

---

# TABLA DE CONTENIDO

## Resolver conflictos

1. Presentar la resolución de conflictos **2**
2. Descubrir estereotipos **13**
3. Controlar la ira en situaciones de conflicto **23**
4. Crear una situación en la que todos salgan ganando **32**
5. Resolver conflictos **43**

# PRESENTAR LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

---



## AGENDA

- Actividad inicial
- ¿Qué es un conflicto?
- Conflicto en las noticias
- Imagen fija
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

### Objetivos

Los estudiantes definirán "conflicto" e identificarán las etapas del conflicto.

Los estudiantes identificarán los factores desencadenantes del conflicto.

Los estudiantes analizarán el papel de las emociones en el conflicto.

Los estudiantes establecerán objetivos para reducir el conflicto en su propia vida.

### Materiales necesarios

- Un diccionario (Parte I)
- Una copia de un artículo de noticias actual que describe un conflicto para cada estudiante (Parte II)
- Una copia de la hoja de actividades "Las etapas del conflicto" para cada estudiante (Parte II)

- Una copia de la hoja de actividades "Vocabulario de sentimientos" para cada estudiante (Parte III)

---

## Actividad inicial (3 minutos)

Léales el siguiente escenario:

Tatiana y Desmond son los mejores estudiantes de su clase. Han competido entre sí por las calificaciones más altas en todas las asignaturas, y ambos quieren ser el mejor estudiante de la clase. Intentan superarse el uno al otro. Intentan impresionar a sus profesores. Se provocan mutuamente antes de las pruebas. Un día antes de una prueba, las burlas entre Tatiana y Desmond se convierten en una verdadera pelea a gritos.

Diga a los estudiantes que, en ocasiones, el conflicto puede producir resultados positivos. Pregunte a los estudiantes qué resultados positivos pueden resultar de esta situación. (*Los estudiantes pueden responder: Tatiana y Desmond podrían aprender a resolver su problema, trabajar juntos para ayudarse mutuamente a hacerlo mejor y comenzar a reconocer sus similitudes más que sus diferencias*).

Diga a los estudiantes que, en las próximas lecciones, practicarán cómo resolver conflictos de una manera que pueda producir resultados positivos.

---

## Parte I ¿Qué es un conflicto? (10 minutos)

*Propósito:* los estudiantes definen "conflicto" e identifican sus propios factores desencadenantes del conflicto.

### 1. Los estudiantes crean un gráfico sobre un conflicto.

Pregunte a los estudiantes en qué piensan cuando escuchan la palabra "conflicto". Aliéntelos a considerar situaciones que generan conflicto, cómo se sienten cuando están involucrados en un conflicto, los resultados del conflicto, etc. Escriba las respuestas de los estudiantes donde todos puedan verlas y agrupe las respuestas similares para crear un gráfico en forma de red o para asociar ideas.

### 2. Los estudiantes definen "conflicto".

Cuando hayan agotado sus ideas, pida que revisen el gráfico en la pizarra y sugieran una definición de "conflicto". Escriba las respuestas de los estudiantes.

Luego, pida a un voluntario que busque la palabra "conflicto" en el diccionario. Una definición del diccionario puede ser "lucha mental resultante de necesidades, impulsos, deseos o demandas incompatibles u opuestos". Haga que los estudiantes revisen su definición y la agreguen o la cambien según sea necesario. Guíe a los estudiantes para que reconozcan la idea fundamental de que el conflicto se refiere principalmente a la lucha *mental* entre dos personas. Señale que una lucha física, de acuerdo con esta definición, es probablemente el resultado de una lucha mental que se escapa de control.

### 3. Los estudiantes consideran la relación entre el estrés y el conflicto.

Pida a los estudiantes que expliquen el significado del dicho: "Esa fue la gota que colmó el vaso". Guíe a los estudiantes para que reconozcan que cuando las personas se sienten agobiadas, un pequeño incidente puede "hacerlas explotar".

Explique que el estrés es como una carga y puede ser el catalizador que convierte un pequeño conflicto en una situación fuera de control. Pídeles que recuerden las fuentes del estrés que analizaron en la "lección 4: Mejorar el bienestar" del módulo *Desarrollar la confianza*. (Los estudiantes deben mencionar problemas en la escuela, problemas en el trabajo y la presión de amigos o familiares). Dígales que muchas fuentes de estrés son comunes en situaciones de conflicto.

Indique que la relación entre el conflicto y el estrés es recíproca: el conflicto es estresante y el estrés puede provocar conflictos. Cuando nos sentimos estresados, es más probable que el conflicto se intensifique. Repase con los estudiantes el manejo del estrés, la respiración, el ejercicio y las técnicas de relajación que analizaron en la "lección 4: Mejorar el bienestar" del módulo *Desarrollar la confianza*. Diga a los estudiantes que el uso de estas estrategias para reducir el estrés puede ayudarlos a manejar el conflicto de manera más efectiva.

### 4. Los estudiantes identifican situaciones recurrentes de conflicto en su vida.

Diga a los estudiantes que el conflicto es una parte natural de la vida del que podemos aprender y, a su vez, tratar de convertirlo en una experiencia positiva. Una estrategia para manejar el conflicto es estar preparado para ello.

Pida a los estudiantes que consideren las situaciones en su vida que implican conflicto. Pídeles que anoten las situaciones recurrentes de conflicto y que presten mucha atención a los factores que desencadenan conflictos en su vida.

Pida que escriban varias situaciones de conflicto específicas que deseen manejar de manera más efectiva. Explique que conservarán esta lista y la consultarán al final de cada lección de este módulo.

---

## Parte II Conflicto en las noticias (15 minutos)

*Propósito:* los estudiantes identifican las etapas del conflicto.

### 1. Los estudiantes revisan un conflicto en las noticias.

Diga a los estudiantes que un lugar donde casi siempre podemos encontrar ejemplos recurrentes de conflicto es en las noticias. Distribuya copias de un artículo periodístico actual que describa un conflicto. Lea el artículo en voz alta o deles tiempo para leerlo de manera independiente.

Escriba un resumen de la historia donde todos puedan verlo. Obtenga de los estudiantes una descripción paso a paso de lo sucedido. Si faltan detalles, haga que los estudiantes hagan inferencias sobre lo que probablemente haya ocurrido.

## 2. Los estudiantes identifican las etapas del conflicto en el artículo periodístico.

Distribuya la hoja de actividades "Las etapas del conflicto" a los estudiantes. Pídales que comparen las etapas del conflicto en la hoja de actividades con el esquema que crearon para el artículo periodístico. Señale que estas etapas no siempre ocurren en el mismo orden y que la evolución de un conflicto puede ser repetitiva (por ejemplo, las partes involucradas pueden volver al diálogo varias veces). Haga que los estudiantes marquen cada evento del artículo con la etapa de conflicto correspondiente. Explique que un evento puede representar más de una etapa de conflicto.

Díales que, en cada etapa del conflicto, existe la posibilidad de que la situación se resuelva. Diga: "Controlar las emociones en cada etapa es esencial para garantizar que el conflicto no se salga de control".

---

## Parte III Imagen fija (20 minutos)

*Propósito:* los estudiantes demuestran los efectos de la emoción en los conflictos y establecen objetivos personales de resolución de conflictos.

### 1. Los estudiantes inventan juegos de roles de situaciones de conflicto.

Haga una lluvia de ideas con los estudiantes sobre ejemplos de situaciones de conflicto que hayan encontrado. Escriba las situaciones donde todos puedan verlas. Aliente a los estudiantes a describir las situaciones usando las etapas de conflicto de la parte II.

Divida la clase en grupos de cuatro o cinco. Diga a los estudiantes que cada grupo se preparará y representará una situación de conflicto. Asigne a cada grupo un escenario de las sugerencias de clase o use uno de los siguientes:

- Un estudiante está mirando televisión con un miembro de la familia. El miembro de la familia quiere ver un espectáculo diferente.
- Dos amigos salen a comer. Cuando llega la cuenta, uno de los amigos dice que no tiene suficiente dinero y pide prestado. Esto ha sucedido muchas veces antes.
- El hermano menor quiere unirse a las actividades del hermano mayor. El hermano mayor quiere que lo dejen en paz.

Otorgue a los grupos varios minutos para preparar sus juegos de roles.

### 2. Los estudiantes realizan los juegos de roles.

Cuando los estudiantes terminen de prepararse, explíqueles que van a realizar los juegos de roles. También explique que mientras los grupos estén representando su parte, les dirá que se congelen en ciertos puntos. Cuando lo haga, el grupo dejará de actuar para participar en un debate en clase.

Distribuya una copia de la hoja de actividades "Vocabulario de sentimientos" a cada estudiante. Diga que van a observar el efecto que las emociones tienen en cada juego de roles y que pueden consultar la hoja de actividades para describir específicamente lo que estén observando.

