ACTA No. 8

NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Octava actividad de educación para la promoción de la salud y prevención de la violencia intrafamiliar: COMUNICACIÓN ASERTIVA

CIUDAD Y FECHA: Belalcázar 10/11/2025	**HORA DE INICIO: 1:30 PM 4:00 PM**	**HORA FIN: 3:30PM 6:00PM**
LUGAR:	• **Una vivienda particular, donde participaron 10 personas.** • **Una vivienda particular, donde participaron 10 personas.**	

TEMAS:
Comunicación asertiva, escucha activa, expresión emocional adecuada, resolución pacífica de conflictos y fortalecimiento del vínculo familiar.

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

- Promover el desarrollo de habilidades de comunicación asertiva en las relaciones familiares y comunitarias.
- Identificar los estilos de comunicación (pasiva, agresiva y asertiva) y sus efectos en la convivencia.
- Brindar herramientas psicológicas para expresar emociones y necesidades sin generar conflicto.
- Fortalecer la empatía, el respeto y la comprensión mutua dentro de los hogares del barrio San Antonio.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

La sesión comenzó con una **actividad de integración** llamada *"El eco de mis palabras"*, en la que cada participante compartió una frase positiva sobre sí mismo o sobre alguien de su familia. El ejercicio permitió reflexionar sobre cómo el lenguaje puede construir o destruir vínculos y cómo la comunicación asertiva genera ambientes de respeto y confianza.

A continuación, la psicóloga facilitadora realizó una **presentación participativa** sobre los diferentes estilos de comunicación. Se explicaron las características de la comunicación pasiva (evitar expresar las propias opiniones), agresiva (imposición y falta de respeto), y asertiva (expresión clara, respetuosa y empática). Los asistentes identificaron en qué situaciones suelen adoptar cada estilo y cómo esto influye en las relaciones familiares.

Posteriormente, se desarrolló la **dinámica "El espejo del diálogo"**, en la que los participantes, por parejas, debían simular una conversación sobre un desacuerdo cotidiano, aplicando los principios de la comunicación asertiva: uso del "yo" en lugar de acusaciones, tono de voz adecuado y escucha activa. Tras el ejercicio, se compartieron impresiones y se destacaron las dificultades comunes, como interrumpir, juzgar o reaccionar con enojo.

Durante la **fase de reflexión grupal**, se abordaron los conflictos más frecuentes en el contexto del barrio San Antonio —principalmente discusiones entre padres e hijos adolescentes y problemas de convivencia vecinal—, analizando cómo una comunicación empática puede prevenir la violencia y fortalecer la convivencia. Los asistentes coincidieron en que, en su comunidad, a menudo se reacciona desde la emoción sin mediar el diálogo, lo que genera rupturas y malentendidos.

En la parte final se llevó a cabo la dinámica **"Palabras que unen"**, donde cada persona escribió un mensaje positivo dirigido a un familiar o vecino con quien quisiera mejorar su relación. Las tarjetas se intercambiaron de manera simbólica, generando un ambiente de reconciliación, gratitud y esperanza.

CONCLUSIONES

- La comunidad reconoció la importancia de la comunicación asertiva como herramienta de bienestar emocional y social.
- Se identificó la necesidad de practicar la escucha activa para reducir los conflictos familiares.
- Los participantes manifestaron el deseo de replicar lo aprendido en sus hogares y con sus hijos.
- Se acordó continuar con talleres enfocados en manejo emocional y resolución pacífica de conflictos.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
Realizar ULTIMO taller	**Psicóloga**	**18 DE NOVIEMBRE**

(Se adjunta registro de asistencia de participantes)

Siendo las 6:00 pm, se da por terminada la reunión



_____

LAURA PEÑA LOPEZ
PSICOLOGA
TP 237298