

4.3

Ambiente de confianza y respeto

“Una regla de convivencia es el respeto a las diferencias, sin imponerse a otros sistemas de creencias, de valores, de ideas; donde cada cual encontrará su espacio de desarrollo, sin afectar a otras personas, sino juntas para avanzar en comunidad”.

Fina Sanz Ramón.

Para aprender a convivir pacíficamente es necesario reflexionar cómo respondemos al trabajo cotidiano en la casa, en la escuela o en otros espacios. Esto nos ayudará a darnos cuenta si colaboramos o no con las personas con las que compartimos.

La confianza y el respeto son indispensables para lograr relaciones basadas en este tipo de convivencia y ambientes de **seguridad psicológica**. En la medida en que estos aspectos estén presentes, es más fácil entablar relaciones simétricas, en las que no haya abuso ni sumisión y, por lo tanto, se busquen colectivamente formas de lograr objetivos y metas comunes.

El reto es explicar las características del trabajo colaborativo orientado al cumplimiento de metas comunes, a través de actividades y conversaciones en equipo.

Actividad 1.

Analiza las siguientes situaciones.



Situación 1

Salma llegó a su casa, está deseosa de contarle a su hermana lo que le pasó en la escuela. Su hermana está en la cocina y hacia allá se dirige Salma; comienza a hablarle a su hermana, pero ella está concentrada en uno de los cajones del refrigerador buscando unos mangos.



Situación 2

Salma llegó a su casa, deseosa de contarle a su hermana lo que le pasó en la escuela. Llama a su hermana, ésta acude y se pone frente a Salma, pero cuando Salma comienza a contarle, adopta una actitud indiferente ante la conversación, en ocasiones bosteza y hasta voltea a ver su celular.



Situación 3

Salma llegó a su casa, deseosa de contarle a su hermana lo que le pasó en la escuela. Se sienta junto a su hermana, quedando una frente a otra. Su hermana la escucha, deja a un lado su celular y hace preguntas para saber más detalles.

- Imagínate en las tres circunstancias y piensa cómo te sentirías en cada una. ¿En cuál te sentirías más cómoda?, ¿en qué situación crees que se favorece más la confianza y el respeto?, ¿por qué?

Actividad 2.

De manera grupal, realicen una lluvia de ideas en la que nombren qué acciones obstaculizan el desarrollo de la confianza y el respeto, y qué consecuencias tienen éstas. Propongan acciones que favorezcan la seguridad psicológica, convivencia, la confianza y el respeto con la intención de que se sientan más cómodos y seguros.

Reafirmo y ordeno

La confianza y el respeto implican un proceso de construcción que requiere una revisión de nuestras actitudes y, por lo tanto, desarrollar acciones a favor de conocer e interesarnos por las otras personas. Cuando las personas se interesan por conocerse, se promueve el aprecio y se aprende a integrar afectos; se desarrolla un clima seguro, con calidez emocional y reciprocidad. Ante estos ambientes las personas suelen sentirse más seguras y, por lo tanto, tienen más disposición para colaborar desde la confianza y el respeto.

Escribe en un minuto
qué te llevas de la lección

**Para tu vida diaria**

Analiza cómo te comunicas y tu forma de relacionarte con tus amistades, familiares o con otras personas cercanas. Recuerda que cuando analizas lo que haces, tienes posibilidades de modificar actitudes para desarrollar ambientes donde tú y las otras personas se sientan en confianza y se respeten mutuamente.

¿Quieres saber más?

Para desarrollar herramientas que favorezcan la escucha atenta, la comunicación efectiva, el trabajo colaborativo y, por lo tanto, los ambientes de confianza y respeto, te invitamos a conocer el manual “Comunicación efectiva y trabajo en equipo”. Puedes consultarlo en el siguiente enlace o buscarlo en tu navegador de internet.

http://descargas.pntic.mec.es/mentor/visitas/comunicacion_efectiva_trabajo_equipo.pdf

CONCEPTO CLAVE**Seguridad psicológica:**

Se refiere a las condiciones necesarias para que las personas puedan desarrollarse, sintiéndose apreciadas y respetadas. Para desarrollar espacios de seguridad psicológica es necesario procurar que se reconozcan las cualidades individuales y colectivas, que las personas se sientan escuchadas, trabajar la empatía y respetar la diversidad de identidades, entre otras condiciones.

GLOSARIO**Relaciones simétricas:**

Relaciones basadas en el equilibrio de poder, es decir, ambas personas se conocen y aprecian en tanto que reconocen que ambos tienen derechos y son dignos de cuidado. Este tipo de relaciones favorecen la seguridad psicológica y la erradicación de las violencias.