Pida al primer grupo que presente su juego de roles. Mientras el grupo esté actuando, esté atento a la evidencia de las diferentes etapas del conflicto. Cuando surja una etapa de conflicto, diga al grupo que se detenga y obtenga las observaciones de los estudiantes sobre la acumulación del conflicto. Haga que los estudiantes usen la hoja de actividades "Vocabulario de sentimientos" para identificar las emociones específicas involucradas. Pida a los estudiantes que están actuando que identifiquen las emociones que están retratando y lo que harán a continuación. Analicen juntos las reacciones alternativas a esas emociones que podrían tener mejores resultados. A medida que avanza el juego de roles, analicen cómo el conflicto está aumentando o disminuyendo.

### **3. Los estudiantes analizan los efectos de las reacciones inapropiadas durante los conflictos.**

Pida ejemplos de reacciones inapropiadas durante los conflictos. *(Las respuestas de los estudiantes pueden incluir reírse cuando alguien se lastima, reírse de alguien que te está gritando, mostrar enojo cuando alguien te ha dado un regalo).* Obtenga de los estudiantes que las reacciones inapropiadas son demostraciones de sentimientos que no se ajustan a una situación. Pregunte a los estudiantes si creen que un conflicto se intensifica o apacigua cuando una de las partes demuestra una reacción inapropiada. Señale que estar al tanto de las emociones de otras personas en cada etapa de un conflicto ayudará a evitar que se manifiesten reacciones inapropiadas.

### **4. Los estudiantes aplican sus observaciones de los juegos de roles para determinar los objetivos de resolución de conflictos de la vida real.**

Pida a los estudiantes que consulten las listas que crearon al final de la parte I, en las que identificaron situaciones recurrentes de conflicto en su vida. Pídales que elijan tres de sus conflictos recurrentes para enfocarse.

Pídales que piensen en estas situaciones a la luz de los juegos de roles que acaban de realizar. Guíelos para que piensen sobre lo siguiente:

- ¿Alguna de estas situaciones es similar a las situaciones en los juegos de roles?
- ¿Las emociones que se analizan en los juegos de roles están relacionadas con situaciones en su vida?
- ¿Qué reacciones alternativas podrían reducir el conflicto?

Guíe a los estudiantes para que establezcan metas apropiadas para reducir el conflicto en las áreas que han identificado. Recuerde que los objetivos efectivos son específicos, mensurables, realistas e incluyen una fecha límite. Recuerde a los estudiantes que se referirán a sus objetivos de resolución de conflictos varias veces más en este módulo.

---

### **Conclusión** *(2 minutos)*

Pida a la clase que recuerde las etapas del conflicto. Obtenga los siguientes puntos clave que se enseñaron en esta lección:

- El conflicto es una lucha mental que resulta de necesidades opuestas.
- Una estrategia para manejar los conflictos es saber qué situaciones desencadenan conflictos para ustedes.
- Controlar las emociones es esencial para apaciguar el conflicto.
- Demostrar reacciones inapropiadas intensifica el conflicto.

### **Evaluación del estudiante**

---

1. ¿Qué papel juega la emoción en el conflicto?
2. Describe cada una de las seis etapas del conflicto en orden.



## EXTENSIONES DE LECCIÓN

### Usar citas

---

"No mires hacia atrás con enojo, ni te acerques con miedo, sino con conciencia". -James Thurber, escritor

Como clase, analicen cómo esta cita se relaciona con el control de las emociones durante el conflicto y el reconocimiento de las situaciones que causan conflicto para los estudiantes individuales.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

La definición de "conflicto" mencionada en esta lección establece que es una lucha mental entre lados opuestos. Haga que los estudiantes ilustren (a través del movimiento, canciones, ensayos, poemas, imágenes, etc.) la definición.

Haga que los estudiantes interpreten o expliquen sus ilustraciones.

### Escribir en el diario

---

Haga que los estudiantes se centren en los objetivos que establecen para resolver conflictos y escriban sobre cuán seguros son de que pueden lograr sus objetivos. Pida que describan por qué establecen estos objetivos particulares.

Debata cómo los valores de los estudiantes afectaron sus metas de cómo resolver conflictos.

### Conexión matemática

---

Donde quiera que vayamos, hay historias sobre conflictos. Pida a los estudiantes que creen cuadros y gráficos que representen los tipos de conflictos que existen en la vida.

Pida a los estudiantes que lean las historias principales de un sitio de noticias todos los días durante una semana. Pida a los estudiantes que grafiquen con qué frecuencia aparecen las historias que presentan conflictos durante esa semana.

### Tarea

---

Escriba las siguientes palabras y sus definiciones en la pizarra: "confrontación", "compromiso", "retractarse", "acuerdo" y "arbitraje".

Haga que los estudiantes busquen la definición de cada palabra y escriban unas pocas oraciones que describan su papel en el conflicto.

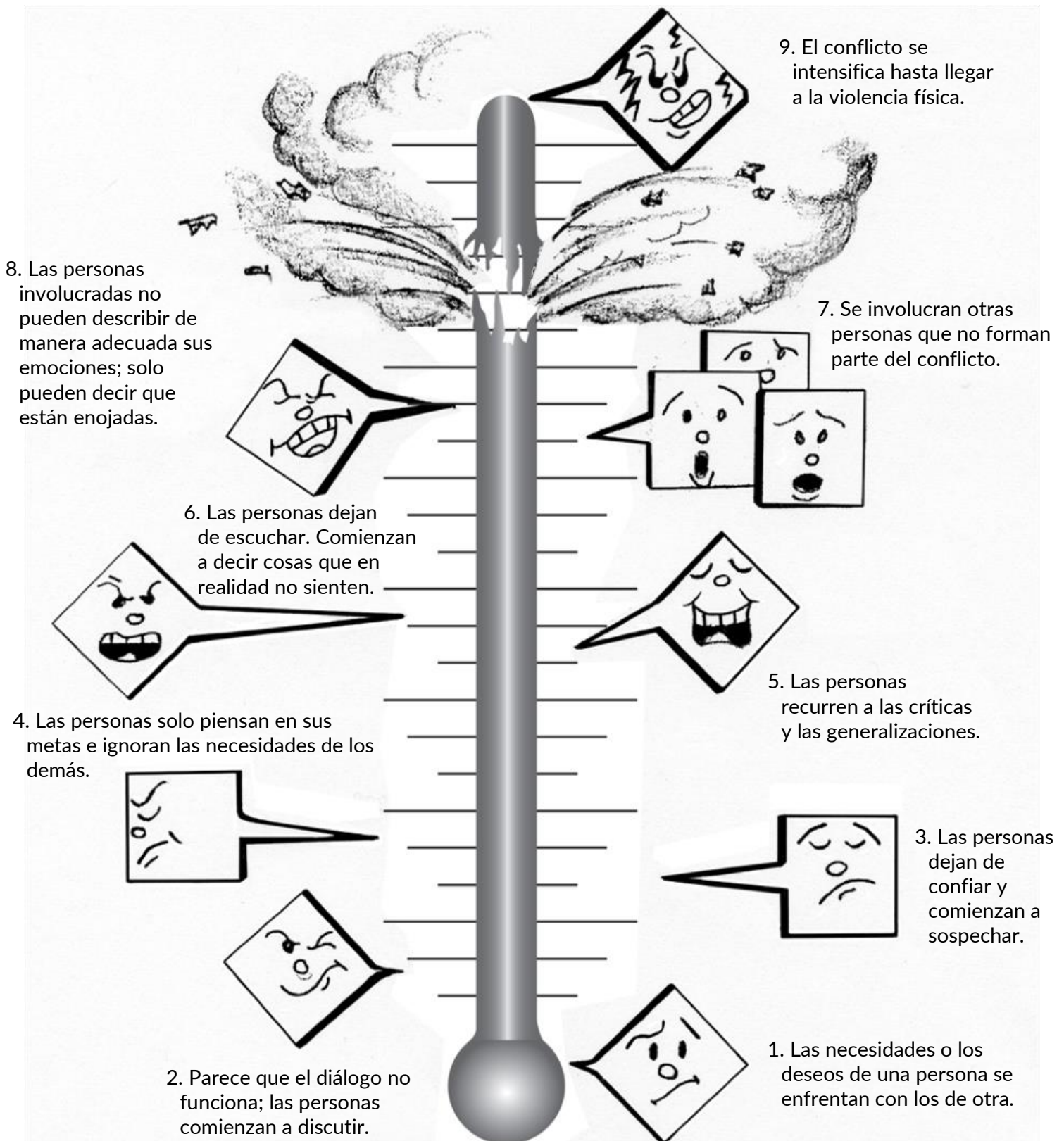
### Recursos adicionales

---

Haga que los estudiantes lean la escena de *The Catcher in the Rye* de J. D. Salinger, en la que Holden Caulfield pelea con su compañero de cuarto, Stradlater.

Haga que los estudiantes hablen de las emociones que Holden estaba sintiendo y de lo que podría haber hecho para controlar esas emociones.

