

# Capacidades y competencias para la vida

## Relaciones interpersonales asertivas

**UNA PROPUESTA DE FORMACIÓN HUMANA  
PARA ENFRENTAR LOS RETOS DE LA VIDA**



## **FE Y ALEGRÍA COLOMBIA**

**Víctor Murillo Urraca**

Director Nacional

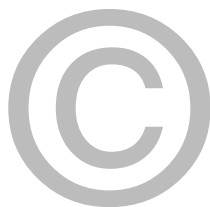
**Jaime Benjumea Pamplona**

Coordinador General del Proyecto

**Amanda J. Bravo H.**

**Claudia Marcela Vega G.**

Autoras



**César Bejarano**

Diseño gráfico

**Corcas Editores S.A.S.**

Impresión

### **Módulo de Relaciones interpersonales asertivas**

Fe y Alegría autoriza la reproducción parcial de los textos que aquí se publican con fines pedagógicos, trabajos social y/o comunitario, siempre y cuando reconozcan créditos a Fe y Alegría sobre los mismos. La reproducción comercial con ánimo de lucro, está prohibida parcial y totalmente, de conformidad con las normas legales vigentes.

© Fe y Alegría Colombia

Carrera 5 No. 34-39 - Bogotá, D.C.

Teléfono 3209360

Página web: [www.feyalegria.org.co](http://www.feyalegria.org.co)

E-mail: [dinral@feyalegria.org.co](mailto:dinral@feyalegria.org.co)

Primera edición

Impreso en Bogotá, Colombia. Noviembre 2015.



# Unidadtres

**Herramientas para practicar relaciones  
interpersonales asertivas en nuestra vida diaria**

# RESPETÓMETRO

*Respetómetro*



## Relaciones interpersonales asertivas

### Taller 1: respetómetro (adaptado de Bravo y Martínez, 2003)

#### Objetivo del taller

- 👤 Niñas y niños identifican la práctica del respeto a las ideas, sentimientos y deseos propios y de las demás personas, como parte de las relaciones interpersonales asertivas.

#### Recursos de apoyo

- 👤 Material reciclable
- 👤 Pegamento, cinta adhesiva
- 👤 Tijeras
- 👤 Lanas
- 👤 Papel de colores
- 👤 Cartulinas en octavos y dieciseisavos

#### Evidencias de participación en el proceso de aprendizaje

- 👤 Respetómetro
- 👤 Apuntes en el cuaderno de los temas trabajados en el taller
- 👤 Registro de mediciones realizadas con el “Respetómetro”

#### Actividad inicial

- 👤 Nos organizamos en círculo y cada niña y niño comparte la mano que elaboraron con su familia, explican qué representa y acuerdan ubicarla en un espacio del salón para recordarles su acción-compromiso.
- 👤 Conversamos con el grupo sobre los beneficios que les ha traído poner en práctica la asertividad y el buen trato en sus relaciones interpersonales.

## Relaciones interpersonales asertivas

### Actividad central



Organizamos grupos y repartimos tres dieciseisavos por cada grupo para que luego de dialogar elijan tres palabras que tienen que ver con el significado de la palabra RESPETO. Cuando terminan colocan sus palabras en el espacio designado para ello, eliminan aquellas que se repiten y entre todas y todos construimos una definición de *respeto*.



**Para retroalimentar:** mencionamos que esta palabra, *respeto*, tiene que ver con la consideración y la valoración de las personas, la aceptación de su singularidad, la salvaguarda de sus derechos. También se usa para significar que se siguen algunos protocolos en el trato a las personas (*cortesía*) y para hacer notar que lo que se hace está de acuerdo a las normas y leyes.



A continuación, invitamos a las niñas y a los niños a imaginar un artefacto que les permita medir “el respeto en el trato entre las personas”, al que podemos llamar “respetómetro”. Seguidamente, organizamos grupos y con los materiales dispuestos para este encuentro les pedimos que diseñen este instrumento que pueda aplicarse a las relaciones entre las personas y las relaciones con la naturaleza teniendo en cuenta al menos las siguientes características:

- Un detector del nivel de respeto que tenemos hacia nuestra propia persona, nuestras ideas, sentimientos y deseos.
- Un medidor del nivel de respeto por las ideas, sentimientos y deseos de las demás personas cuando están en medio de relaciones de distinto tipo.
- Un señalador de nuestro compromiso con el cuidado hacia la naturaleza cuando nos relacionamos con ella.

### Actividad de cierre



Cada grupo comparte sus creaciones y las emplean con ejemplos concretos que las personas mediadoras traeremos para ejercitarlos. Ejemplo: medir el trato asertivo de las niñas y los niños en el momento de recreo.



Conversamos sobre la relación que tiene el ser personas respetuosas y el ser al mismo tiempo personas que nos relacionamos asertivamente.



*Relaciones interpersonales asertivas***Actividad de refuerzo**

En el grupo acuerdan rotar su instrumento de medición para probarlo en situaciones de la familia. Registran sus mediciones en su cuaderno del proyecto, para lo cual pueden apoyarse en el siguiente esquema.

Situación	Nivel de respeto por las propias ideas, los propios sentimientos y los propios deseos	Nivel de respeto por las ideas, sentimientos y deseos de las demás personas	Nivel de cuidado hacia la naturaleza cuando actuamos

