PROYECTO	Esta Reconciliación la Escribimos juntos
Municipio	Palmira
Cargo del profesional	Profesional Formador en Reconciliación – psicosocial
Nombre del profesional	Juan Fernando Reyes Pérez
Lugar	Institución Educativa Cardenas De Mirriñao
fecha	23 de Abril de 2026
Hora de Inicio	7:00 am
hora de finalización	11:00 am
Ámbito del desarrollo del taller	Familiar e Interpesonal.
Temática	Comunicación asertiva y lenguaje no violento
Objetivo	Fortalecer la comunicación asertiva y el uso del lenguaje no violento para mejorar las relaciones familiares e interpersonales promoviendo la inclusión, la reconciliación y la reconstrucción del tejido social.
Tiempo de Ejecución	3 horas

1. **Descripción metodológica del Taller.**

El taller denominado **"Comunicación asertiva y lenguaje no violento"** se desarrolló bajo un enfoque participativo, reflexivo y vivencial, enmarcado en la guía de reconciliación.

En un primer momento, se implementó la actividad rompehielos "**Palabras que acercan y que alejan"**, con el objetivo de generar un ambiente de confianza y apertura. En esta actividad, los estudiantes respondieron a la pregunta: ¿Cómo expresas el enojo?, identificando diversas formas de reacción como: quedarse en silencio, gritar, evitar el contacto con otras personas y expresar comentarios hirientes o sarcásticos. A partir de estas respuestas, se propició una reflexión grupal orientada a reconocer cómo estas formas de comunicación pueden afectar las relaciones interpersonales, favoreciendo o dificultando la convivencia.

Posteriormente, se desarrolló la actividad "**Identificando estilos de comunicación",** en la cual los participantes se organizaron en grupos de cuatro o cinco personas. En este espacio, compartieron experiencias sobre la manera en que se comunican en sus contextos familiares y sociales, identificando patrones, dificultades y formas de expresión emocional. Luego de esta socialización, la facilitadora realizó una explicación sobre los estilos de comunicación: pasivo, agresivo, pasivo-agresivo y asertivo, permitiendo a los participantes reconocer sus propias prácticas comunicativas.

En un tercer momento, se llevó a cabo la actividad **“Practicando la comunicación asertiva”,** donde los participantes, nuevamente organizados en grupos, recibieron una característica específica de la comunicación asertiva (como la observación sin juzgar, expresión de sentimientos, expresiones de necesidades, expresión de peticiones claras). Cada grupo realizó una dramatización aplicando dicha característica en situaciones cotidianas, facilitando el aprendizaje experiencial. Posteriormente, se realizó una reflexión colectiva sobre la importancia de estas habilidades para la resolución pacífica de conflictos y el fortalecimiento de relaciones saludables.

Finalmente, se desarrolló la actividad de cierre denominada **“Fortaleciendo vínculos interpersonales”**, en la cual los participantes elaboraron una cartelera donde plasmaron compromisos individuales relacionados con la puesta en práctica de una característica de la comunicación asertiva que desean fortalecer en su vida cotidiana. Este ejercicio permitió consolidar los aprendizajes adquiridos y promover la apropiación de herramientas para la convivencia y la reconciliación.

2. Descripción de Logros obtenidos durante la sesión de trabajo.

En el taller **“Comunicación asertiva y lenguaje no violento”**, los participantes lograron reconocer los diferentes estilos de comunicación y su impacto en las relaciones personales y familiares, identificando cómo ciertas formas de expresión pueden generar conflicto o, por el contrario, fortalecer los vínculos. Asimismo, practicaron habilidades de comunicación asertiva y lenguaje no violento, favoreciendo el diálogo respetuoso, la empatía y la resolución pacífica de conflictos. De igual manera, se promovió la inclusión y el fortalecimiento de vínculos familiares y comunitarios, evidenciando mayor disposición para relacionarse desde el respeto y la comprensión mutua. En este sentido, el espacio permitió no solo la adquisición de herramientas prácticas, sino también la reflexión sobre la importancia de transformar la comunicación cotidiana como base para una convivencia más armónica y consciente.

3. Análisis y Conclusiones.

En el taller **“**Comunicación asertiva y lenguaje no violento”, se evidencia que el fortalecimiento de habilidades comunicativas constituye un elemento clave para la transformación de conflictos y la mejora de las relaciones interpersonales y familiares. El reconocimiento de los estilos de comunicación permitió a los participantes identificar patrones que afectan la convivencia, generando mayor conciencia sobre la necesidad de adoptar formas de expresión más respetuosas y empáticas. Las actividades prácticas facilitaron la apropiación de herramientas de comunicación asertiva, evidenciando que el aprendizaje experiencial favorece cambios significativos en la forma en que las personas interactúan.

En conclusión, el taller aportó al desarrollo de competencias socioemocionales orientadas a la resolución pacífica de conflictos, promoviendo relaciones más saludables y contribuyendo al fortalecimiento del tejido social desde la comunicación consciente.