# LAS ETAPAS DEL CONFLICTO



# VOCABULARIO DE SENTIMIENTOS

## A

Abatido  
 Abrumado  
 Aburrido  
 Agradecido  
 Agresivo  
 Amigable  
 Animado  
 Ansioso  
 Apático  
 Apenado  
 Arrepentido  
 Asustadizo  
 Asustado  
 Aterrado  
 Atrevido  
 Audaz  
 Avergonzado

## C

Celoso  
 Cínico  
 Codicioso  
 Cómodo  
 Compasivo  
 Competente  
 Confiado  
 Confundido  
 Cuidadoso  
 Culpable  
 Curioso

## D

Decepcionado  
 Decidido  
 Deprimido  
 Desanimado  
 Desconcertado  
 Desconfiado  
 Distráido

## E

Emocionado  
 Enérgico  
 Entusiasmado  
 Entusiasta  
 Envidioso  
 Escéptico  
 Estimulado  
 Estupefacto  
 Eufórico  
 Exhausto  
 Extravagante

## F

Feliz  
 Fervoroso  
 Frustrado

## G

Gruñón

## H

Holgazán  
 Horrorizado

## I

Ilusionado  
 Impaciente  
 Impactado  
 Incómodo  
 Incompetente  
 Indeciso  
 Indefenso  
 Indefinido  
 Indiferente  
 Indignado  
 Ingenuo  
 Inocente  
 Inquieto  
 Inseguro

Insensato  
 Inspirado  
 Inteligente  
 Intimidado  
 Intranquilo  
 Irritado

## J

Jovial

## M

Malhumorado  
 Maravilloso

## N

Negativo  
 Nervioso

## O

Ofendido  
 Optimista  
 Orgullosa

## P

Pacífico  
 Paranoico  
 Perezoso  
 Perplejo  
 Pesaroso  
 Petrificado  
 Pícaro  
 Precavido  
 Preocupado

## R

Rabioso  
 Relajado  
 Reprobador  
 Resuelto

## S

Satisfecho  
 Seguro  
 Sereno  
 Solo  
 Sometido  
 Soñoliento  
 Sorprendido  
 Sosegado

## T

Taciturno  
 Tenso  
 Tímido  
 Titubeante  
 Tonto  
 Tranquilo  
 Triste

## V

Valiente  
 Vergonzoso  
 Vulnerable

# DESCUBRIR ESTEREOTIPOS

---



## AGENDA

- Actividad inicial
- No juzgues un libro por su portada
- Terreno común
- Camina una milla en sus zapatos
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

### Objetivos

Los estudiantes definirán los estereotipos como generalizaciones engañosas.

Los estudiantes descubrirán puntos en común con personas que asumen que no les agradarán.

Los estudiantes explicarán la importancia de disipar los estereotipos y considerar al individuo.

### Materiales necesarios

- Imágenes de estrellas de cine, con una lista de las películas en las que han estado y los roles que jugaron (Actividad inicial)
- Cinco bolsas de papel marrón numeradas del uno al cinco, cada una con un artículo diferente adentro, incluida una con un billete de un dólar (otros artículos pueden incluir un paquete de lápices, un diccionario, un trozo de torta, galletas, gomitas, etc.) (Parte I)
- Lápiz y papelito para cada estudiante (Parte II)
- Lápiz y ficha para cada estudiante (Parte III)

---

## Actividad inicial (3 minutos)

Antes de la clase, exhiba imágenes de estrellas de cine famosas que actualmente sean populares. Obtenga de los estudiantes los títulos de las películas en las que actuaron estas estrellas y los roles que interpretaron. Escriba las respuestas debajo de las imágenes. Pida que describan las personalidades de las estrellas: luego, pregunte si conocen personalmente a alguna de estas personas famosas.

Explique que el "encasillamiento" implica asignar a los actores ciertos papeles una y otra vez porque esos son los roles que a los espectadores les encantan. Dé ejemplos, como el de Tom Hanks, que habitualmente representa al "tipo bueno" en las películas. Señale que una vez que un actor comienza a desempeñar papeles similares en todas las películas, comenzamos a hacer suposiciones sobre su personalidad real. La mayoría de las personas basan sus creencias sobre los actores en los roles que interpretan.

Díales que los estereotipos son similares a las suposiciones que las personas hacen sobre la personalidad real de una estrella en función de los roles que interpreta en las películas. Los estereotipos son suposiciones sobre las personas basadas en poca información.

---

## Parte I No juzgues un libro por su portada (10 minutos)

*Propósito:* los estudiantes reconocen que los estereotipos son generalizaciones engañosas.

### 1. Los estudiantes reconocen prejuicios engañosos.

Pida cinco voluntarios. Haga que cada voluntario elija una de las bolsas de papel marrón con un artículo adentro. Díales que no deben abrir las bolsas hasta que les diga que lo hagan.

Una vez que los cinco estudiantes hayan elegido una bolsa, diga que van a tener la oportunidad de cambiar su bolsa por otra o conservar la que tienen. Permita que el estudiante que fue el último en elegir una bolsa tenga la oportunidad de intercambiar primero. Continúe en orden inverso hasta que cada uno de los cinco voluntarios haya tenido la oportunidad de intercambiar.

Pida a los voluntarios que compartan sus sentimientos sobre la bolsa que están sosteniendo. Obtenga las opiniones del resto de la clase sobre lo que podría haber en las bolsas.

Pregunte a los voluntarios por qué eligieron intercambiar o conservar sus bolsas. Permítales mirar en las bolsas y compartir de nuevo sus sentimientos al respecto.

### 2. Los estudiantes definen los estereotipos como generalizaciones engañosas.

Analicen los juicios que se hicieron antes de abrir las bolsas y las diferentes emociones que esos juicios generaron.

Pida a los estudiantes que identifiquen las generalizaciones que llevaron a pensar sobre el contenido de las bolsas. Por ejemplo, los estudiantes pueden decir que los artículos pesados son más valiosos que los livianos o que los artículos que suenan se rompen.

Señale que, en base al contenido real de las bolsas, algunas de sus primeras reacciones fueron injustificadas. Explique que los estereotipos son generalizaciones similares sobre las personas que pueden tener el mismo efecto, confundiéndonos y confundiendo nuestras reacciones hacia las personas.

### 3. Los estudiantes definen "estereotipo".

Pida a los estudiantes que definan la palabra "estereotipo". *(Los estudiantes pueden responder: personas o cosas que se ajustan a un tipo, una generalización sobre un grupo de personas)*. Pida a un voluntario que busque "estereotipo" en el diccionario. Escriba las respuestas de los estudiantes donde todos puedan ver. Guíe a los estudiantes para que reconozcan que los estereotipos son simplificaciones excesivas e ignoran el hecho de que las personas son singularmente diferentes entre sí.

Pregunte a los estudiantes cómo piensan que los estereotipos podrían tener un papel en algunos conflictos interpersonales. *(Los estudiantes pueden responder: hacer juicios sobre las personas basados en poca información aumenta la probabilidad de que haya un malentendido: las ideas preconcebidas pueden ser engañosas: si tenemos ideas preconcebidas, es posible que no escuchemos exactamente lo que nos dice una persona)*.

---

## Parte II Terreno común (30 minutos)

*Propósito:* los estudiantes reconocen la necesidad de buscar puntos en común en situaciones de conflicto y con personas que suponen que no les agradarán.

### 1. Los estudiantes crean una lista de grupos rivales de cultura pop, literatura e historia.

Distribuya bolígrafos y hojas de papel a los estudiantes. Pídeles que hagan una lluvia de ideas sobre una lista de grupos que saben que son famosos por su rivalidad. Anímelos a pensar en grupos de cultura pop y grupos que hayan estudiado en asignaturas tales como Literatura Inglesa o Historia Mundial. Pida que proporcionen al menos un ejemplo con el que puedan estar familiarizados, como los Montesco y los Capuleto de *Romeo y Julieta de Shakespeare*, los Jedi y los Sith de *Guerra de las Galaxias*, las fuerzas aliadas y los poderes del Eje en la Segunda Guerra Mundial, la Orden del Fénix y los Mortífagos de la serie de *Harry Potter*, o los Autobots y los Decepticons de *Transformers*.

Recoja las listas y coloque los nombres de los grupos rivales dentro de una bolsa o recipiente vacío. Agite la bolsa o el recipiente, y luego elija aleatoriamente los nombres de dos grupos rivales. Divida a los estudiantes en dos grupos iguales y pida que se sienten en lados opuestos del aula, uno frente al otro. Asigne a cada grupo uno de los nombres que sacó.



Explique que los grupos se enfrentarán entre sí como rivales, como los grupos que han nombrado.

## **2. Los estudiantes crean listas de las cosas que les gustan y las que no.**

Distribuya una tarjeta o una hoja de papel a cada estudiante en ambos grupos. Pídales que hagan una lista de lo que les gusta y lo que no para cada una de las siguientes categorías: comida, ropa, pasatiempos, lugares y programas de televisión. (Dependiendo del tiempo, puede elegir agregar u omitir categorías).

Dé tiempo a cada grupo para analizar sus preferencias dentro de su grupo y para formar un rasgo grupal basado en las cosas que tienen más en común. Por ejemplo, un grupo puede identificarse como "amantes de la pizza" o "deportistas fuera de serie".

Recuerde a cada grupo que debe ver al equipo contrario como el "adversario". Pida a cada grupo que proponga una razón por la cual no se quieren o no se llevan bien.

