



GUÍA DIDÁCTICA # 2 ÉTICA Y VALORES CLEI 6 C

[johnduquea@luislopezdemesa.edu.co](mailto:johnduquea@luislopezdemesa.edu.co)

ASIGNATURA: Ética y valores	GRADO: Clei 6º. C	FECHA DE ENTREGA		
		03	11	2020
TEMA: Competencias dialógicas comunicativas. Autonomía: autorregulación, autoconocimiento, empatía, colaboración. Trabajo en equipo		PERÍODO: 2º		
DOCENTE: JOHN JAIME DUQUE A.	ESTUDIANTE:	NOTA:		

Hacer un resumen completo del tema y una reflexión.

**COMPETENCIAS DIALÓGICAS COMUNICATIVAS**

Entendemos por competencias comunicativas el conjunto de aptitudes que permiten una comunicación adecuada. Para ello, el individuo se vale de todos los sistemas de signos de su comunidad sociocultural. D. H. Hymes, creador de este concepto, las resume en los siguientes puntos: Cuándo hablar, Cuándo no hablar, De qué hablar, Con quién hablar, Cuándo hablar, Dónde hablar, Cómo hablar. Nos comunicamos a diario con los demás y con nuestro entorno. Por eso, saber emplear estas habilidades es fundamental para el crecimiento personal y para el crecimiento social. ¿Y podemos desarrollarlas? ¡Claro! No son innatas, sino que se pueden aprender y mejorar.

**COMPETENCIA LINGÜÍSTICA**

Es el pilar central de la comunicación. Hace referencia a la adquisición y el desarrollo de una lengua, y a su posterior dominio. También al nivel de integración del lenguaje, entendido como un sistema de símbolos articulados que posibilita el entendimiento entre personas. Nos permite pensar y expresarnos a través de las palabras y su combinación, así como asignar nuevos términos a objetos y sensaciones.

**COMPETENCIA PARALINGÜÍSTICA**

Está formada por los elementos adicionales que complementan al lenguaje. Distinguimos entre *recursos orales* (como la entonación, la intencionalidad, etc.) y *recursos escritos* (márgenes, negritas, cursivas, mayúsculas, etc.).

**COMPETENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA**

El lenguaje depende de la cultura social, siendo inherente al momento y al lugar en que se utiliza. Es decir, varía según el contexto. Comprende elementos extralingüísticos:

**COMPETENCIA QUINÉSICA.** Es la *comunicación no verbal*: la llevamos a cabo a través posturas, gestos, miradas, etc. Puede complementar, enfatizar e incluso contradecir nuestras palabras. Conforman hasta el 80% de la comunicación.

**COMPETENCIA PROXÉMICA.** Es el *manejo de las distancias* con los demás.

Dependiendo de la proximidad, distinguimos entre:

Distancia íntima: 15 – 45 centímetros. Propia de la familia, pareja y amigos íntimos. Se suele hablar en voz baja.

Distancia personal: 45 – 120 centímetros. Propia de los amigos y conocidos. Se usa una voz suave y distendida.

Distancia social: 1,2 – 3,5 metros. Propia de los contactos profesionales, más impersonal.

Distancia pública: a partir de 3,5 metros. Propia de los discursos ante un público

**COMPETENCIA DISCURSIVA**

Es la sucesión lógica y ordenada de las ideas o argumentos del discurso. Para comprender correctamente un mensaje, necesitamos que su contenido esté cohesionado y sus puntos sean coherentes. Por ejemplo, cuando contamos una historia, esta debe ser coherente en su línea temporal y sin que los sucesos se contradigan entre sí.

**COMPETENCIA PRAGMÁTICA**

Se trata de la habilidad para convencer y persuadir a otras personas, influyendo en sus conocimientos, opiniones, actitudes, etc. Es muy útil para conseguir objetivos profesionales.



Institución Educativa Luis López de Mesa

"Líder en la Formación Integral de Estudiantes"



### COMPETENCIA ESTRATÉGICA

Se refiere a la capacidad de subsanar los posibles errores mientras transcurre el discurso. Logra una comunicación eficaz mediante el comienzo, mantenimiento, reparación, reorientación o conclusión de una conversación. Por ejemplo, intervenir ante los silencios prolongados, evitar los malentendidos, etc.

### COMPETENCIA TEXTUAL

Se define como la comprensión y producción de textos. Para ello, necesitamos valernos de otras tres competencias:

- **Competencia cognitiva.** Se apoya en las categorías formales del pensamiento para crear argumentos.
- **Competencia comunicativa.** Consiste en el manejo adecuado del lenguaje.
- **Competencia técnica.** Se relaciona con el uso de dispositivos para escribir.

