

**Lunes
29
de noviembre**

Segundo de Primaria Educación Socioemocional

*Los oídos no son sólo para oír,
también son para escuchar*

Aprendizaje esperado: Escucha las demandas de los compañeros, hermanos o padres de familia y es capaz de decirlas con sus propias palabras.

Énfasis: Escucha activa.

¿Qué vamos a aprender?

Escucharás e identificarás las demandas de las personas a tu alrededor y las expresarás con tus propias palabras.

¿Qué hacemos?

Es importante escuchar atentamente las demandas de otras personas para comprenderlas y tomarlas en cuenta.

Demanda también quiere decir petición. Por ejemplo, tu mamá te demanda que le escuches atentamente porque hay algunas cosas que explicar. Cuando tú escuchas las peticiones o demandas de alguien más, esto no quiere decir que tengas que hacer lo que te piden, esto quiere decir que lo vas a analizar y, lo que puedas hacer para ayudar, lo haces, y aquello que te pidan y que no puedas llevar a cabo o que ponga en riesgo tu integridad, tienes que decir que no.

Para poder saber lo que la otra persona necesita, es importante escucharlo. Canta una canción que te ayude a estar muy atento para que tu escucha activa se ponga en juego. Es una canción en la que vas haciendo movimientos con tu cuerpo.

*Miraras allá
que en el cielo está
Es un animal,
qué en bicicleta va.*

*Es un elefante,
o es que no lo ves,
con trompa por delante,
y cola por atrás.*

Repite varias veces quitando estrofas y suple por murmullos y las señas propuestas, al final canta la canción con la mímica. Con esta actividad ya activaste el cuerpo y la mente, Es posible que al principio te confundas y luego puedes mejorar.

Lee la siguiente historia para ver lo que puede suceder si no escuchas con atención lo que te piden.

Llega Patricio a un lugar donde está Lucrecia pintando

Hola, Lucrecia. Qué bien está quedando todo. Yo te quiero ayudar a pintar. ¿Me enseñas?

Lucrecia- Sí, pero antes, Patricio por favor ayúdame a Lorenzo a barrer y dile que venga a ayudarme a pintar la pared. Mientras yo avanzo con esto de pintar la pared porque si no, no vamos a terminar nunca.

Patricio: Claro que sí, enseguida. Patricio sale a toda velocidad y regresa confundido con Lucrecia ¿qué le tenía que decir a Lorenzo?

Lucrecia: que venga a ayudarme a pintar, por favor.

Patricio: ¡Ah de veras! Voy a toda velocidad ¿y yo que tengo que hacer?

Lucrecia: tú vas a ayudar a Lorenzo a barrer la entrada.

Patricio: ¡Ah de veras! Voy volando. sale corriendo y regresa confundido; - Entonces ¿yo no voy a pintar?

Lucrecia enojada contesta: ¡No!, tú vas a barrer porque todavía no te enseñé a pintar.

Patricio: pero cuando me enseñes ¿yo voy a pintar?

Lucrecia: ¡Eso lo vemos luego, pero ahorita tienes que ir a hacer lo que te pedí!

Patricio: voy volando. sale corriendo y regresa apenado, ¿qué fue lo que me pediste que hiciera?

Lucrecia ya estaba exasperada: ¡olvídalo, yo voy!

Patricio: ¿por qué se enojó?

Patricio, se quedó muy confundido, nunca entendió lo que tenía que hacer ni por qué se enojó Lucrecia y tampoco hizo lo que le pedía. Y también, pobre Lucrecia que tuvo

que ir a hacer lo que le había pedido a Patricio por lo que se desesperó y enojó mucho.
¿Qué puedes descubrir de lo que pasó?

Aunque fueron muchas cosas, estas son dos cosas, tu piensa en otras razones por las que se enojó Lucrecia

1. Cada uno tenía una demanda diferente, pero ninguno se estaba escuchando. Lucrecia necesitaba ayuda de alguien que supiera pintar, en este caso Lorenzo, y Patricio quería que le enseñara.
2. Patricio quería ayudarle a Lucrecia y atender a sus demandas, pero escuchaba sin atención porque estaba pensando en que él quería pintar.

Patricio debió escuchar con atención a Lucrecia para cumplir con lo que le pedía y, después de haber cumplido lo que tenía que hacer, pedir lo que él necesitaba, se podía haber apurado a barrer y después haber ayudado a pintar, continua con la historia.

Patricio está triste y preocupado luego Lorenzo y le pregunta: *¿Qué pasó Patricio? ¿Por qué tan triste?*

Patricio: *Lucrecia se enojó conmigo y no sé por qué.*

Lorenzo: *Sí, me platicó y me dijo que para no hacerte sentir mal se iba a quedar barriendo y que cuando se tranquilizara vendría porque se dio cuenta que tú estabas muy emocionado por pintar y te iba a enseñar.*

Patricio: *Oh, ¡qué bien, me va a enseñar a pintar! Pero ¿Cómo supo que yo quería pintar?*

Lorenzo: *Porque tú se lo dijiste muy claramente, pero ella en ese momento, con tantas prisas no te puso mucha atención. Ahora ya se dio cuenta de que tú le pediste eso claramente.*