## **3. Los estudiantes encuentran un terreno común con un grupo contrario analizando gustos y aversiones similares.**

Díales que se turnarán para que los estudiantes de su grupo contrario lean en voz alta una de las cosas que les gustan y que no. Explique que cuando escuchen un "me gusta" o "no me gusta" con el que estén de acuerdo, deben levantar la mano. Asigne a un estudiante de cada grupo para que sea el encargado de registrarlo. Cada encargado mantendrá un recuento de la cantidad de estudiantes del grupo contrario que estén de acuerdo con un "me gusta" o un "no me gusta" nombrado por el propio grupo del encargado.

Haga que los estudiantes comiencen a leer sus listas. Continúe de esta manera hasta que la mayoría haya tenido la oportunidad de compartir una de las cosas que les gustan o que no.

## **4. Los estudiantes analizan por qué es importante encontrar un terreno común.**

Pida que vuelvan a reunirse con sus grupos y analicen los resultados finales de sus recuentos. Pida que examinen y analicen cuánto tienen en común con su "grupo adversario".

Pregunte:

- ¿En qué categorías esperaban tener menos en común? ¿Qué pueden decir acerca de lo que más tienen en común?
- ¿Los sorprendió la cantidad total de intereses compartidos que tuvieron con el grupo contrario? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Cómo se relaciona esta actividad con las maneras en que las personas forman opiniones sobre una persona o grupo de personas?

Señale a los estudiantes que los grupos "enfrentados" se comportaron de manera similar a la forma en que las personas actúan cuando creen en los estereotipos. Explique que a veces las personas dicen no gustarle a alguien en un grupo basándose en falsas ideas preconcebidas o creencias equivocadas.

Pida a los estudiantes que sugieran algunas ideas sobre cómo las personas pueden ver más allá de los estereotipos superficiales y encontrar puntos en común con personas que parecen ser muy diferentes. Guíe a los estudiantes para que comprendan que desafiarse a sí mismos para encontrar puntos comunes entre ellos puede ayudarlos a mejorar la comunicación y resolver conflictos.

---

### Parte III Camina una milla en sus zapatos (20 minutos)

*Propósito:* los estudiantes confrontan y disipan los estereotipos sobre varios grupos de personas.

#### 1. Los estudiantes examinan los estereotipos.

Dé a cada estudiante un bolígrafo y una tarjeta. Pida a los estudiantes que creen una lista de al menos tres generalizaciones sobre varios grupos de personas que hayan leído, escuchado o visto. Hágales saber que sus tarjetas permanecerán en el anonimato y que no tienen que estar de acuerdo con las generalizaciones enumeradas. Recuérdeles que utilicen un lenguaje apropiado para la escuela.

Pídales que escriban los estereotipos en sus tarjetas en el siguiente formato: "He oído que (grupo de personas) son todos (generalización/estereotipo)".

Pida a los estudiantes que den vuelta sus tarjetas una vez que hayan completado sus listas. Recoja y mezcle las fichas: luego, distribuya aleatoriamente una a cada estudiante.

Deles unos minutos para leer sus nuevas tarjetas en silencio.

Si bien este es un tema serio y delicado, espere que la clase se ría cuando sea apropiado, así como que experimente los diversos sentimientos y sufrimientos que estos estereotipos pueden provocar en las personas.

Pídales que se turnen para leer los estereotipos en voz alta a la clase.

#### 2. Los estudiantes experimentan estereotipos y etiquetas.

Divida a los estudiantes en grupos de cinco. Haga que cada grupo cree un sketch no verbal de tres minutos que use al menos dos de los estereotipos escritos en sus tarjetas. Los sketches deberían mostrar el efecto que pueden tener estos estereotipos.

Haga que cada grupo realice su sketch delante de la clase. Recuerde a los estudiantes que no pueden hablar durante la actuación, pero pueden emitir sonidos o alterar su apariencia (por ejemplo, tararear una canción, quitarse los accesorios, etc.). Pídales que sean conscientes de sus expresiones faciales y su lenguaje corporal cuando se comuniquen entre sí.

Después de la representación de cada grupo, solicite a la clase que responda las siguientes preguntas:

- Describan cómo los personajes interactuaron entre ellos.
- ¿Cómo representaron los actores la historia sin hablar?
- ¿Qué emociones expresaron en sus acciones?
- Según sus observaciones, ¿qué estereotipos se representaron en el sketch del grupo? ¿Cómo afectaron estos estereotipos a los personajes?

Explique a la clase que cualquier persona puede ser estereotipada, y que una de las mejores formas de disipar un estereotipo es ser consciente del estereotipo, de cómo te perciben los demás y de cómo eliges ver a los demás. Pídales que generen sugerencias positivas sobre cómo anticiparse a los estereotipos que pueden formar sobre alguien y las estrategias que pueden usar para ver más allá de sus propias suposiciones.

---

### Conclusión (2 minutos)

Pregunte a los estudiantes cómo disipar los estereotipos puede ayudar a reducir los conflictos interpersonales. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Los estereotipos son generalizaciones engañosas que ignoran el hecho de que cada persona es un individuo único.
- Buscar puntos en común con alguien en una situación de conflicto puede ayudarnos a aliviar la tensión al reconocer las necesidades de la otra persona.
- Enfocarse en las fortalezas de las personas más que en los rasgos superficiales y estereotipados crea relaciones más fuertes y positivas, y reduce el conflicto.

### Evaluación del estudiante

---

1. ¿Por qué los estereotipos pueden ser perjudiciales?
2. ¿Qué estereotipo se ha usado para describirte a ti o a alguno de tus amigos? ¿En qué sentido este estereotipo es simplista o inexacto?
3. ¿Cómo puedes ver los estereotipos del pasado y encontrar puntos en común con alguien que es diferente a ti?

## EXTENSIONES DE LECCIÓN

### Usar citas

---

"Lo que vemos depende principalmente de lo que estamos buscando". -John Lubbock

Haga que los estudiantes analicen el peligro de buscar características que confirmen los estereotipos.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

Antes de la clase, oculte los títulos de una variedad de libros en trozos de papel. Haga que los estudiantes miren las portadas y hagan suposiciones sobre los libros. Pida a los estudiantes que analicen por qué hicieron las suposiciones que hicieron. Analice el proverbio "No juzgue un libro por su portada".

Haga que los estudiantes escriban sus propios proverbios que adviertan sobre los peligros de los estereotipos.

### Escribir en el diario

---

Diga a los estudiantes que reflexionen sobre un momento en que sintieron que habían sido estereotipados.

Haga que los estudiantes escriban sobre algún momento que saben que dejan que los estereotipos dicten su comportamiento hacia alguien.

### Usar tecnología

---

Muestre a los estudiantes distintos anuncios comerciales que juegan con estereotipos (p. ej., mujeres que lavan ropa, hombres que practican deportes). Haga que los estudiantes identifiquen los estereotipos.

Haga que los estudiantes escriban cartas comerciales a las compañías cuyos productos se anuncian y que propongan cambios a los comerciales.

## Tarea

---

Haga que los estudiantes jueguen juegos de asociación de palabras con dos personas fuera de la clase. Haga que los estudiantes nombren un grupo y que le pidan a la persona que diga lo primero que se le ocurra.

Pida a los estudiantes que compartan las respuestas que dieron sus sujetos. Haga que los estudiantes analicen sus reacciones a lo que dijeron sus sujetos.

## Recursos adicionales

---

Pida a los estudiantes que lean y analicen un artículo de *Learning for Justice*, una revista en línea y un sitio web publicados cada otoño y primavera .

Para obtener la revista, visite [www.learningforjustice.org](http://www.learningforjustice.org).

# CONTROLAR LA IRA EN SITUACIONES DE CONFLICTO

---



## AGENDA

- Actividad inicial
- ¿Qué te hace enojar?
- Dije... Quise decir
- Final alternativo
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

### Objetivos

Los estudiantes identificarán las situaciones que los enojan y considerarán formas de disminuir o controlar el enojo.

Los estudiantes identificarán el significado real detrás de las palabras intercambiadas en situaciones de conflicto.

Los estudiantes analizarán un videoclip que representa un conflicto que se convierte en ira y violencia.

### Materiales necesarios

- Cinta adhesiva y una pequeña pelota de goma o pelota de golf (Actividad inicial)
- Una copia de la hoja de actividades "Dije...Quise decir" para cada estudiante (Parte II)
- Una película o un clip de noticias que represente un conflicto que se convierte en violencia o

enojo (Parte III)



---

**Actividad inicial (3 minutos)**

Antes de la clase, use cinta adhesiva para hacer un círculo de aproximadamente dos pies de diámetro en el piso del salón de clases. Comience la clase mostrando a los estudiantes la pelota pequeña y diciéndoles que su desafío es hacer rodar la pelota desde unos 10 pies de distancia y apuntar al centro del círculo. Explique que tendrán dos oportunidades, pero si la pelota queda corta en el primer intento, perderán el segundo.

