

*Reconocer los distintos niveles de comunicación de la vida cotidiana para construir vínculos verdaderos.*

**OBJETIVO**



Vamos a profundizar la experiencia de la comunicación, buscar darnos cuenta de cómo nos comunicamos según las distintas circunstancias, descubrir hasta que punto dejamos o no de manifestar nuestro interior.

**DE A DOS**



1. El animador pedirá a los participantes que se ubiquen de a dos, sentados o parados pero enfrentados con la siguiente consigna: **cada uno hablará sobre lo que hizo durante la semana pero simultáneamente, al mismo tiempo y sin parar, durante un minuto.**



2. Luego, el animador dará por finalizada la actividad y pedirá a cada pareja que dialogue a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué pasó?
- ¿Qué escucharon?



**DE A CUATRO.** El animador distribuirá una bolsita conteniendo papeles escritos con diversos temas como: televisión, fútbol, política, música, contaminación, escuela, paz mundial, jóvenes, sida, noviazgo, divorcio, moda... Por turno, los participantes sacarán un papel e improvisarán una charla sobre el tema que les toque en suerte durante un minuto.



**PLENARIO**

¿Cómo fue la experiencia de haber hablado frente al grupo durante un minuto de un tema determinado sin previo aviso?



**TRIOS.** Para profundizar el tema trabajaremos en grupos de tres integrantes. Nuevamente el animador entregará una bolsita con papelitos en donde figuren las siguientes frases para completar y compartir a medida que van saliendo las consignas:

- Un defecto personal ...
- La pena más honda de mi vida ...
- Mi aspiración para el futuro es ...
- Mi última alegría fue ...
- Lo que me preocupa es ...
- Me deprimó cuando ...
- Lo que más miedo me da ...
- No hay cosa más linda que ...
- Algo que no he podido olvidar es ...



**PLENARIO.**

¿Cómo se sintieron?  
¿Qué nos sugiere?

**APORTE A LA REFLEXION.** El animador presenta un afiche a todo el grupo, donde se explican los distintos niveles de comunicación. **Nivel 1:** Cada vez que respondemos o hablamos de un modo superfluo y sin aportar cosas personales. **Nivel 2:** Cada vez que compartimos algo personal pero "hasta ahí", nos guardamos cosas, nos involucramos poco. Generalmente se comparten pensamientos u opiniones. **Nivel 3:** Compartimos información y también sentimientos personales, tal vez lo que guardamos en lo profundo.



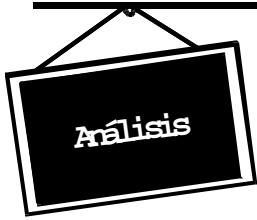
## PASTORAL JUVENTUD DE LA DIOCESIS DE SAN ISIDRO



**TRIOS.** Luego, el animador propone retomar la experiencia en los mismos tríos para ver el nivel de nuestra comunicación:



**¿En qué nivel identificamos las respuestas que dimos?  
¿Cómo fueron frente a los distintos temas?**



**PLENARIO.**

**¿Qué diferencias encuentran entre el primero y segundo ejercicio (de la descripción)?**



**¿De qué manera pueden variar los distintos niveles de comunicación? ¿Por qué?**

**¿Hay alguno de estos niveles de comunicación que sea más importante que otro?**

**APORTE A LA REFLEXION.** (En un afiche o en fotocopias para los integrantes del grupo)

1. Todos los niveles de comunicación son válidos, lo importante es descubrir que nos comunicamos en estos tres niveles según las distintas situaciones que se nos presente y quién sea nuestro interlocutor.
2. Hablar mucho no siempre es expresar todo, lo más profundo.
3. Permanecer en silencio es importante para la reflexión interior, pero muchas veces implica no comprometerme, no me involucro.
4. La comunicación es importante no sólo para conocer al otro sino en el conocimiento personal, descubriendo que soy capaz de comunicar las cosas más profundas, lo mío.
5. Reconocer que cuesta abrirse, a veces lo vivimos como una exigencia que nos agobia y hablo sólo para cumplir o salir del paso, lo importante es descubrir que el grupo va ayudarnos a que esto se logre para un mayor enriquecimiento.
6. Es fundamental la disposición del corazón tanto para dar como para recibir.
7. Vamos a tener distintos momentos, según los temas o las actividades donde también sean distintos los niveles de comunicación.
8. Cuanto mayor amor existe, se logra también una mayor comunicación.



Para este momento proponemos un rato de silencio. **"Ponete frente a Dios y mirá cómo es tu forma de comunicarte con los demás... y con ÉL** Nuestro nivel de comunicación con Dios es siempre nivel 3, aunque a veces intentemos hacernos los distraídos. A Dios no hay forma de venderle una falsa imagen".

Sin cortar el clima y después de un par de minutos el animador lee el **Salmo 138.**

**"¿cuál es la frase que me llamó la atención del salmo?... la repito varias veces en silencio".**

Luego el animador continúa con preguntas para la reflexión personal: "¿Cuándo siento mayor dificultad para comunicarme con Dios?... ¿Desde dónde Dios nos invita a estar en comunicación con los demás? ...Dios te invita a comunicarte con el otro desde el corazón, desde la interioridad".

El animador pone sobre el tapete el cartel que dice:

**"Conoce Señor, mi corazón"**

El animador invita a expresar "aquello que quisiéramos pedirle al Señor"



Finalmente cantamos

**"Te agradezco, Señor tu palabra"**

Te agradezco, Señor, tu palabra  
te agradezco tu Verbo de amor,  
meditar en silencio tus cosas  
aprender lo que es el amor.

Te agradezco tu vivo silencio  
este rato para hablar con Vos;  
encarnarme en tu sabiduría,  
y vivir tu Palabra, Señor.

Gracias, gracias, gracias, Señor  
gracias, gracias, gracias, Señor.