niñas y niños.

Las evidencias de participación en el proceso de aprendizaje: son el resultado de las actividades que realizaremos en cada taller y que nos permiten reforzar el aprendizaje integral de la CCPV Relaciones interpersonales asertivas.

UNIDAD	TALLER	EVIDENCIA DE PARTICIPACIÓN
<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">1</p> <p>Derechos de la infancia, base de las relaciones interpersonales asertivas</p>	Taller 1. Cantamos y pintamos los derechos de la infancia	<ul style="list-style-type: none"> – Dibujo individual de los derechos de la infancia. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.
	Taller 2. Escalera de los derechos de la infancia y la asertividad	<ul style="list-style-type: none"> – Guía sobre los derechos desarrollada. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.
	Taller 3. El camino para defender asertivamente mi derecho a ser bien tratada y bien tratado	<ul style="list-style-type: none"> – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.

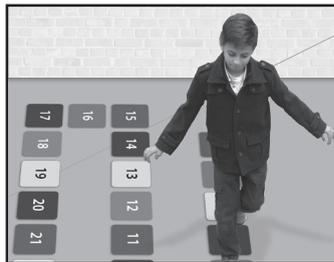
Relaciones interpersonales asertivas

UNIDAD	TALLER	EVIDENCIA DE PARTICIPACIÓN
<p style="text-align: center;">2</p> <p>Aprendemos sobre buen trato y asertividad</p>	Taller 1. Para tocar hay un límite	<ul style="list-style-type: none"> – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller. – Dibujos individuales del cuento.
	Taller 2. Mi espacio seguro	<ul style="list-style-type: none"> – Dibujo individual de “mi espacio seguro”. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.
	Taller 3. Cinco principios para un trato asertivo	<ul style="list-style-type: none"> – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.
<p style="text-align: center;">3</p> <p>Herramientas para practicar la asertividad en nuestra vida diaria</p>	Taller 1. Respetómetro	<ul style="list-style-type: none"> – “Respetómetro”. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller. – Registro de mediciones realizadas con el “Respetómetro”.
	Taller 2. Decir no asertivamente, también es una respuesta	<ul style="list-style-type: none"> – Símbolo del decir NO asertivamente, también es una respuesta. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller.
	Taller 3. A la manera del ratón y el león	<ul style="list-style-type: none"> – Carteleras de la asertividad. – Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller

Taller 1/ Pág.27



Taller 2/ Pág.33



Taller 3/ Pág.39



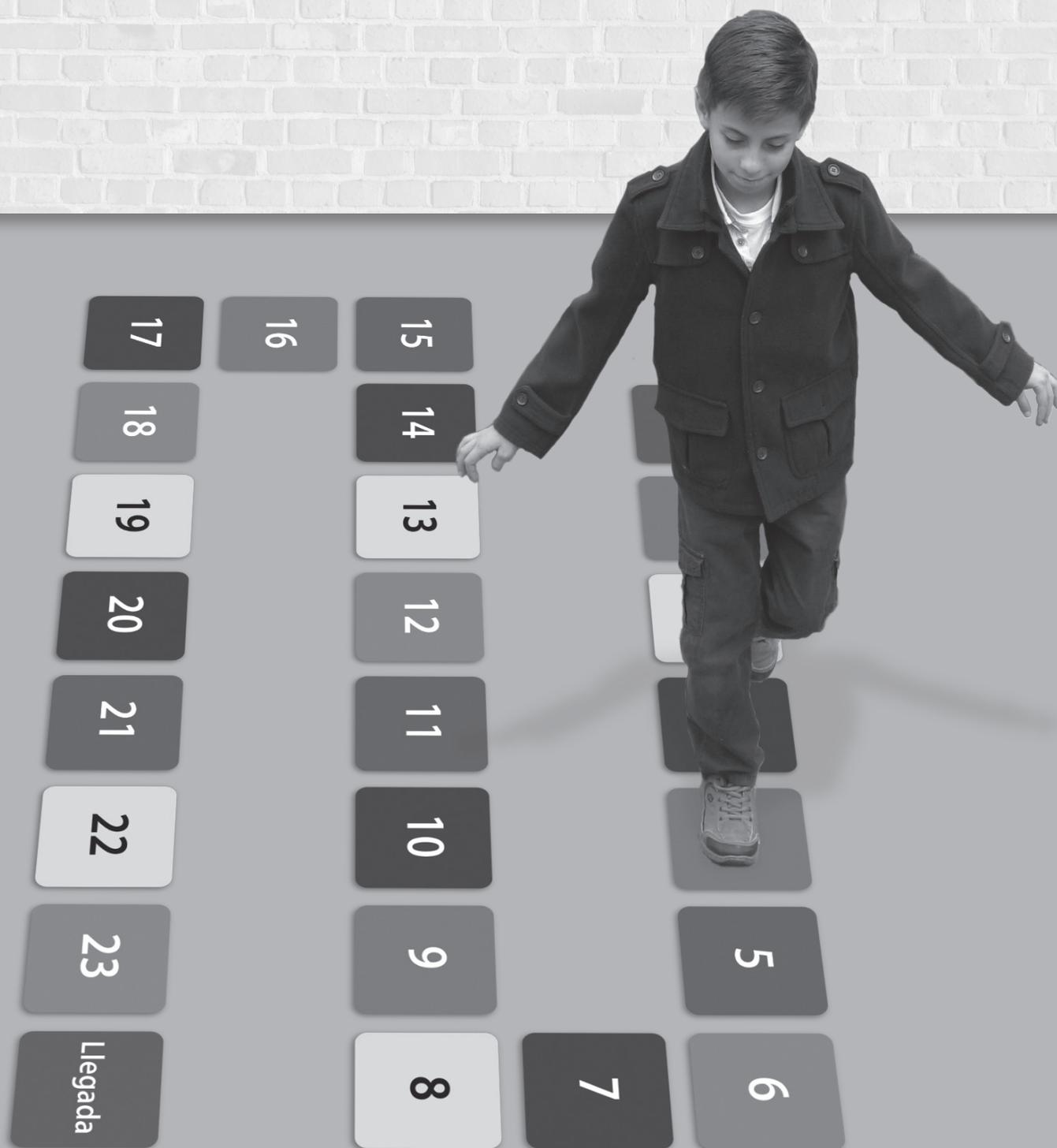


Unidad **uno**

**Derechos de la infancia, base de las relaciones
interpersonales asertivas**

ESCALERA DE LOS DERECHOS DE LA INFANCIA Y LA ASERTIVIDAD

Escalera de los derechos de la infancia y la asertividad



Relaciones interpersonales asertivas

Taller 2: escalera de los derechos de la infancia y la asertividad

Objetivo del taller

-  Niñas y niños identifican que las relaciones interpersonales asertivas se relacionan con el derecho de todas las personas a ser tratadas con respeto y sin violencia.

Recursos de apoyo

-  Escalera de los derechos. Anexo 3 que se encuentra al final del módulo
-  Dado grande
-  Copia para la persona mediadora de la tabla de actividades de la escalera de los derechos de la infancia. Anexo 4 que se encuentra al final del módulo

Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

-  Guía sobre los derechos desarrollada
-  Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller

Actividad inicial

-  Conversamos con las niñas y los niños sobre la opinión de sus familiares acerca de la circular compartida en el anterior encuentro.

Actividad central

Nos organizamos con el grupo para jugar a la escalera de los derechos de la infancia (Bravo y Vega, 2015) asociándolos con las relaciones interpersonales asertivas. Para ello, tenemos en cuenta las siguientes instrucciones:

-  Organizamos grupos de trabajo de acuerdo al número de estudiantes que tengamos.

Relaciones interpersonales asertivas

-  Solicitamos que cada grupo elija una persona que lo represente para tirar el dado y asignar los turnos.
-  Luego de tener el orden de lanzamiento de cada grupo, empezamos el juego.
-  En la siguiente tabla aparecen las indicaciones para cada casilla del juego.