Pídales que se turnen para hacer rodar la pelota hacia el círculo. Cuando hayan terminado de intentar, ayúdelos a observar que la mayoría hizo rodar la pelota más allá del círculo. Pregunte por qué creen que sucedió. Guíelos para que reconozcan que cuando tenían miedo de quedarse cortos, tendían a excederse.

Diga: "La pelota es como nuestras emociones en situaciones de conflicto: a menudo nos excedemos porque tenemos miedo de perder. Una vez que dejamos que nuestras emociones alcancen este nivel, es difícil parar y retroceder. Un posible efecto de esto es el enojo desmesurado".

Explique a los estudiantes que hoy analizarán formas de controlar la ira durante una situación de conflicto.

---

**Parte I ¿Qué te hace enojar? (10 minutos)**

*Propósito:* los estudiantes identifican situaciones que los enojan y consideran formas de reducir o controlar el enojo.

**1. Los estudiantes identifican situaciones que evocan emociones de enojo.**

Pregunte a los estudiantes: "¿Qué los hace enojar?". Aliéntelos a enumerar la mayor cantidad posible de situaciones específicas. Escriba las respuestas de los estudiantes donde todos puedan ver.

Luego pregunte: "¿Cómo saben cuando están enojados?". (*Los estudiantes deberían responder: simplemente me siento enojado, mi tono de voz se vuelve más agudo, mi voz aumenta de volumen, mis músculos se ponen tensos, mi corazón comienza a acelerarse, empiezo a sudar*). Explique que estas son indicaciones fisiológicas de que una persona está experimentando enojo. Muchas personas tienen esas respuestas.

**2. Los estudiantes identifican formas de reducir o controlar la ira.**

Pregunte a los estudiantes: "Si tantas situaciones diferentes tienen el potencial de provocar ira en nosotros, ¿cómo podemos manejar mejor nuestra ira y funcionar de manera más efectiva?". Guíe a los estudiantes para que reconozcan que existen técnicas específicas que podemos usar para controlar nuestro enojo.

Ayúdelos a enumerar cosas que puedan hacer para limitar su enojo. Escriba las sugerencias donde todos puedan verlas. (*Los estudiantes deberían responder: respiración controlada, contar hasta 10, salir a caminar, hablar con alguien, escuchar música relajante, hacer ejercicio, etc.*).

Cuando hayan agotado sus ideas, pida que seleccionen cinco técnicas de la lista que creen que podrían funcionar bien para ellos. Pida que escriban esas técnicas en una hoja de papel. Dígalos que tengan a mano las listas para usarlas al final de la lección.

---

## Parte II Dije... Quise decir (15 minutos)

*Propósito:* los estudiantes identifican el significado subyacente detrás de las palabras intercambiadas en situaciones de conflicto.

### 1. Los estudiantes leen un escenario de conflicto.

Distribuya copias de la hoja de actividades "Dije..... Quise decir" a cada estudiante. Pídales que doblen la hoja de actividades a la mitad en la línea punteada, de modo que la mitad inferior no esté visible mientras leen la mitad superior.

Pida a dos voluntarios que lean el diálogo entre Brenda y Maria, dándoles el tono de voz, el lenguaje corporal y las expresiones faciales apropiadas.

Cuando los voluntarios terminen, pida a los estudiantes que expliquen qué sucedió en este escenario e identifiquen el problema que causó el conflicto. (*Los estudiantes deberían responder: Brenda quería hacerle un favor a Maria. Maria está enojada con Brenda por dejar al bebé en casa para ir a buscar leche*).

Pida a la clase que describa el tono de voz, el lenguaje corporal y las expresiones faciales de los dos voluntarios, y pida que realicen comentarios sobre cómo sus mensajes no verbales reflejan sus sentimientos.

### 2. Los estudiantes consideran los pensamientos y emociones no expresados detrás del conflicto.

Pida a los estudiantes que abran la hoja de actividades para exponer el diálogo que incluye los pensamientos y sentimientos reales de los personajes en cursiva. Pida a dos voluntarios que lean las partes en cursiva del diálogo, utilizando mensajes no verbales que reflejen lo que están diciendo.

Pida a la clase que comente cómo difería la comunicación no verbal de los voluntarios de la primera lectura y qué podría decir sobre las emociones de los personajes. (*Las respuestas de los estudiantes deberían incluir emociones distintas de la ira, como asombro, frustración y ansiedad*).

### 3. Los estudiantes reconocen que controlar la ira permite que las personas se comuniquen de manera más efectiva.

Pregunte a los estudiantes por qué los personajes del escenario no solo dijeron lo que querían decir. Guíelos para que comprendan que a veces nuestro enojo nos lleva a hablar sin pensar. Señale a los estudiantes cuán diferente podría haber terminado este conflicto si las dos personas hubieran comunicado lo que realmente querían decir.

Recuerde a los estudiantes "la gota que colmó el vaso" y el papel del estrés en situaciones de conflicto. Guíe a los estudiantes para que se den cuenta de que, en situaciones de conflicto, a menudo hay emociones y eventos ocultos que contribuyen a la intensidad del conflicto. Sugiera a los estudiantes que sean conscientes de los sentimientos subyacentes que contribuyen a las situaciones de conflicto. Dígales que ser conscientes de las emociones que están involucradas en un conflicto les ayudará a comunicarse con mayor precisión.

---

## Parte III Final alternativo (25 minutos)

*Propósito:* los estudiantes analizan un videoclip que representa un conflicto que se convierte en enojo o violencia.

### 1. Los estudiantes ven un videoclip de un conflicto que desencadena enojo o violencia.

Dígales que van a ver un breve video que muestra un conflicto que desencadena enojo o violencia. Proporcione toda la información básica necesaria para la escena que van a ver.

Pídales que busquen lo siguiente mientras lo miran:

- ¿Cuál es el conflicto?
- ¿Cuáles son las necesidades o deseos de las partes contrarias?
- ¿Qué dijeron sobre el tema o el conflicto?
- ¿Qué creen que quisieron decir?

### 2. Los estudiantes reescriben la escena para reducir el enojo presentado.

Cuando hayan terminado de ver el videoclip, analicen sus respuestas a las preguntas anteriores. Luego, pida que consulten sus listas de técnicas de control de la ira de la parte I para sugerir acciones que podrían haber reducido la ira de los personajes y evitar la violencia retratada en el video.

Deles aproximadamente 10 minutos para escribir un resumen de lo que podría haber ocurrido si se hubieran utilizado técnicas de control de la ira.

### 3. Los estudiantes analizan el papel de la ira en los medios y en la vida real.

Pida a los estudiantes que compartan sus resúmenes. Después de que hayan compartido lo que escribieron, pregunte a la clase cómo sería el videoclip si el conflicto se hubiera resuelto según lo que propusieron. (*Los estudiantes deberían responder: sería aburrido, nadie iría a verlo, no habría acción, etc.*).

Señale que disminuir el conflicto quizás no sería bueno para la película. Guíe a los estudiantes para que reconozcan que, si bien el conflicto y la ira son una ficción interesante, pueden ser destructivos si no se controlan adecuadamente en la vida real.

#### 4. Los estudiantes revisan sus objetivos de resolución de conflictos.

Pídales que revisen los objetivos para resolver conflictos que establecieron en la lección 1 de este módulo. Haga que identifiquen situaciones en las que la falta de comunicación contribuye al conflicto. Guíelos para que consideren cómo el control de la ira podría reducir la intensidad y el impacto de sus situaciones de conflicto.

---

### Conclusión (2 minutos)

Pida a los estudiantes que mencionen tres técnicas de control de la ira que pueden usarse para reducir el enojo en situaciones de conflicto. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- A veces, nuestro enojo nos lleva a decir y hacer cosas que no queremos.
- Usar técnicas de control de la ira puede ayudarnos a mejorar la forma en que nos comunicamos.

### Evaluación del estudiante

---

1. Enumera tres métodos positivos para aliviar la ira.
2. Describe un conflicto en el que hayas estado, desde el punto de vista de la otra persona.
3. Enumera tres ejemplos de violencia que hayas visto recientemente en los medios. ¿Cómo puede verse afectada esta violencia en los espectadores?

## EXTENSIONES DE LECCIÓN

### Usar citas

---

"La ira es una locura momentánea, así que controla tu pasión o te controlará". -Horacio, *Epístolas*

Pida a los estudiantes que analicen el significado de esta cita y cómo se siente ser controlado por la ira.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

Haga que los estudiantes creen una lista de verificación de las acciones a tomar cuando se sientan enojados.

Pida a los estudiantes que compartan la lista de verificación que han escrito con la clase. Permita que los estudiantes se ofrezcan sugerencias el uno al otro.

### Escribir en el diario

---

Haga que los estudiantes escriban sobre el impacto que la industria del cine tiene sobre las personas. Haga que discutan si somos reflejo de lo que está en las películas o si las películas son un reflejo de la vida real. También deberían analizar si las películas reflejan con precisión cómo las personas manejan la ira.

Como clase, analicen juntos este tema.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

Haga que los estudiantes creen carteles para ayudar a los niños más pequeños a controlar su ira en situaciones de conflicto y ayudarlos a elegir palabras que reflejen con precisión lo que están sintiendo. Recuerde a los estudiantes que utilicen el lenguaje en el nivel de legibilidad apropiado de la audiencia prevista.