¿En qué consisten unas buenas competencias comunicativas?

1. **Observación y escucha** del lenguaje no verbal y de los mensajes del interlocutor.
2. **Aprendizaje** para imitar habilidades de los demás basándose en sus éxitos.
3. **Respeto** hacia el interlocutor cuando pensamos diferente.
4. **Autoeficacia** es creer en sí mismo y en sus potencialidades. Los obstáculos no son dificultades, sino retos.
5. **Inteligencia emocional** es Saber diferenciar momentos: de qué se puede hablar, cómo hacerlo y en qué circunstancias es mejor no decir nada.
6. **La creatividad y la imaginación** rompen con la monotonía. Ejemplos, historias etc.
7. **La práctica** hace al maestro. El buen comunicador no nace, sino que se hace.

- Algunas claves para mejorar tus competencias comunicativas son:

- Analízate tanto a ti como al entorno.
- Apuesta por la sencillez en tu forma de expresarte, siendo claro en lo que dices.
- Busca lo auténtico, Muéstrate tal y como eres. La naturalidad es la mejor opción.
- Enfatiza tus palabras, utiliza pausas y entonaciones que despierten la atención.
- Parafrasea expresando tus propias ideas de modos distintos para ser más claro.
- Practica la escucha activa observando a tu interlocutor para adaptarte mejor a él.
- Los gestos, expresiones, pulcritud, vestuario, etc. Influyen en cómo nos ven.
- No evites el contacto visual, por eso, debemos procurar mirar a los ojos.
- No interrumpas, interrumpir cuando otra persona está hablando es un irrespeto.
- Opta por el buen humor. La sonrisa genera empatía.
- Reconoce tus fallos. la capacidad de autocrítica y la pretensión de mejora nos acerca a los demás.
- Mantén la confianza en ti. La inseguridad en uno mismo puede arruinar un examen.
- Disfruta de la propia comunicación, La comunicación es vital para la existencia humana. Y tampoco es un secreto que las demás especies, a su modo, se comunican entre sí. Mires donde mires, hay interacción. Tratar de mejorarla hará que disfrutemos más de las experiencias que nos hace vivir.



Institución Educativa Luis López de Mesa

"Líder en la Formación Integral de Estudiantes"



## **AUTONOMÍA: AUTORREGULACIÓN, AUTO CONOCIMIENTO, EMPATÍA, COLABORACIÓN**

Las habilidades socioemocionales son herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, comprender las de los demás y sentir y mostrar empatía por los otros, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, así como definir y alcanzar metas personales. Desarrollar y practicar estas habilidades ayuda a prevenir situaciones de riesgo tales como violencia, depresión, drogadicción, deserción escolar, estrés, entre otras; también promueve las capacidades necesarias para un inminente ingreso de los jóvenes al mercado laboral altamente competitivo. Los estudiantes que adquieren las habilidades socioemocionales se llevan bien con otras personas, trabajan cooperativamente, identifican estrategias para resolver problemas, saben cuándo y dónde pedir ayuda y están más motivados a aprender.

Dentro del desarrollo de las habilidades socioemocionales se propone cinco dimensiones: Autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía, y colaboración. Se considera que estas dimensiones dinamizan las interacciones entre los planos individual y social-ambiental creando y sosteniendo la posibilidad de aprender a ser, aprender a hacer, aprender a aprender y aprender a convivir.

**LA AUTONOMÍA:** Es la capacidad de la persona para tomar decisiones y actuar de forma responsable, buscando el bien para sí mismo y para los demás. Tiene que ver con aprender a ser, aprender a hacer y a convivir. El ejercicio de la autonomía implica poseer un sentido de **autoeficacia**, es decir, de confianza en las capacidades personales para manejar y ejercer el control sobre las situaciones que nos afectan y un sentido de agencia, es decir, de capacidad para llevar a cabo acciones que generen mayores oportunidades de vida para sí mismo y para los demás. La autonomía se logra a partir de desarrollo de habilidades tales como: Iniciativa personal, Identificación de necesidades y búsquedas de soluciones, Liderazgo y apertura, Toma de decisiones y compromisos, Autoeficacia.

**LA AUTORREGULACIÓN:** La autorregulación es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. La autorregulación implica modular los impulsos, y tolerar la frustración, perseverar en el logro de objetivos a pesar de las dificultades, aplazar las recompensas inmediatas, afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, manejar la intensidad y duración de los estados emocionales y lograr experimentar de forma voluntaria emociones positivas o no aflitivas. Para ello es fundamental aprender a mantener una atención plena sobre los propios pensamientos y **emociones**, para ser auténticos protagonistas de las conductas. La autorregulación se logra a partir de desarrollo de habilidades tales como: Metacognición, Expresión de las emociones, Regulación de las emociones, Autogeneración de emociones para el bienestar, Perseverancia.