Patricio: *Sí, yo quería decirle lo que ella me pidió, pero estaba muy emocionado pensando en que podría aprender a pintar y me distraía.*

Lorenzo: *Ni Lucrecia ni tú habían tenido la oportunidad de practicar la escucha atenta.*

Patricio: *¿Qué es eso?*

Lorenzo: *Es escuchar con atención, no es solo oír lo que nos dicen, sino entender perfectamente lo que quiere la otra persona...*

Patricio: *Lo dices muy fácil, pero la verdad es que luego yo me distraigo.*

Lorenzo: *Hay algunas cosas que podemos hacer. ¿Quieres saberlas?*

Patricio: *¡Sí!*

Lorenzo:

- *Mirar a la otra persona a los ojos...*
- *Dejar lo que estamos haciendo, poner en calma nuestra mente...*
- *Hacer un resumen de lo que nos está diciendo y...*
- *Algo de suma importancia, aclarar para ver si entendimos bien o preguntar si tenemos alguna duda.*

Patricio: *Ahora entiendo. Si hubiera hecho un resumen de lo que me pedía Lucrecia, hubiera puesto atención a lo que Lucrecia quería y seguro habría entendido y si no, ella me hubiera sacado de cualquier duda.*

Además, tendría que haber controlado mi emoción por querer aprender a pintar y luego de prestar atención a lo que ella quería hubiera podido decirle que yo quería pintar y le hubiera pedido que me enseñara.

Lorenzo: *Claro, y seguramente si Lucrecia no hubiera andado tan acelerada queriendo terminar de pintar y sin escucharte, también se hubieran ahorrado el problema.*

Qué fácil es la escucha activa. ¿Tú lo sabías? nadie sabe todo ¡y no es tan fácil! ¡hay que practicar y practicar!

Lo importante es aprender de las experiencias y de lo que saben otras personas. Y ahora podrías imaginar cómo va a ser el reencuentro de Patricio y Lucrecia.

Lucrecia: *Hola Patricio, ¿Cómo estás?*

Patricio: *Muy apenado contigo porque no pude hacer ese favor que me pediste y además te alteré. Pero ahora sí. Dime qué necesitas.*

Lucrecia: *Necesito primero pedirte una disculpa porque me alteré y no tenía por qué ser así.*

Patricio: *Yo necesitaba decirte que me enseñaras a pintar y no prestaba atención a lo que me decías. Yo también me desesperaría si la otra persona pregunta cincuenta veces lo mismo.*

Lucrecia: *Yo no le di importancia a que tú quieres aprender a pintar, tampoco te escuché con atención y eso causó mucha confusión.*

Patricio: *Lorenzo me dijo que ya hablaste con él y que ya te va a venir a ayudar. También me dijo que él me enseñará a pintar.*

Lucrecia: *Yo también te enseñé. La verdad es que sí tenemos que terminar esto pronto, pero te puedo enseñar mientras lo hacemos.*

Patricio: *¿Y quién barre?*

Lucrecia: *yo ya barrí, así que empecemos a pintar ¡Lorenzo, ven!*

Los tres pintaron

Todo se complicó por no escuchar con atención las demandas de las otras personas. Y Es que a veces cada quien viene en su nube, con sus cosas, y poner atención a lo que dicen o necesitan otras personas, se olvida.

Puedes hacer una lista de cosas que te han dicho hasta el cansancio, las has oído por encima, pero no las has escuchado o atendido.

¿Cuáles son las cosas que te han pedido hasta el cansancio y no has atendido?

De ahora en adelante puedes dejar lo que estés haciendo para poner atención cuando te hablan o también puedes decir “dame unos minutos para que termine de hacer esto y ya estoy contigo.” No se trata de que las otras personas siempre sean más

importantes que tú o lo que estés haciendo, pero sí de generar las mejores condiciones para la comunicación.

Cuando no pones atención a lo que las otras personas necesitan o cuando piensas que eso no es importante, pueden pasar cosas como el quedaste triste, tanto tu como la otra persona.

Así que a escuchar atentamente y colaborar con lo que puedas. Tienes que aprender que las personas que te rodean a veces te piden que hagas cosas y tú tienes que colaborar haciéndolas, pero tienes que usar la escucha activa para poder hacerlo correctamente y para contestar las siguientes preguntas:

- ¿Qué me piden?
- ¿Puedo hacer lo que me piden?
- ¿En algunas ocasiones me solicitan tareas que todavía no puedo hacer o me ponen en riesgo? ¿Cómo puedo expresar que no puedo hacerlo o que me pone en riesgo?
- ¿Cómo me siento cuando alguien me pide algo?
- ¿Cómo puedo pedir cosas a los demás?

Y algo muy importante que tienes que analizar, si lo que te demandan pone en riesgo nuestra integridad.

El Reto de Hoy:

Practica la escucha activa.

- Mirar a los ojos a la persona con la que hablas.
- Poner atención a lo que te quieren decir.
- Hacer un resumen de lo que te dijeron.

Cómo lo hizo Patricio al final.

Si te es posible consultar otros libros y comenta el tema de hoy con tu familia. Si tienes la fortuna de hablar una lengua indígena aprovecha también este momento para practicarla y platica con tu familia en tu lengua materna.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



<https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533113/2o-Cuaderno-OK-PNCE.pdf>