Haga que los estudiantes envíen los carteles, junto con las explicaciones de ellos, a los maestros de escuelas primarias de su distrito.

## Tarea

---

Haga que los estudiantes mantengan un registro de la cantidad de veces que se sienten enojados en una semana. Pida que escriban lo que estaba sucediendo cuando se enojaron y cómo reaccionó su cuerpo ante su enojo.

Pida a los estudiantes que creen un plan para evitar situaciones en las que se enojen y controlen la forma en que reaccionan al enojo.

## Recursos adicionales

---

Pida a los estudiantes que lean "Listen to Your Feelings (They Are Trying to Tell You Something)" de *Don't Sweat the Small Stuff...e It's All Small Stuff* del Dr. Richard Carlson. Este pasaje trata de prestar atención a lo que estás sintiendo y por qué te sientes de esa manera.

Haga que los estudiantes discutan los beneficios de saber por qué se sienten así.

# DIJE... QUISE DECIR

Brenda y María se están gritando...

**BRENDA:** “Fui a la tienda porque tenía que comprar leche para Shante”.

**MARÍA:** “¡No puedo creer que hayas hecho eso! Eres una tonta, ¡¿cómo vas a dejar a mi hermanita sola?!”.

**BRENDA:** “... pero le pedí a Jeremy que la cuidara mientras yo no estaba”.

**MARÍA:** “Ni siquiera sé por qué confíe en ti para que la cuidaras”.

**BRENDA:** “Está bien. Tú cuida a tu propia hermanita”.

.....

Quisieron decir...

**BRENDA:** “Fui a la tienda porque tenía que comprar leche para Shante”.  
*Estaba preocupada porque no había más leche en la casa para la bebé.*

**MARÍA:** “¡No puedo creer que hayas hecho eso! Eres una tonta, ¡¿cómo vas a dejar a mi hermanita sola?!”.  
*¡Es muy peligroso dejar a un bebé solo! ¡Me aterra pensar que le podría haber pasado algo!*

**BRENDA:** “... pero le pedí a Jeremy que la cuidara mientras yo no estaba”.  
*¿Soy una tonta? ¿Qué tipo de hermana cuida a su hermanita, pero no tiene leche en la casa?*

**MARÍA:** “Ni siquiera sé por qué confíe en ti para que la cuidaras”.  
*Tenía dudas de dejar a Shante con ella de todas maneras. Recuerdo cuando la dejé llorando en la cuna. Nunca le dije nada, pero realmente me molestó.*

**BRENDA:** “Está bien. Tú cuida a tu propia hermanita”.  
*¡Solo le estaba haciendo un favor! Olvídalo. Nunca la volveré a ayudar.*

# CREAR UNA SITUACIÓN EN LA QUE TODOS SALGAN GANANDO

---



## AGENDA

- Actividad inicial
- ¿Quién gana el dólar?
- Situación en la que todos salen ganando, mis necesidades/tus necesidades
- Alguien en el medio
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

### Objetivos

Los estudiantes identificarán las características de las soluciones en las que todos salen ganando.

Los estudiantes practicarán las técnicas de negociación en las que todos salen ganando en un conflicto y aplicarán esas técnicas a sus objetivos personales de resolución de conflictos.

Los estudiantes identificarán el papel de un mediador para resolver conflictos y practicarán conflictos de mediación.

### Materiales necesarios

- Varios pedazos de papel arrugado y una papelera (Actividad inicial)
- Dos billetes de un dólar (Parte I)
- Una copia de la hoja de actividades "Situación en la que todos salen ganando, mis"



necesidades/tus necesidades" para cada estudiante (Parte II)

- Un diccionario (Parte III)

---

### Actividad inicial (3 minutos)

Divida la clase en dos equipos. Diga a los estudiantes que cada uno de ellos tendrá la oportunidad de tirar una bola de papel en la papelera. Haga que cada equipo elija un nombre de equipo. Escriba los nombres en la pizarra con una línea debajo de cada uno.

A medida que los estudiantes se turnan para lanzar la bola, registre un punto por cada tiro acertado y un punto por cada tiro errado. Es probable que la clase se queje de que no importa si erran el tiro o no. Pida que continúen jugando hasta que la mayoría tenga la oportunidad de lanzar la bola.

Pida a los estudiantes que compartan sus sentimientos con respecto a la competencia y qué sintieron al no tener ningún incentivo para ganar. Guíelos para que se den cuenta de que, si bien podría haber sido decepcionante saber que no habría un equipo ganador, también era tranquilizador saber que no habría perdedor.

Señale que nuestra cultura generalmente fomenta la competencia y que el deseo de ganar está arraigado en nosotros. Díales que tengan presente la necesidad de ganar mientras debaten sobre un tipo de resolución de conflictos en el que nadie pierde.

---

### Parte I ¿Quién gana el dólar? (10 minutos)

*Propósito:* los estudiantes identifican las características de las soluciones en las que todos salen ganando.

#### 1. Los estudiantes pujan por un dólar para definir "ganar-perder" y "perder-perder".

Pida dos voluntarios. Sostenga un billete de un dólar y explique que va a realizar una subasta. Explique que, en una subasta, las personas se turnan para establecer un precio que están dispuestos a pagar por algo hasta que uno de ellos no esté dispuesto a pujar más por el artículo. Se genera una energía competitiva por la cual cada parte quiere llevarse a casa el artículo.

Comience la puja por el dólar a un centavo y deje que los voluntarios continúen pujando hasta que uno de ellos se dé por vencido o supere el valor de un dólar en las pujas. Escriba los nombres de los dos estudiantes y un registro de lo que cada uno de ellos propuso donde todos puedan verlo.

Pregunte a los estudiantes quién ganó. Guíe a los estudiantes para que definan "ganar-perder" como un escenario en el que un estudiante ganó el dólar y el otro se dio por vencido. Defina "perder-perder" como un escenario en el cual un estudiante ganó el dólar, pero pagó más de un dólar por él, y el otro estudiante se retiró de la puja.

#### 2. Los estudiantes pujan por un dólar para crear una situación en la que ambas partes ganen.

Explique a los estudiantes que ahora van a subastar otro dólar a dos estudiantes diferentes que creen que pueden crear una situación en la que ambas partes ganen. Seleccione dos voluntarios y permítales desarrollar una estrategia para pujar.

Permita que los estudiantes hagan una oferta y analicen de nuevo el resultado. Si la clase no llega a la solución por sí misma, explique que hay una manera en que ambos estudiantes pueden ganar dinero. Los voluntarios deben aceptar detener la oferta a dos centavos y dividir los restantes 98 centavos. Señale a los estudiantes que, en esta situación, ninguna de las personas obtiene todo lo que desea (es decir, el dólar completo), pero al comprometerse y trabajar juntos, ambos pueden ganar dinero.

### **3. Los estudiantes identifican las características de las soluciones en las que todos salen ganando.**

Pida a la clase que use la situación que acaba de experimentar para definir las características de las soluciones en las que todos salen ganando en el conflicto. Guíe a los estudiantes para que reconozcan los siguientes puntos clave sobre las situaciones donde todos salen ganando:

- Ambas partes se comprometen.
- Ambas partes pueden no obtener todo lo que quieren, pero los resultados son positivos para cada una.
- Ambas partes se van con la sensación de haber logrado algo.
- Ambas partes trabajan juntas y consideran las necesidades de los demás.

Pida a los estudiantes que recuerden el análisis de la actividad inicial sobre el instinto competitivo y pida que sugieran cómo ese instinto puede afectar sus esfuerzos para crear una situación en la que todos salgan ganando. Guíe a los estudiantes para que comprendan que, para crear situaciones en las que ambas partes ganan, la competencia debe dejarse de lado.

## Parte II Situación en la que todos salen ganando, mis necesidades/tus necesidades (30 minutos)

*Propósito:* los estudiantes practican las técnicas de negociación para que todas las partes salgan ganando en un conflicto y aplican esas técnicas a sus propios objetivos personales de resolución de conflictos.

### 1. Los estudiantes identifican una situación de conflicto.

Diga a los estudiantes que van a practicar cómo crear soluciones para que todos salgan ganando en los conflictos. Pida que hagan una lluvia de ideas sobre situaciones específicas de conflicto y escriba sus sugerencias donde todos puedan verlas.

Explique que la mejor situación para analizar será aquella en la que puedan imaginar claramente cómo se sienten ambas partes y por qué se sienten así. Luego pida que voten para seleccionar una situación para analizar y escriba los votos al lado de cada situación. Mantengan esta lista para usar en la parte III.

Diga a los estudiantes que ahora analizarán la situación específica que hayan seleccionado.

### 2. Los estudiantes consideran los objetivos y las necesidades de ambos participantes en un conflicto.

Distribuya copias de la hoja de actividades "Situación en la que todos salen ganando, mis necesidades/tus necesidades" a cada estudiante.