Tabla de actividades de la escalera de los derechos de la infancia	
Número	Actividad
1	Descansar un turno
2	Adelantan dos casillas
3	Reto: en grupo deben preparar y cantar una copla que hable sobre la asertividad en las relaciones entre personas
4	Descansar un turno
5	Retroceden una casilla
6	Pregunta: ¿cómo debemos exigir nuestros derechos?
7	Reto: en grupo deben preparar una estatua que represente una acción sobre el cuidado de mi cuerpo a través de la alimentación
8	Adelantan dos casillas
9	Descansan un turno
10	Reto: en grupo deben presentar el derecho de las niñas y los niños a ser personas libres pero respetuosas
11	Retroceden una casilla
12	Pregunta: ¿cuáles son los derechos de la infancia que deben garantizar nuestras familias?
13	Adelantan dos casillas
14	Descansan un turno
15	Retroceden una casilla
16	Descansan un turno

Relaciones interpersonales asertivas

Tabla de actividades de la escalera de los derechos de la infancia

Número	Actividad
17	Reto: a través de una coreografía deben representar el trato respetuoso entre hombres y mujeres
18	Pregunta: ¿qué debemos hacer cuando se incumplen los derechos de las niñas y los niños? Damos un ejemplo
19	Adelantan dos casillas
20	Reto: un saludo creativo a las niñas y los niños de otro curso deben rápido ir a dar
21	Retroceden una casilla
22	Adelantan dos casillas
23	Pregunta: ¿cómo exigiríamos a una persona de nuestra familia el derecho que tenemos a un buen trato?

Actividad de cierre

-  En plenaria conversamos con el grupo sobre los sentires y aprendizajes que les deja esta actividad y escriben en su cuaderno cómo piensan practicar sus derechos y la asertividad en su vida cotidiana. Comparten por parejas.

Para la retroalimentación: como se mencionaba en el apartado **Nuestro punto de partida**, las relaciones interpersonales asertivas implican el reconocimiento de las reglas o normas socio-culturales, así como las leyes que regulan el trato entre los seres humanos, los cuales incluyen el establecimiento de límites al trato y contacto corporal entre las personas y el derecho a construirse según las propias preferencias. Desde esta lectura, se propone el eje de derechos universales (de las cinco generaciones hasta ahora reconocidas), así como los derechos de la infancia y sus desarrollos en la legislación nacional como referentes y criterio de acción en la vida cotidiana. Se propone reflexionar sobre estos aspectos en clave de dignidad humana, promoción de la inclusión y del buen trato como base de la convivencia y la armonía con la naturaleza, así como la construcción de equidad de género y prevención del maltrato a mujeres, niñas y niños



Relaciones interpersonales asertivas

Actividades de refuerzo



En casa niñas y niños comentarán con sus familiares sobre los derechos que han aprendido y desarrollarán la guía del anexo 5 que se encuentra al final del módulo.

Anexo 4

Tabla de actividades de la escalera de los derechos de la infancia	
Número	Actividad
1	Descansar un turno
2	Adelantan dos casillas
3	Reto: en grupo deben preparar y cantar una copla que hable sobre la asertividad en las relaciones entre personas
4	Descansar un turno
5	Retroceden una casilla
6	Pregunta: ¿cómo debemos exigir nuestros derechos?
7	Reto: en grupo deben preparar una estatua que represente una acción sobre el cuidado de mi cuerpo a través de la alimentación
8	Adelantan dos casillas
9	Descansan un turno
10	Reto: en grupo deben presentar el derecho de las niñas y los niños a ser personas libres pero respetuosas
11	Retroceden una casilla
12	Pregunta: ¿cuáles son los derechos de la infancia que deben garantizar nuestras familias?
13	Adelantan dos casillas
14	Descansan un turno
15	Retroceden una casilla
16	Descansan un turno
17	Reto: a través de una coreografía deben representar el trato respetuoso entre hombres y mujeres
18	Pregunta: ¿qué debemos hacer cuando se incumplen los derechos de las niñas y los niños? Damos un ejemplo
19	Adelantan dos casillas
20	Reto: un saludo creativo a las niñas y los niños de otro curso deben rápido ir a dar
21	Retroceden una casilla
22	Adelantan dos casillas
23	Pregunta: ¿cómo exigiríamos a una persona de nuestra familia el derecho que tenemos a un buen trato?

Anexo 5

Nombre: _____ Curso: _____

Repasamos los derechos de las niñas y los niños trabajados en el taller, coloreamos los dibujos y escribimos cómo podemos exigir el cumplimiento de cada uno, de manera firme pero sin ofender ni violentar.