

**Nivel de dificultad:** 1

**Edad recomendada:** > 7

años

## Intención educativa:

- Practicar la escucha activa.
- Dialogar con serenidad.

**Resumen:** Escucha activa para parejas entorno un tema de debate en el grupo clase.

**Tiempo:** 45 minutos.

**Tipo:** Interior. Tranquila.

**Grupo:** Grupo-clase.

**Material:** -

## Desarrollo

- Para empezar, comentamos el valor de la escucha activa para poder sentir respeto y llegar a acuerdos. Recordemos qué significa escuchar activamente: poner atención en la otra persona, mirarla, estar atenta a entender lo que dice, valorar su opinión, no interrumpir ni juzgar. Parafrasear es un recurso que ayuda a afianzar la escucha activa.
- Planteamos un tema sobre el que el grupo tiene pendiente hablar e indicamos que recogeremos la opinión de todo el mundo de una manera diferente y particular: cada uno escuchará muy bien a su pareja para trasladar su opinión al grupo.
- Se ponen en parejas una persona delante de la otra, se les pide un momento de silencio, hacer 3 respiraciones por conectar con la actividad y arrancar. En el primer turno, tienen 1-2 minutos para que una parte explique a la otra su opinión sobre un tema determinado. Al terminar quien escucha parafrasea lo que ha entendido para asegurarse de que es correcto. En el segundo turno, las parejas deben intercambiar los roles.
- En círculo, cada miembro del grupo reporta la opinión de su pareja. Recogemos todas las opiniones, identificando las ideas principales y más compartidas, las dudas y las aportaciones relevantes.
- Abrimos un turno de palabra si alguien tiene algo más que aportar.
- Al terminar valoramos la experiencia de escuchar activamente.

## Valoración y conclusiones

- ¿Cómo os habéis sentido las personas que escuchabais en el primer turno? ¿Os ha sido fácil escuchar? ¿Cómo os habéis sentido las personas que escuchabais en el segundo turno? ¿Os ha sido fácil escuchar? ¿Por qué? ¿Por qué no?
- ¿Las personas que hablabais, os habéis sentido escuchadas? ¿Han recogido bien vuestra opinión? ¿Ha sido fácil o difícil escuchar y parafrasear? ¿Qué necesitáis mejorar? ¿En qué situaciones puede ser útil utilizar la escucha activa?
- ¿Cómo os habéis sentido cuando escuchabais? ¿Ha sido fácil escuchar, entenderlo y parafrasear? ¿Y explicar la opinión de la pareja al gran grupo?
- ¿Cuándo hablabais, os habéis sentido escuchadas? ¿Qué cosas ha hecho tu pareja que te han ayudado? Identificalas con el máximo de concreción (mirarme, parafrasear, etc.). ¿Habéis sentido que vuestra opinión quedaba bien explicada al gran grupo?

## Otras indicaciones

Puede ayudarle hacer un cartel recordando aquellos comportamientos que facilitan la escucha (no interrumpir, mirar a los ojos, etc.).

## Propuestas de acción

- Introduzca el uso de la escucha activa de forma habitual en el aula.