

ACTIVIDADES para establecer CPA y facilitar la indagación y la reflexión



DIMENSIÓN RELACIONAL

Sentando las bases: Construyendo confianza y colaboración en
nuestra CPA

LeaFaP

Leading and Facilitating Professional Learning Communities
in Schools towards an Inquiry-based and Reflective Practice
KA220-SCH - Cooperation partnerships in school education

Dimensión relacional	
1. Título de la actividad	Construyendo conexiones: Actividad inicial para fortalecer las relaciones interpersonales y la colaboración entre los miembros de una CPA
2. Duración	120 minutos
3. Experiencia previa en la CPA	Participantes que comienzan en una CPA.
4. Objetivos de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Promover la competencia relacional en el lugar de trabajo, enfatizando su importancia para liderar, gestionar relaciones, comunicación efectiva y mantener conexiones saludables con los miembros de la CPA para cooperar y resolver conflictos a través de un enfoque de reflexión crítica y basado en la indagación. ✓ Fomentar la práctica reflexiva individual como recurso previo para fomentar el diálogo y la cooperación dentro de una CPA. ✓ Identificar las fortalezas y áreas de mejora entre los miembros de la CPA a través de la comunicación efectiva, la expresión clara de ideas y sentimientos, así como la escucha activa en el grupo y en las interacciones personales. ✓ Fomentar la empatía entre los miembros del equipo promoviendo la comprensión y el reconocimiento de las emociones y perspectivas de los demás. ✓ Mejorar las habilidades de manejo de conflictos, capacitando a los facilitadores para resolver desacuerdos de manera constructiva, evitar tensiones y promover soluciones mutuamente beneficiosas. ✓ Fomentar la cooperación y el trabajo en equipo, promoviendo una colaboración respetuosa que valore las ideas y contribuciones de cada miembro del grupo. ✓ Desarrollar la flexibilidad interpersonal, cultivando la empatía para adaptarse a diversos contextos, estilos relacionales y necesidades afectivas en entornos educativos de manera respetuosa.
5. Descripción de la actividad	<p>Esta propuesta consta de tres actividades, cada una con una duración determinada. Se recomienda realizarlas de manera consecutiva, lo que sumaría un total de 120 minutos. En su conjunto, integra la indagación y la reflexión crítica dentro de una Comunidad Profesional de Aprendizaje (CPA) para mejorar las relaciones y las prácticas educativas. Al final de las tres actividades, se lleva a cabo una fase de implementación y evaluación continua.</p> <p>Actividad 1: Indagación y exploración del contexto (<i>Tiempo estimado: 35 minutos</i>) El objetivo es desarrollar habilidades de comunicación efectiva y empatía mediante la exploración de las experiencias pasadas de los participantes. Los facilitadores, organizados en pequeños grupos, discuten experiencias previas con la comunicación (en un contexto educativo). A través de preguntas basadas en indagaciones, identifican los elementos de una comunicación efectiva y los obstáculos a los que se enfrentan. Después de eso, comparten y reflexionan en una discusión plenaria (RECURSO 1). Es esencial crear un ambiente cómodo y relajado que fomente la indagación, la escucha activa y la comunicación clara y empática, fomentando la comprensión de diferentes perspectivas dentro del equipo.</p> <p>Actividad 2: Reflexión crítica sobre la gestión de conflictos (<i>Tiempo estimado: 35 minutos</i>) Esta actividad fortalece las habilidades de gestión de conflictos a través de la reflexión crítica sobre situaciones pasadas, facilitando el desarrollo de nuevas prácticas para la resolución constructiva de conflictos. Se presenta una situación hipotética sobre un conflicto dentro del equipo. Los facilitadores reflexionan individualmente sobre cómo lo manejarían. Luego, discuten varias estrategias para abordarlo de manera constructiva. Las preguntas reflexivas se utilizan para evaluar patrones de comportamiento y generar alternativas más efectivas (RECURSO 2).</p> <p>Actividad 3: Construcción Colectiva de Nuevo Conocimiento (<i>Tiempo estimado: 30 minutos</i>) Una actividad colaborativa está diseñada para fomentar la cooperación. El objetivo es trabajar en equipo y ajustar las soluciones creadas para mejorar las relaciones profesionales, promoviendo el desarrollo colectivo de nuevas prácticas. Los facilitadores, en equipos, diseñan una actividad para mejorar el clima relacional de su contexto educativo, integrando las habilidades desarrolladas en las fases</p>

