

9.5

El diálogo constructivo

“Ya no hay quien sepa el arte de la conversación, es decir, de la discusión. Conversar es entrar en el surco que ha trazado el otro, y proseguir en el trazo y perfección de aquel surco; diálogo es colaboración”.

Massimo Bontempelli.

Superar las conversaciones difíciles y aprender a dialogar de forma constructiva aún en situaciones de tensión, favorece la colaboración porque cuando se habla sin temores ni juicios y con empatía, se generan vínculos de aprecio y comprensión mutua, que facilitan la expresión de posturas, emociones, ideas o incluso la petición de un apoyo, dando lugar a la posibilidad de lograr una solución o un acuerdo que favorezca a ambas partes.

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

Actividad 1.

a. En parejas, analicen los siguientes diálogos del caso de Ana:

Ira. parte

Pedro: ¡Qué bueno que logramos terminar el proyecto!

Luisa: Sí, nos costó mucho trabajo pero lo logramos.

Ricardo: Lo malo es que Ana no hizo nada, no cooperó para las copias, no investigó lo que le tocaba, ni fue cuando nos reunimos por las tardes a hacer el prototipo.

Bertha: Es cierto y le van a poner la calificación que nosotros saquemos ¿Qué hacemos? ¿La borramos?

Luisa: Hablemos con ella, porque en realidad sólo nos molestamos y no supimos qué le había pasado. Ha faltado mucho.

Pedro: Pues tal vez le pase algo pero lo cierto es que no hizo nada con el equipo. No se me hace justo regalarle la calificación.

Ricardo: Yo hablaré con ella.

2da. Parte

Ricardo: Hola Ana ¿Cómo estás?

Ana: Bien, gracias.

Ricardo: Ya terminamos el proyecto del equipo pero no sabemos qué hacer porque no nos parece justo que te pongan la calificación que saquemos cuando no participaste.

Ana: Hagan lo que quieran.

Ricardo: ¿Está todo bien?

Ana: No, no está bien. Mi abuelita está muy grave y ella me ha cuidado desde que era niña, es como mi madre y tengo miedo de que se muera. La verdad ahorita no me importa nada.

Ricardo: Lo siento mucho. No sabíamos.

Ana: Nadie sabía.

Ricardo: ¿Te puedo ayudar en algo?

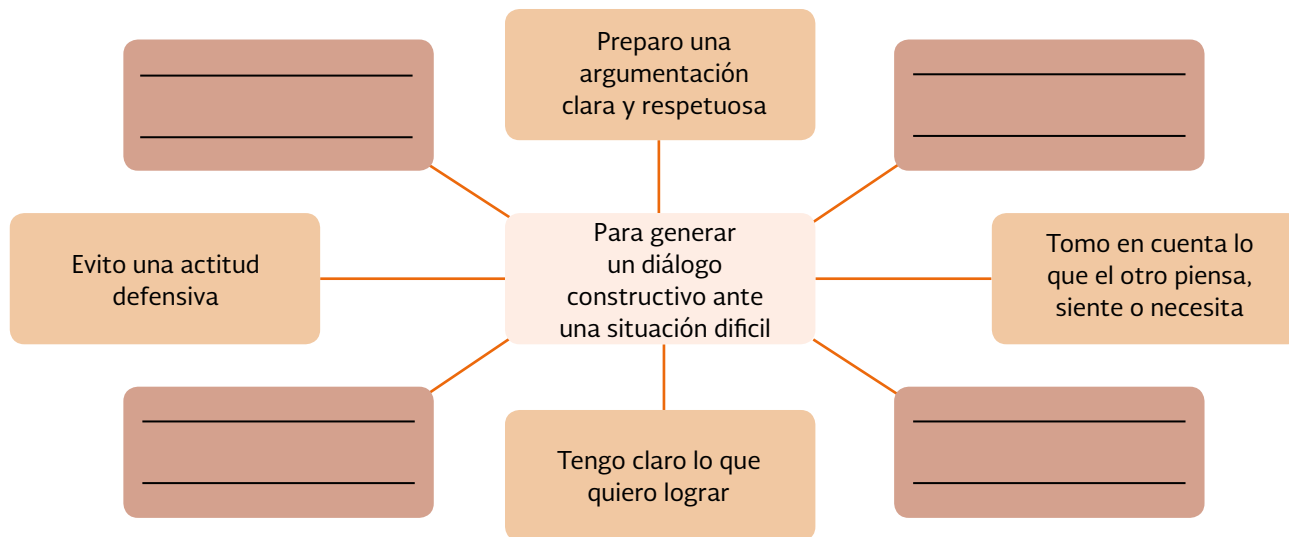
Ana: No, gracias. Perdón si te contesté mal, no se preocupen, voy a hablar con el maestro para explicarle y quizá me deje entregar un trabajo por mi cuenta.

b. Con base en el caso de Ana, comenten las siguientes preguntas:

- ¿Qué hizo Ricardo para transformar una conversación difícil en un diálogo constructivo? Enlisten los rasgos que identifican en su postura.
- ¿La postura de Pedro, Luisa y Bertha habría generado un diálogo constructivo o una conversación difícil?
- ¿Qué opinan de la reacción de Ana?
- ¿Por qué es importante considerar la historia del otro ante una conversación difícil?

Actividad 2.

- a. Tomando en cuenta lo que sabes sobre el trabajo colaborativo, las conversaciones efectivas, la regulación de emociones y la escucha generativa, completa el siguiente esquema y representen en qué consiste el diálogo constructivo:



- b. Comparte tu esquema con tus compañeros para que complementen los rasgos que incluyeron en él. Puedes exponerlo a tus compañeros.

Reafirmo y ordeno

Ante una conversación difícil, el diálogo constructivo es una herramienta que favorece la desactivación de la dificultad porque implica saber expresar, escuchar y comprender con una actitud que implica abrir la mente, el corazón y la voluntad. No se trata de aceptar sin discutir ni estar de acuerdo por compromiso sino respetar y hacer valer el derecho de todas las personas a decir lo que piensan y a ser escuchadas bajo la consideración de que cada uno y sus argumentos son igualmente válidos que los de los demás.



Para tu vida diaria

Pon en práctica el diálogo constructivo en todas las conversaciones que te parezcan difíciles en la escuela, con tu familia, entre tu grupo de amistades y con tu pareja. Al tener un diálogo constructivo haces más fuertes los lazos que te unen con tus seres queridos.

¿Quieres saber más?

Revisa el video “El cerebro empático, el poder de los gestos” en el cual explica las partes del cerebro que se utilizan al ser empático y durante una conversación constructiva. Lo puedes encontrar en: <https://www.youtube.com/watch?v=UGBiCCaybR8>

CONCEPTO CLAVE

Diálogo constructivo: Es una conversación respetuosa, basada en la escucha activa y en el respeto, consideración de validez y comprensión de las opiniones de ambas partes.