

# 9.4

## Desactiva la dificultad en una conversación

### Introducción

La condición de dificultad en una conversación proviene de dos fuentes, la primera deriva de la complejidad real del tema o de la posible solución y la segunda de las preconcepciones que construimos ante la inminencia de entablar esa conversación. Esas preconcepciones pueden relacionarse con el temor o enojo que provoca la situación o bien por la forma en que prejugamos la reacción del otro. En ambos casos la desactivación de la dificultad es posible a través de un cambio en la postura que asumimos orientándola hacia lo positivo, el desarrollo de la empatía y el reconocimiento de la valía del otro tanto en su perspectiva e historia como en su capacidad de reaccionar también de forma constructiva.

### ¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes apliquen estrategias para abordar conversaciones difíciles y resolver conflictos de manera constructiva.

### ¿Por qué es importante?

Porque el método de abordaje de una conversación difícil favorece en los estudiantes la comprensión de la importancia de la planeación consciente y ordenada de lo que se va a hacer ante ella.

### Concepto clave

Estrategias para desactivar la dificultad de una conversación

### Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

1 min. Grupal

### Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes que lean la introducción, la cita y *El reto es*.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo qué conocen sobre las **estrategias para desactivar la dificultad ante una conversación difícil**. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

8 min. Parejas

### Actividad 1

#### Análisis de caso.

- Pida al grupo que en parejas observen las imágenes y analicen el caso de cada una de las personas involucradas.

Ciencias experimentales

## 9.4 Desactiva la dificultad en una conversación

*"Escuchar a alguien implica dejar de imponer nuestra historia".*  
Enric Corbera.

Aunque existen temas complejos y situaciones desestabilizadoras, suele suceder que lo difícil de una conversación se encuentra en lo que pensamos sobre lo que aún no ha sucedido o en la postura que asumimos ante la tensión que genera por ejemplo, dar una noticia, pedir perdón o terminar una relación. Como todo eso está en la mente, puede ser desactivado evitando juicios, siendo empático, valorando la historia y postura de cada quien, y asumiendo la disposición para encontrar una solución.

**El reto es** aplicar estrategias para abordar conversaciones difíciles y resolver conflictos de manera constructiva.

**Actividad 1.**

a. En parejas, analicen la postura de los personajes de la siguiente historia:

Antes de irse a la escuela, Sofi le deja a su mamá un recado pegado en el refrigerador que dice: "Necesito hablar contigo, te busco en la tarde".



¿Qué le estará pasando a mi hija?  
¿Habrá reprobado?  
¿Tendrá alguna deuda?  
¿Estará consumiendo drogas?  
¿Qué voy a hacer?

Se va a poner muy contenta cuando sepa que me seleccionaron para participar en la Olimpiada de matemáticas.

b. Con base en la situación de Sofi, comenten las siguientes preguntas y en grupo compartan sus respuestas:

- ¿Por qué aparenta ser una conversación difícil para la madre?
- ¿Qué factores podrían haber influido en la reacción de la madre?
- Ante la sorpresa ¿Responderá con el entusiasmo que Sofi esperaba?
- ¿Cómo creen que termine la historia?

CONSTRUYE T [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)

Colaboración | 1

- Al terminar, solicite dos participaciones para que expongan las respuestas a las preguntas del caso.
- Comente el impacto negativo de los prejuicios y las ideas negativas en la planeación y realización del diálogo. Puntualizando cómo desactivar la dificultad de la conversación.

8 min. Parejas

### Actividad 2

Sugerencias de elementos de desactivación de la dificultad en una conversación.

- Pida a los estudiantes que en parejas lean la instrucción y los casos a analizar.
- Oriente la definición de elementos sugiriendo estrategias como la escucha empática, el respeto y la búsqueda de soluciones que beneficien a ambas partes.
- Promueva la participación del grupo para definir los elementos que pueden emplearse para desactivar la dificultad en una conversación.

1 min. Grupal

### Reafirmo y ordeno

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, puede comentar una conclusión breve o solicitar a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

### Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

### Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones. En *¿Quieres saber más?* encontrarán recomendaciones para manejar tus emociones y preparar la argumentación ante una conversación difícil.

Lección 9. Conversaciones difíciles

Desactiva la dificultad en una conversación

**Actividad 2.**

a. En parejas, para cada caso, sugieran una postura y propongan cómo desactivarían la dificultad de la conversación evitando juicios, empleando la empatía, el manejo de emociones, el reconocimiento de lo que siente la otra persona.

La novia de Pedro tiene 3 semanas de retraso, sospecha que está embarazada, está asustado y decide hablar con sus papás.	
María va a terminar hoy con su novio aunque él es lindo y la quiere, ella no está a gusto.	
Mauricio ve a la novia de su mejor amigo besándose con otro en una fiesta. Todos le dicen que no se meta y se quede callado pero no le parece justo y le va a decir a su amigo lo que vio.	

b. Compartan con el grupo sus propuestas y entre todos, con apoyo de su profesor, definan los elementos que les parecen útiles para desactivar la dificultad en una conversación.

**Reafirmo y ordeno**

Las ideas, los juicios y las emociones que se detonan antes de una conversación van a influir en la forma en que ésta se da. Si nos predisponemos a que sean difíciles, lo serán. Si en cambio, asumimos las dificultades que implica el tema, el hecho o sus efectos y nos posicionamos como facilitadores del diálogo desde la empatía, la búsqueda de soluciones y la creatividad, con la mente limpia, sin juicios y regulando las emociones ya no veremos lo difícil sino la posibilidad de lograr un acuerdo o de obtener el apoyo y la comprensión que necesitamos.

**Para tu vida diaria**

Reconoce en ti qué tanto te anticipas, juzgas y te tensas cuando estás frente a una conversación que aborda un tema complejo o que sabes que puede lastimar a la otra persona. Practica mantenerte neutral, tener clara la intención de lo que vas a decir y considerar lo que la otra persona siente y piensa.

**¿Quieres saber más?**

Ve el video ¿Cómo tener éxito en una conversación difícil? En el que encontrarás recomendaciones para manejar tus emociones y preparar la argumentación ante una conversación difícil. <https://www.youtube.com/watch?v=5t0R6rC3h8E>

**CONCEPTO CLAVE**

**Estrategias para desactivar la dificultad de una conversación:**

Quitar fuerza poder o impacto a lo que hace que una conversación sea difícil. Puede ser el tema, la propensión sobre la reacción de la otra persona o sobre las consecuencias del asunto a tratar.

2 | Colaboración

www.sems.gob.mx/construyet

## Aplicaciones para el aula y su vida diaria

### Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Presente al grupo un ejemplo derivado de una experiencia personal en la que logró **desactivar la dificultad de una conversación**.

Revise la explicación del *concepto clave* y el video recomendado en la sección *¿Quieres saber más?* de la variación del estudiante en la que encontrará recomendaciones para tener éxito en una conversación difícil.

### En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

### Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, 2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

## Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos 50 % de los estudiantes identificaron estrategias para desactivar la dificultad de una conversación.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					