	<p>anteriores (comunicación, empatía, gestión de conflictos). Finalmente, cada equipo presenta su propuesta al grupo, adaptándola en función del feedback recibido.</p> <p>Fase de Implementación y Evaluación Continua (Tiempo estimado: 20 minutos)</p> <p>Esta última fase pretende promover un ciclo de acción-reflexión para la mejora continua de las prácticas relacionales. Los facilitadores pueden implementar planes colaborativos en sus equipos, que luego serán analizados en una sesión de reflexión. Como actividad final, se crea un cartel donde cada miembro responde preguntas que resumen el proceso y ofrece alternativas. La dinámica es la siguiente: Primero, unos minutos para pensar y escribir sus respuestas en notas adhesivas, luego cada persona las coloca en el espacio reservado en el cartel. Finalmente, las respuestas se discuten de manera reflexiva y colectiva, con un enfoque en la identificación de áreas de mejora (RECURSO 3).</p> <p>Conclusión</p> <p>A través de sus diversas fases, esta actividad integra la indagación y la reflexión crítica para potenciar las relaciones interpersonales y fomentar un enfoque colaborativo en la transformación de las prácticas profesionales mediante el desarrollo de habilidades relacionales. Los participantes podrán mejorar sus interacciones en equipo, así como sus habilidades de liderazgo y gestión.</p>
<p>6. Dimensiones de la CPA abordadas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Competencia relacional. ✓ Aprendizaje y conocimiento compartidos. ✓ Indagación y reflexión. ✓ Dimensión colaborativa. <p>En resumen, es fundamental trabajar en estrategias para generar confianza y empatía en entornos grupales, ya que fomentan relaciones interpersonales positivas. Las habilidades interpersonales, como la empatía y el respeto, deben demostrarse a través del lenguaje verbal y no verbal, mientras se responde adecuadamente a las señales emocionales de los miembros del grupo. Se deben implementar actividades que promuevan el respeto y la apertura dentro de la Comunidad Profesional de Aprendizaje (CPA), junto con la creación y el mantenimiento de un espacio seguro para todos los miembros. Por otro lado, se promoverá una cultura colaborativa, fomentando la escucha activa, la comunicación interpersonal y fomentando la cooperación.</p>
<p>7. Resultados de aprendizaje para las y los participantes</p>	<p><u>¿Qué conocimientos desarrollarán los participantes?</u></p> <p>Los participantes desarrollarán una comprensión inicial de la competencia relacional, centrándose en la comunicación efectiva, la empatía, la gestión constructiva de conflictos y la valoración de diversas perspectivas. También aprenderán estrategias de reflexión crítica para identificar patrones de comportamiento en equipo y explorar alternativas de resolución de conflictos.</p> <p>Así, los resultados de aprendizaje para cada una de las dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia relacional: <ul style="list-style-type: none"> - Juego de roles para practicar la empatía, la resolución de conflictos y la comunicación efectiva. - Ejercicios de autoconciencia y gestión emocional para mejorar las habilidades relacionales. • Aprendizaje y conocimiento compartidos: <ul style="list-style-type: none"> - Grupos de trabajo donde cada miembro aporta sus conocimientos y experiencia. • Investigación y reflexión: <ul style="list-style-type: none"> - Preguntas socráticas (preguntas abiertas) para fomentar la reflexión profunda. - Revista reflexiva sobre experiencias y aprendizajes para el análisis crítico. • Escucha activa: <ul style="list-style-type: none"> - Técnica de paráfrasis para asegurar una correcta comprensión. - Tiempo de palabra dedicado para cada persona sin interrupciones. • Comunicación interpersonal: <ul style="list-style-type: none"> - Comunicación no violenta para expresar emociones y necesidades sin juzgar. - Comentarios constructivos para ofrecer una guía útil para la mejora. • Cooperación:

