

Successful Communication

INDIVIDUAL ACTIVITY- Please answer the following questions.

1) What type/s of communication do you feel you do well (physical, verbal or written)?

2) Think about a conversation you have had or are going to have, where you did or will communicate your beliefs or emotions. Answer the following questions related to the conversation:

-What is/was your goal in the conversation?

-How are you feeling about the conversation?

-What is something that will help or helped? What is something that didn't help or won't help?

-How did or how can you show respect with your physical communication during the conversation?

3) On a scale of 1-10 (with 1 being "tons of room for improvement" and 10 being "really successful, no improvement needed"), how would you rate your communication skills?

DISCUSSION- Please participate in a group discussion according to your teacher's instructions. Please remember to be thoughtful and kind, and refrain from using names.

POST: Choose one situation (from the list below, or from your own life) where communication is key.

Situations:

- a friend does something hurtful to you
- you are in a disagreement with a parent
- you would like to talk to a teacher or adult about something hard for you to talk about

For this situation, what is one tip you'd give for making that conversation successful? The tip can either be from the video lesson or something you learned from your own successful conversations in the past. Post both your situation and your tip.

Example: "If you are disagreeing with a parent, it's best to wait until you have calmed down to discuss the issue."

REPLY: Reply to one classmate's tip that you find helpful and let them know.

Example: "That's a good one for me to remember, as talking when I am really angry doesn't go well."

Comunicación Exitosa

ACTIVIDAD INDIVIDUAL: Favor de responder las siguientes preguntas.

1) ¿Qué tipo/s de comunicación sientes que haces bien (física, verbal o escrita)?

2) Piensa en una conversación que has tenido o vas a tener, donde has comunicado o comunicarás tus creencias o emociones. Responde las siguientes preguntas relacionadas con la conversación:

¿Cuál es/era tu objetivo en la conversación?

¿Cómo te sientes acerca de la conversación?

¿Qué es algo que ayudará o ayudó?

¿Qué es algo que no ayudó o no ayudará?

¿Cómo mostraste o cómo puedes mostrar respeto con tu comunicación física durante la conversación?

3) En una escala del 1 al 10 (siendo 1 "mucho espacio para mejorar" y 10 "realmente exitoso, no se necesita mejora"), ¿cómo calificarías tus habilidades de comunicación?

DISCUSIÓN: Participa en una discusión grupal según las instrucciones de tu profesora/a. Recuerda ser amable y respetuoso/a, y evita usar nombres.

PUBLICAR: Elige una situación (de la lista a continuación, o de tu propia vida) donde la comunicación es clave.

Situaciones:

- un/a amigo/a te hace algo hiriente
- estás en un desacuerdo con un padre
- te gustaría hablar con un/a profesor/a o adulto/a sobre algo que es difícil para ti discutir

Para esta situación, ¿cuál es un consejo que darías para hacer esa conversación exitosa? El consejo puede ser del video de la lección o algo que aprendiste de tus propias conversaciones exitosas en el pasado. Publica tanto tu situación como tu consejo.

Ejemplo: "Si estás en desacuerdo con un padre, es mejor esperar hasta que te hayas calmado para discutir el asunto."

RESPONDER: Responde al consejo de un/a compañero/a que encuentres útil y hazle saber.

Ejemplo: "Ese es bueno para que yo lo recuerde, ya que hablar cuando estoy realmente enojado/a no va bien."