Revise las pautas para crear situaciones con los estudiantes en las que todos salgan ganando. Pida que sugieran el propósito de cada pauta y las formas en que cada uno podría ayudar a apaciguar un conflicto. Diga que apliquen estas pautas al conflicto específico que la clase seleccionó.

Refiera a los estudiantes a la parte inferior de la página. Analicen juntos posibles respuestas a cada pregunta. Aliente a los estudiantes para que creen una imagen lo más completa posible del conflicto.

### 3. Los estudiantes consideran sus propias metas personales para resolver el conflicto.

Diga a los estudiantes que las pautas son un resumen del proceso mental que pueden seguir para crear soluciones en las que todos salgan ganando en los conflictos en los que están involucrados.

Haga que los estudiantes revisen sus metas personales para resolver el conflicto. Pídales que consideren esas situaciones a la luz de las pautas y preguntas en la hoja de actividades y que analicen las necesidades y objetivos de las diferentes personas involucradas en cada conflicto. Haga que anoten sus pensamientos con miras a crear situaciones en las que todos salgan ganando para resolver esos conflictos.

Recuerde a los estudiantes que tengan sus metas a mano para usarlas en la próxima lección.

## Parte III Alguien en el medio (20 minutos)

*Propósito:* los estudiantes identifican el papel de un mediador para resolver conflictos y practican conflictos de mediación.

### 1. Los estudiantes definen "mediador".

Pregunte a los estudiantes si saben lo que es un mediador. Obtenga una definición de la clase y escríbala donde todos puedan verla.

Pida a un voluntario que busque "mediador" en el diccionario y modifique la definición de la clase según sea necesario. Asegúrese de que la clase comprenda los siguientes puntos importantes:

- Los mediadores establecen la reconciliación entre dos partes.
- Los mediadores no están directamente involucrados en el conflicto.
- Los mediadores son imparciales.

Si su escuela tiene un programa de mediación entre pares, pregunte a la clase si están familiarizados con él. Haga que los estudiantes compartan si comprendieron lo que implica la mediación entre pares y brinde información adicional que pueda haber reunido.

Diga: "A veces, un conflicto es demasiado grande para que podamos manejarlo por nuestra cuenta. Un mediador puede ser útil en esas situaciones".

### 2. Los estudiantes identifican las pautas para la mediación.

Explique a los estudiantes que algunos de los conflictos más difíciles que enfrenta la policía son disputas domésticas. Explique que la policía necesita ayudar a la pareja a apaciguar la ira y evitar la violencia, pero que deben dejar que la pareja resuelva la situación por su cuenta. Guíe a los estudiantes para que comprendan que los mediadores no resuelven problemas: simplemente reúnen a dos partes y las ayudan a comunicarse.

Comparta con los estudiantes las siguientes pautas de mediación basadas en las que usan los oficiales de policía cuando responden a disputas domésticas:

- Reunir a las partes en disputa. No dar preferencia a un lado sobre el otro. Establecer una buena relación con ambos lados.
- Mantener a las partes frente a ti, no enfrentadas entre sí.
- Animar a ambas partes a escucharse.
- Animar a ambas partes a que eviten exageraciones y, en su lugar, utilicen ejemplos específicos y declaraciones en primera persona.
- No emitir juicios.
- Mantener el control y la calma.
- Evitar sugerir una solución: dejar que las partes en disputa encuentren soluciones por sí mismas.

### **3. Los estudiantes escriben e interpretan diálogos.**

Divida a los estudiantes en grupos de tres. Diga a cada grupo que elija un conflicto para mediar entre los que figuran en la clase de la parte II.

Indique a los estudiantes que utilicen las pautas de mediación para escribir guiones para las situaciones de conflicto seleccionadas. Diga que creen roles para las personas en disputa y para un mediador en forma de diálogo. Recuerde a los estudiantes que tal vez quieran consultar la hoja de actividades "Situación en la que todos salen ganando, mis necesidades/tus necesidades" para ayudar a determinar lo que las partes en disputa podrían decirse entre sí.

Haga que los grupos se turnen para interpretar sus diálogos para la clase. Aliente a la clase a opinar sobre los diálogos usando las pautas de mediación como criterios y puntos de análisis.

Diga: "Recuerden que, si parece imposible encontrar una solución en la que todos salgan ganando, un mediador podría proporcionarles la orientación que necesitan".

---

## Conclusión (2 minutos)

Pida a los estudiantes que recuerden las pautas de mediación. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Una situación en la que todos salgan ganando es aquella en la que las necesidades de ambas partes se cumplen al menos parcialmente.
- Un mediador puede ayudar a dos partes enfrentadas a encontrar puntos en común y resolver la disputa.

## Evaluación del estudiante

---

1. Identifica un resultado beneficioso para todos y enumera un ejemplo.
2. ¿Qué es la mediación y cuándo es necesaria?
3. Enumera cuatro estrategias de mediación.

## EXTENSIONES DE LECCIÓN

### Usar citas

---

"Tiene que haber compromisos. El medio del camino es toda la superficie utilizable. Los extremos, derecha e izquierda, están en las alcantarillas". –Dwight D. Eisenhower

Haga que los estudiantes creen carteles mostrando e ilustrando esta cita.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

Haga que grupos pequeños de estudiantes creen una guía para encontrar situaciones donde todos ganen. Cada estudiante debe contribuir a la guía. Cada guía debe incluir instrucciones, diagramas, narrativas, historias de conflicto, etc.

Pida a los estudiantes que muestren las guías y las presenten a los mediadores compañeros y al personal de la escuela.

### Escribir en el diario

---

Haga que los estudiantes escriban sobre una ocasión en la que ayudaron a dos personas a resolver una disputa.

Pida a los estudiantes que analicen juntos la dificultad de la tarea, cómo se sintieron después de terminado el conflicto, qué harían nuevamente y qué harían de manera diferente.

### Usar tecnología

---

Haga que los estudiantes usen Internet para investigar varios tratados.

Haga que los estudiantes discutan el lenguaje utilizado en los tratados y el impacto a largo plazo del lenguaje seleccionado.



## Tarea

---

Haga que los estudiantes creen listas de trabajos que implican cómo resolver conflictos o habilidades de mediación.

Haga que cada estudiante elija un trabajo que le parezca interesante y escriba un perfil de ese trabajo.

## Recursos adicionales

---

Pida a los estudiantes que lean "Parte Diez: Hablando con el enemigo" de *Long Walk to Freedom* de Nelson Mandela.

Haga que los estudiantes investiguen y escriban algunos párrafos sobre las negociaciones para terminar con el apartheid en Sudáfrica.

# SITUACIÓN EN LA QUE TODOS SALEN GANANDO: MIS NECESIDADES/TUS NECESIDADES

## PAUTAS PARA CREAR SITUACIONES EN LA QUE TODOS SALGAN GANANDO

- Elige un territorio neutral para reunirse.
- No mientas ni exageres; crea confianza desde el inicio.
- Utiliza buena comunicación no verbal: haz contacto visual, utiliza una postura que no intimide y mantente enfocado.
- Intenta encontrar puntos en común.
- Mantén la mente abierta a otras sugerencias.
- Enfócate en lo que consideras más importante e intenta determinar lo que es más importante para la otra persona.
- Mantente en el presente; evita traer al presente discusiones pasadas.
- Establece un plazo en el que ambos estén de acuerdo.
- Comprométete con una solución y no retrocedas.

## MIS NECESIDADES/TUS NECESIDADES

¿Cuál es el problema?

---

¿Qué tienen que perder ambas partes?

---

¿Qué quiere la persona A? ¿Por qué?

---

¿Qué quiere la persona B? ¿Por qué?

---

¿Qué necesita la persona A?

---

¿Qué necesita la persona B?

---

Otros factores para la persona A\*

---

Otros factores para la persona B\*

---

*\*Otros factores que motiven a las personas pueden incluir la necesidad de tener el control, la necesidad de tener dinero y la necesidad de sentirse reconocido o amado.*

# RESOLVER CONFLICTOS

---



## AGENDA

- Actividad inicial
- Tigre de papel
- Resolución
- Juegos de cómo resolver conflictos
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

### Objetivos

Los estudiantes identificarán la importancia de ser asertivos al abordar conflictos.

Los estudiantes identificarán los pasos para resolver conflictos.

Los estudiantes aplicarán los pasos para resolver conflictos a conflictos recurrentes en su propia vida.

### Materiales necesarios

- Páginas de historietas del periódico diario, un conjunto para cada grupo de cuatro estudiantes (Actividad inicial)
- Varios pedazos de papel cortados en tiras largas de cuatro pulgadas de ancho (Parte II)
- Uno o dos juegos de mesa, como Lo siento, Serpientes y escaleras, El juego de la vida, etc. (Parte III)
- Materiales de arte, incluidos una pieza de cartulina o cartón para cada grupo de tres

estudiantes: marcadores: pegamento: papel de construcción y objetos encontrados como botones, sujetadores, tapas de botellas, etc. (Parte III)

**Actividad inicial (3 minutos)**

Divida la clase en grupos de cuatro y entregue a cada uno un conjunto de historietas de un periódico o una publicación en línea. Diga a los estudiantes que busquen una historieta que se base en un conflicto. Pida que la corten, la peguen en una hoja de papel más grande y respondan las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes son las partes en el conflicto?
- ¿Cuál es la naturaleza del conflicto?
- ¿Qué emociones se representan en la historieta?
- ¿La historieta muestra una situación de ganar-perder, perder-perder o ganar-ganar?
- ¿Podría resolverse este conflicto como una situación en la que todas las partes salgan ganando?