	<ul style="list-style-type: none"> - Aprendizaje basado en proyectos, distribuyendo tareas y responsabilidades. <p><u>¿Qué habilidades desarrollarán los participantes?</u></p> <p>Los participantes mejorarán habilidades clave como: la capacidad de escuchar activamente, la empatía, el manejo de conflictos y la comunicación clara. También adquirirán habilidades de reflexión crítica para adaptar sus enfoques en función de dinámicas y retos grupales.</p> <p>Habilidades según dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia relacional: <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar la empatía. - Gestión de conflictos en las interacciones grupales. • Aprendizaje y conocimiento compartidos: <ul style="list-style-type: none"> - Adaptar enfoques basados en dinámicas de grupo y desafíos. - Mejorar el trabajo en equipo a través de la reflexión y la adaptación. • Investigación y reflexión: <ul style="list-style-type: none"> - Reflexión crítica sobre las prácticas personales. - Análisis de dinámicas de grupo y ajuste de estrategias. • Escucha activa: <ul style="list-style-type: none"> - Escucha activa mejorada para una comunicación más efectiva. • Comunicación interpersonal: <ul style="list-style-type: none"> - Practicar una comunicación clara y efectiva. - Utilizar herramientas para expresar ideas y resolver conflictos. • Cooperación: <ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la capacidad de colaboración en equipo. <p><u>¿Qué actitudes desarrollarán los participantes?</u></p> <p>Los participantes adquirirán actitudes de apertura y respeto hacia diversas opiniones y experiencias, fomentando un ambiente inclusivo y colaborativo. También desarrollarán una disposición para la autorreflexión y la mejora continua, así como una actitud proactiva hacia la resolución de conflictos.</p> <p>Actitudes según dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia relacional: <ul style="list-style-type: none"> - Respeto por las diversas opiniones y experiencias. - Actitud proactiva hacia la resolución de conflictos. • Conocimiento compartido: <ul style="list-style-type: none"> - Compromiso con el aprendizaje colectivo. - Actitud inclusiva que promueva la colaboración. • Investigación y reflexión: <ul style="list-style-type: none"> - Disposición para la autorreflexión constante. - Actitud crítica hacia la dinámica de grupo. • Escucha activa: <ul style="list-style-type: none"> - Escucha abierta y atenta, valorando las aportaciones de los demás. - La empatía como base de la escucha activa. • Comunicación interpersonal: <ul style="list-style-type: none"> - Comunicación clara y asertiva de ideas y emociones. - Expresión respetuosa de opiniones, creando un espacio seguro para todos. • Cooperación: <ul style="list-style-type: none"> - Actitud colaborativa, priorizando el éxito del equipo por encima de los intereses individuales. - Disposición para adaptarse a las necesidades y retos del grupo, trabajando para fortalecer la cohesión y eficacia del equipo.
8. Formato de actividad	Actividades individuales, en pareja y en grupo.
9. Materiales y Recursos	<p>Recurso 1: Tabla de preguntas de indagación.</p> <p>Recurso 2: Tabla de preguntas reflexivas sobre comportamientos.</p> <p>Recurso 3: Reflexionando sobre nuestras prácticas: Más, Menos, Comenzar, Detener y Seguir haciendo.</p>

10. Espacio y preparación	Las sillas y mesas de la sala se dispondrán en círculo para facilitar la comunicación oral y visual. También se proporcionarán a los participantes, las herramientas en hojas fotocopiadas.
11. Dimensiones de inclusión	<p>La dimensión de la inclusión se desarrolla de manera integral a lo largo de las fases y actividades descritas, centrándose en garantizar que todas las voces y perspectivas sean valoradas, respetadas y consideradas.</p> <p>La participación equitativa garantiza que todos los facilitadores expresen sus ideas al tiempo que valoran las diversas perspectivas para fomentar el entendimiento mutuo. La escucha activa y la empatía ayudan a que cada miembro se sienta respetado, y la gestión de conflictos se aborda de forma inclusiva y colaborativa.</p> <p>La creación colectiva y la adaptabilidad integran todas las voces en la toma de decisiones, mientras que la reflexión crítica ayuda a identificar y transformar las posibles exclusiones. Por último, la retroalimentación constructiva promueve una cultura de aprendizaje y mejora continua.</p>
12. Promoción de valores y prácticas democráticas	<p>En la actividad de indagación y reflexión descrita se desarrollan varios valores y prácticas democráticas imprescindibles para el trabajo en equipo y el ámbito educativo. A continuación, se presentan algunos de estos valores y prácticas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Participación activa y equidad. 2. Escucha activa y diálogo. 3. Empatía y respeto a la diversidad. 4. Resolución pacífica de conflictos. 5. Cooperación y construcción colectiva. 6. Reflexión crítica y responsabilidad. 7. Transparencia y retroalimentación constructiva.
13. Adaptación para las CPA digitales	<p>Para este formato, se debe establecer una sesión virtual utilizando una plataforma como Webex, Zoom, Meet, etc. Esta sesión general puede vincularse a pequeñas salas de reuniones para trabajar en equipos más pequeños.</p> <p>Para mostrar los resultados, se pueden utilizar herramientas interactivas de "tablón de anuncios" como Padlet, Microsoft Whiteboard, Lucid Spark, etc.</p>
14. Referencias y fuentes sugeridas	Documentos de proyecto creados: Informes, Resultados, Guía. Las herramientas son de creación propia.
15. Apéndice	Sí Consulte los recursos que se detallan a continuación.

APÉNDICE

Recurso 1: Tabla de preguntas de indagación

La siguiente tabla proporciona cinco posibles preguntas de indagación para facilitar la Actividad 1: Indagación y Exploración del Contexto.