**EL AUTOCONOCIMIENTO** implica conocerse y comprenderse a sí mismo, tomar conciencia de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno (**competencias emocionales**). También implica reconocer en uno mismo fortalezas, limitaciones y potencialidades, adquirir la capacidad de apreciar y agradecer, e identificar condiciones internas y externas que promueven el propio bienestar. El autoconocimiento se logra a partir de desarrollo de habilidades tales como: Atención, Conciencia de las propias emociones, Autoestima, Aprecio y gratitud, bienestar.



Institución Educativa Luis López de Mesa

"Líder en la Formación Integral de Estudiantes"



**LA EMPATÍA:** Como ideal de las relaciones humanas, la empatía ha sido concebida de muchas maneras, tratando de impulsar comportamientos de cooperación y convivencia positiva, unidos a la necesidad de ponerse en el lugar del otro para ser buenos ciudadanos. Requiere de las siguientes habilidades: Trato digno hacia otras personas. Reconocimiento de prejuicios asociados a la diversidad. Sensibilidad hacia personas y grupos que sufren exclusión o discriminación. Cuidado de otros seres vivos y de la naturaleza.

**LA COLABORACIÓN:** permite la resolución de problemas complejos que no pueden ser dilucidados por una sola persona y a crear respuestas coordinadas en los niveles profesional. Capacidades como la negociación, la resolución de conflictos, la toma de decisiones, la distribución de tareas, el saber escuchar a otros y la integración de las ideas en un todo coherente son herramientas que pueden desarrollarse sin importar la asignatura y que perdurarán toda la vida. Requiere de las siguientes habilidades: Comunicación asertiva. Responsabilidad Inclusión. Resolución de conflictos.

### TRABAJO EN EQUIPO

Hoy en día todas las organizaciones cuentan con una gran variedad de recursos siendo los recurso tecnológicos y humanos los más importantes, para ello se buscan un continuo mejoramiento del ambiente en que se rodean, para así alcanzar un aumento de productividad y rentabilidad, sin perder de vista el recurso humano y tecnológico. Todas estas forman parte de un conjunto de costumbres que se relacionan con un trabajo diario, como por ejemplo el trato que un jefe puede tener con sus subordinados, la relación entre el personal de la empresa e incluso la relación con proveedores y clientes, dado estos ejemplos para toda empresa son de suma importancia ya que forman parte de un ambiente laboral, costumbres, tener una buena relación entre jefatura y empleador. *Al trabajar con ética se requieren conductas que no signifiquen una contraposición por una lucha del bienestar de unos respecto de los demás.*

La palabra "equipo" implica la inclusión de más de una persona, lo que significa que el objetivo planteado no puede ser logrado sin la ayuda de todos sus miembros, sin excepción. Es como un juego de fútbol: todos los miembros del equipo deben colaborar y estar en la misma sintonía para poder ganar. El futbolista no debe jugar por sí solo, tiene que tomar en cuenta el hecho de que forma parte de un equipo. Solemos pensar que el trabajo en equipo sólo incluye la reunión de un grupo de personas, sin embargo, significa mucho más que eso. Trabajar en equipo implica compromiso, no es sólo la estrategia y el procedimiento que la empresa lleva a cabo para alcanzar metas comunes. También es necesario que exista liderazgo, armonía, responsabilidad, creatividad, voluntad, organización y cooperación entre cada uno de los miembros. Este grupo debe estar supervisado por un líder, el cual debe coordinar las tareas y hacer que sus integrantes cumplan con ciertas reglas.

### EL TRABAJO EN EQUIPO SE BASA EN LAS "5 C":

**Complementariedad:** cada miembro domina una parcela determinada del proyecto.

**Coordinación:** el grupo de profesionales, con un líder a la cabeza, debe actuar de forma organizada con vista a sacar el proyecto adelante.

**Comunicación:** el trabajo en equipo exige una comunicación abierta entre todos sus miembros, esencial para poder coordinar las distintas actuaciones individuales.

**Confianza:** cada persona confía en el buen hacer del resto de sus compañeros. Esta confianza le lleva a aceptar anteponer el éxito del equipo al propio lucimiento personal.

**Compromiso:** cada miembro se compromete a aportar lo mejor de si mismo, a poner todo su empeño en sacar el trabajo adelante.



**Institución Educativa Luis López de Mesa**

*"Líder en la Formación Integral de Estudiantes"*