Haga que cada grupo presente su historieta a la clase y analicen los temas anteriores. Algunos grupos pueden desear analizar qué es intrínsecamente divertido sobre la historieta que seleccionaron. Recuerde a los estudiantes que el conflicto forma parte de nuestra vida cotidiana y que, a veces, ayuda encontrar el humor en situaciones difíciles, incluso en situaciones de conflicto interpersonal.

**Parte I Tigre de papel (5 minutos)**

*Propósito:* los estudiantes identifican la importancia de ser asertivo y enfrentar el conflicto de frente.

**1. Los estudiantes analizan una cita.**

Escriba el siguiente proverbio zen en la pizarra: "Debes girar y enfrentarte al tigre para darte cuenta de que está hecho de papel".

Pregunte a los estudiantes qué piensan que significa el proverbio. Guíe a los estudiantes para que comprendan que los "tigres" en la cita son los conflictos y desafíos que se nos presentan. Guíe a los estudiantes para que comprendan que la cita es sobre tener el valor de enfrentar nuestros desafíos directamente. Diga a los estudiantes que cuando enfrentamos nuestros conflictos y los abordamos, a menudo descubrimos que no son tan abrumadores como pensábamos. A veces, nuestros mayores obstáculos están en nuestra propia mente ("están hechos de papel") y el desafío se puede manejar de frente.

**2. Los estudiantes reconocen la importancia de ser asertivo al abordar el conflicto.**

Pida a los estudiantes que recuerden lo que aprendieron sobre ser asertivos en la "lección 5: Aprender a ser asertivo" del módulo tres: Establecer y alcanzar metas. Pida a los estudiantes que describan lo que creen que les sucede a las personas pasivas y agresivas en situaciones de conflicto. *(Los estudiantes deberían responder: las personas pasivas a menudo se encuentran en el lado perdedor de una situación de ganar-perder. Las personas agresivas pueden dejar que su ira se descontrole o recurrir a la violencia).*

Diga a los estudiantes que "mirar al tigre de papel" significa abordar sus conflictos de manera asertiva con el objetivo de llegar a una resolución beneficiosa para todos.

---

## Parte II Resolución (15 minutos)

*Propósito:* los estudiantes identifican y ordenan los pasos para resolver conflictos y aplican el proceso a los conflictos en su propia vida.

### 1. Los estudiantes identifican los pasos para resolver el conflicto.

Explique a los estudiantes que van a recordar y enumerar los pasos para resolver conflictos, según lo que han aprendido en las últimas cuatro lecciones. Luego, priorizarán los pasos.

A medida que los estudiantes recuerdan los pasos, escriba sus respuestas donde todos puedan verlas. Analice cada una de sus ideas y defina los pasos para asegurarse de que no se superpongan. (Consulte la lista a continuación para conocer las posibles respuestas de los estudiantes).

### 2. Los estudiantes ordenan los pasos para resolver el conflicto.

Pida a los voluntarios que cada uno de ellos escriba uno de los pasos en una tira de papel y exhíbalos con los otros pasos sin un orden particular en el frente del aula. Analicen el mejor orden para los pasos y organicen las tiras en el orden decidido.

Es probable que las respuestas de los estudiantes incluyan los siguientes pasos en un orden similar:

1. Identificar la fuente del conflicto.
2. Identificar las necesidades y los deseos de las dos partes.
3. Decir lo que se quiere decir: comunicarse responsablemente, usar declaraciones en primera persona y evitar las generalizaciones, los insultos y los estereotipos.
4. Usar técnicas de manejo de la ira para controlar las emociones.
5. Buscar un terreno común con la otra persona.
6. Considerar todas las resoluciones disponibles.
7. Trabajar para lograr una situación en la que todos salgan ganando, y encontrar una solución que sea aceptable para ambas partes.
8. Si no se puede encontrar una solución aceptable, traer un mediador.

### 3. Los estudiantes revisan sus objetivos de resolución de conflictos.

Pida a los estudiantes que observen los objetivos de resolución de conflictos que han desarrollado a lo largo de este módulo. Pida que utilicen los pasos de resolución para diseñar un plan que aborde de manera segura los conflictos que estén enfrentando en su propia vida.

Aliéntelos a trabajar de forma independiente para crear un plan que puedan supervisar y que los ayude a evaluar su progreso. Circule mientras los estudiantes trabajan, brindando comentarios o consejos según sea necesario.

## Parte III Juegos de cómo resolver conflictos (30 minutos)

*Propósito:* los estudiantes crean juegos para demostrar los pasos para resolver conflictos.

### 1. Los estudiantes identifican las características de un juego de mesa.

Diga: "Ahora que saben cómo resolver los conflictos de manera efectiva, pueden practicar y compartir su experiencia con los demás".

Divídalos en grupos de tres o cuatro. (Es posible que desee considerar dejarlos elegir sus propios grupos para esta actividad). Diga a los estudiantes que van a crear juegos que demuestren los pasos para resolver conflictos.

Para ayudar a los estudiantes a identificar las características de un juego de mesa, muéstreles uno o dos ejemplos. Ayude a planificar sus propios juegos presentando uno de los juegos y haciendo preguntas como las siguientes:

- ¿Cuál es el objetivo de este juego?
- ¿Cuál es el concepto general de este juego?
- ¿Cómo está diseñado el tablero?
- ¿Cómo se avanza al siguiente cuadrado, nivel, etc.?
- ¿Cómo se presentan los obstáculos?
- ¿Cómo ganan y pierden este juego los jugadores?

Dé tiempo a los grupos para explorar una variedad de juegos y sugiera que respondan preguntas similares para comprender las estrategias de los juegos de mesa publicados.

### 2. Los estudiantes crean juegos de mesa sobre cómo resolver conflictos.

Proporcione a los grupos papel afiche o cartulina y materiales de arte. Recuerde que sus juegos deben demostrar formas ejemplares para resolver conflictos. Para hacerlo, tendrán que estructurar el juego en torno a los conflictos que ocurren en la vida cotidiana. Anímelos a ser creativos en el diseño de sus juegos.

Otorgue a los estudiantes unos 25 minutos para diseñar sus juegos. Se recomienda reservar un período de clase adicional para permitirles intercambiar y jugar los juegos de los demás.

---

### **Conclusión** (2 minutos)

Pida que compartan sus pasos de acción para resolver el conflicto. Pida a la clase que comenten sobre qué, en este módulo, creen que los ayudó más con sus metas para resolver el conflicto. Obtenga los siguientes puntos clave que se enseñaron en esta lección:

- Es importante ser asertivo al abordar los conflictos que enfrentamos.
- Los pasos para resolver conflictos pueden servir como pautas para nuestros propios objetivos de resolución de conflictos.

### **Evaluación del estudiante**

---

1. Describe un conflicto que hayas visto en una película o en televisión. Analice este conflicto de acuerdo con los pasos para resolver conflictos.
2. Describe un conflicto en el que hayas estado y luego reescríbelo, deshaciendo el momento crucial que condujo al conflicto.
3. Enumera tres estrategias para resolver conflictos que pueden ayudarte.



## EXTENSIONES DE LECCIÓN

### Usar citas

---

"Las grandes tragedias de la historia ocurren no cuando el bien se enfrenta al mal, sino cuando dos elementos del bien se enfrentan". -Henry A. Kissinger, estadista

Pida a los estudiantes que analicen el significado de esta cita y cómo se relaciona con el conflicto entre dos personas.

### Abordar múltiples estilos de aprendizaje

---

Haga que los grupos de estudiantes creen "estatuas vivientes" de conflicto y luego de resolución posando en una escena.

Pida a cada grupo que explique su formación y cómo resolvería el conflicto que se muestra en su primera estatua.

### Escribir en el diario

---

Haga que los estudiantes escriban sobre los desafíos que enfrentan al tratar de ser seguros en situaciones de conflicto.

Como clase, compile una lista de los desafíos que enfrentan los estudiantes y permítales ofrecer sugerencias sobre cómo superar estos desafíos.

### Usar tecnología

---

Muestre la película *The Mighty*, protagonizada por Sharon Stone.

Haga que los estudiantes sigan las formas en que Max y "Freak" resuelven sus conflictos. Analicen juntos el comportamiento seguro demostrado por cada personaje.

## Tarea

---

Haga que los estudiantes reflexionen sobre sus logros con respecto a sus objetivos de cómo resolver conflictos.

Haga que cada estudiante cree un certificado de logro para otra persona en clase.

## Recursos adicionales

---

Haga que los estudiantes lean extractos de *Long Walk to Freedom* de Nelson Mandela.

Discuta cómo Mandela enfrentó sus propios conflictos mientras actuaba como mediador para los demás.