La idea es que cada participante les responda individualmente y luego comparta sus respuestas tal y como se explica en el desarrollo de la fase. Estas preguntas ayudarán a los participantes a reflexionar sobre sus experiencias de comunicación, empatía y gestión emocional, permitiéndoles identificar áreas de mejora y desarrollar habilidades clave en su competencia relacional.

RECURSO 1: TABLA DE PREGUNTAS DE INDAGACIÓN		
PREGUNTA	FOCO	RESPUESTA
¿Cómo te sentiste cuando intentaste comunicar una idea importante en un contexto educativo o laboral, y cómo crees que esa emoción impactó la efectividad de tu comunicación?	Explora la conexión entre las emociones y la comunicación efectiva.	
¿Qué obstáculos encontraste al tratar de entender los puntos de vista de los demás en esa situación? ¿Qué crees que podrías haber hecho para mejorar la comprensión mutua?	Estudia con más detalle los desafíos de practicar la empatía en la comunicación	
¿Cómo reaccionó la gente a tu mensaje en esa situación? ¿Había alguna diferencia entre lo que querías expresar y lo que los demás entendían?	Reflexiona sobre posibles malentendidos y cómo mejorar la claridad del mensaje	
¿Qué estrategias utilizaste para manejar las emociones (tuyas o de los demás) durante la interacción? ¿Crees que fueron efectivos? ¿Por qué?	Investigar la gestión emocional y su impacto en la comunicación	
Cuando escuchaste las perspectivas de los demás, ¿cómo influyó en tu enfoque de la conversación? ¿Qué aprendiste sobre el valor de la escucha activa en esa situación?	Explora el papel de la escucha activa en el fomento de la comprensión empática.	

Recurso 2: Tabla de preguntas reflexivas sobre comportamientos

La siguiente tabla proporciona tres posibles preguntas de indagación para facilitar la Actividad 2: Reflexión crítica sobre la gestión de conflictos. La idea es que cada participante les responda individualmente y luego comparta sus respuestas tal y como se explica en el desarrollo de la fase.

HERRAMIENTA 2: TABLA DE PREGUNTAS REFLEXIVAS SOBRE COMPORTAMIENTOS		
PREGUNTA	FOCO	RESPUESTA
¿Cuáles fueron las reacciones o patrones de comportamiento que observaste en ti mismo o en otras personas durante el manejo de conflictos anterior, y cómo influyeron esos comportamientos en la resolución del conflicto?	Identificación de patrones: Facilitar a los participantes el reconocimiento de sus propias conductas y las de sus compañeros en la gestión de conflictos.	
¿Qué estrategias o enfoques podrías haber utilizado para abordar el conflicto de manera más constructiva y cómo podrían haber impactado estos cambios en las relaciones dentro del equipo?	Exploración de alternativas: Anime a los facilitadores a considerar nuevas estrategias para abordar los conflictos de manera constructiva y a reflexionar sobre cómo estos cambios pueden mejorar las relaciones del equipo.	
¿Qué prácticas de comunicación y escucha activa podrías implementar en situaciones futuras para prevenir la escalada de conflictos y promover un ambiente colaborativo?	Fomentar la comunicación efectiva: Fomentar la adopción de prácticas de comunicación y escucha activa para prevenir futuros conflictos y crear un entorno colaborativo y positivo.	

Recurso 3: Reflexionar sobre nuestras prácticas: más (de), menos (de), empezar, parar y seguir haciendo

Esta dinámica corresponde a la Fase de Implementación y Evaluación Continua: Implementación y Evaluación Continua, donde se facilita el enfoque reflexivo y de mejora continua a través de una serie de indicaciones en forma de inicios de frases. Cada participante considera individualmente estas indicaciones y luego escribe sus respuestas en notas adhesivas de colores.

Los participantes tienen 10 minutos para pensar y escribir sus respuestas en las notas adhesivas. Una vez escritas las respuestas, cada participante coloca sus notas en el espacio designado en el póster (lo que dura unos 5 minutos). Finalmente, las respuestas se discuten de manera reflexiva y colectiva, con el objetivo de identificar áreas comunes de mejora y reforzar los puntos positivos. Las indicaciones son las siguientes:

- Más de...
- Menos de...
- Empieza a hacer...
- Deja de hacer...
- Sigue haciendo...

Cada respuesta a las indicaciones será pensada individualmente por los participantes y escrita en notas adhesivas, que pueden ser de varios colores dependiendo de las preguntas o indicaciones.

El formato del cartel donde se colocarán las notas adhesivas es el siguiente:

(Aquí, se puede incluir un diseño o esquema visual para separar secciones para cada indicación, lo que facilita la colocación de las respuestas).



Leafap

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Co-funded by
the European Union

Erasmus+

Enriching lives, opening minds.

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.